

Памятка для родителей о профилактике детского травматизма

Наиболее распространенные травмы связаны с падениями, ожогами, утоплениями и дорожно-транспортными происшествиями. В основном травмы происходят дома или вблизи него.

В зависимости от причин и обстоятельств возникновения повреждений различают следующие виды детского травматизма: бытовой, транспортный, школьный и спортивный.

Чаще встречается бытовой травматизм. Бытовым травматизмом считаются повреждения, которые дети получили дома, в квартире, во дворе или саду. Повреждения при этом разнообразнее всего, но самые опасные из них — это ожоги пламенем, химическими веществами и падение с высоты.

Причины бытового травматизма разнообразны, но чаще всего это недостаточный досмотр родителей. Такие, казалось бы, на первый взгляд пустяки, как оставленные в доступном для малышей месте иглы, гвозди, лезвия бритв, могут привести к травме, а иногда и к смерти. Это же самое касается и газовых плит, обнаженных проводов электросети, открытых окон, лестниц и за свою неосторожность родители иногда очень дорого расплачиваются.

Дети до трех лет очень подвижны. Перед ними раскрывается новый неизвестный мир и, стремясь познать его, они пробуют предметы на ощупь, на вкус, их привлекают яркие, блестящие предметы, которые сделаны из стекла. Играясь такими предметами как иглы, булавки, гвозди, пуговицы, монеты и неумелое обращение с ними часто приводит к ранениям, а иногда малыши и глотают их.

У дошкольников и младших учеников повреждения могут быть предопределены другими причинами. Они подвижные и несдержанные. Они редко получают травмы в квартире или в школе, потому что авторитет взрослых является каким-то барьером, поэтому дети пытаются лишиться присмотра и охотно проводят свой досуг со своими ровесниками, катаясь на велосипедах, самокатах, санках, лезут на деревья, открытые люки, лестницы.

Поэтому необорудованные детские площадки, загроможденные дворы, открытые люки, канавы, неисправные лифты, перила лестницы, неисправные велосипеды тоже очень опасны. Особенно опасны для детей стройки и не огражденные участки, где проводятся ремонтные работы. Часто дети падают с высоты — балконов, лестниц, деревьев, что тоже приводит к тяжелым травмам.

Родители должны как можно раньше начинать формирование у ребенка навыков безопасного поведения травматологической настороженности.

Наилучшей формой такого воспитания являются игры, с помощью которых малыш лучше усваивает необходимые навыки. Во время игр и занятий уже с 2 лет можно начинать обучать ребенка навыкам пользования острыми и режущими предметами, правилам обращения с горячей посудой, жидкостью, пищей и др.

Прогулки по улицам следует использовать для практического обучения детей правилам поведения на улицах села и города. С этой же целью можно использовать картинки, книги, показы фильмов.

Зная наиболее частые причины травм и несчастных случаев, родители должны создать для ребенка травмобезопасную среду пребывания. Например, дома следует устранить нагромождение мебели, закрепить люстры, книжные полки, картины, оградить батареи центрального отопления, исключить возможность контакта ребенка с электророзеткой, оголенным проводом.

На площадке, где гуляют дети, не должно быть битого стекла, гвоздей, необструганных досок, ящичков и т. п. В летний период следует обращать особое внимание на предупреждение несчастных случаев на воде, отравлений ядовитыми растениями, ягодами, грибами. Очень важен и личный пример поведения родителей на улице, в транспорте, дома.

В предупреждении травм у детей существенное значение имеет уровень физического развития ребенка. Хорошо физически развитые дети, ловкие, с хорошей координацией движений редко получают травмы. Следовательно, занятия физическими упражнениями, подвижными играми, спортивными развлечениями являются не только средством укрепления здоровья ребенка, но и одной из мер профилактики травматизма.

Уделите ребенку время и научите его несложным правилам безопасности, которые обязательно должен знать каждый. Не запугивайте его, говоря о безопасности, пусть ваша беседа проходит в непринужденной, доверительной атмосфере.

1. Если ребенок потерялся

Бывают ситуации, когда на детской площадке, в парке, в супермаркете вы упускаете из поля зрения ребенка. Что он должен знать и уметь? Обычно инстинктивно малыши действуют очень правильно — зовут родителей. Научите малыша в игровой форме правилу «Стой на месте». Объясните ему, что если он потеряет из виду родителей, ему не надо никуда уходить, а мама с папой его сами найдут.

2. Визитная карта

Убедитесь в том, что подрастающий ребенок знает полное имя, фамилию, возраст, адрес и место работы родителей. Но это то, что ребенок может забыть в стрессовой ситуации, поэтому у него при себе всегда должна находиться визитная карта родителей или лист с информацией. Стоит указать номера телефонов, адрес, контакты друзей или родственников на случай, если ваш телефон недоступен. На визитке можно дописать медицинские противопоказания ребенка, если таковые имеются. На всякий случай.

3. Доверие

Развивайте у вашего чада привычку рассказывать вам о том, куда и с кем идет гулять, с кем общается и когда вернется. Для этого не стоит давить на ребенка — это вызовет негативную реакцию. Дружеские доверительные отношения дочерью или сыном позволят вам быть в курсе всех ее/его дел. Убедите ребёнка делиться с вами любыми ситуациями с которыми он

сталкивается и которые его пугают, смущают или просто неприятны. Будьте терпеливы и научитесь слышать свое чадо.

4. Прогулки

Обсудите с ребенком границы окрестности, где ему можно гулять. Попросите не задерживаться на улице, особенно с наступлением темноты.

5. Не прикасаться!

Никто не имеет права трогать ребенка. В случае, если кто-то попытается это сделать против его воли, ребенок немедленно должен сообщить об этом близким, учителю в школе, хорошим знакомым семьи. Объясните ребёнку, что необходимо кричать, кусаться и вырываться, если чужой человек принуждает его к чему-либо или проявляет насилие в любой форме.

6. Родительское разрешение

Попросите ребенка никогда не соглашаться на различные предложения кого бы то ни было, не получив разрешения родителей. Нельзя принимать подарки от незнакомцев, идти куда-либо с ними, заходить в подъезд и лифт. Также нельзя садиться в автомобиль и даже подходить к нему близко вне зависимости от того, кто в нем находится (кроме родственников). Пусть это будет строгим правилом.

7. Мобильный телефон

Местонахождение своего чада всегда проверяйте по мобильному, для этого условьтесь, что телефон всегда будет включен.

8. «Ты — чужой!»

Расскажите ребенку, что если к нему подходит незнакомый человек и пытается его куда-то увести, он должен очень громко повторять следующие слова: «Ты чужой, я тебя не знаю! Это не мой папа (Это не моя мама)! Помогите!». Только в этом случае ребенок привлечет к себе внимание прохожих, иначе посторонние люди все спишут на семейную сцену.

9. Безопасный маршрут

Если ребенок откуда-то добирается домой без сопровождения взрослых, обсудите с ним наиболее безопасный для него маршрут. Договоритесь, что он всегда будет ходить именно этой дорогой. Обратите внимание на места, куда ребенок может обратиться за помощью в случае непредвиденной ситуации.

10. В компании

Если ребенок пользуется общественным транспортом, попросите его по возможности находится с друзьями или же держаться группы людей в ожидании транспорта. Главное — не находится в одиночестве.

11. Помощь

Расскажите и покажите ребенку к кому можно обратиться за помощью, если таковая понадобится, — это может быть охранник или работник супермаркета, милиционер, сотрудники организаций с именными бейджами или же прохожие с маленькими детьми.

12. Пароль

Придумайте с ребенком кодовое слово, своеобразный пароль, который будете знать только вы с ним. Сообщив его, ребенок сможет дать понять, что ему грозит опасность и немедленно нужна ваша помощь.

13. Одежда с именем

От одежды, значков, эмблем и других вещей с именем вашего сына или дочери лучше отказаться. Обратившись по имени к вашему ребенку, незнакомец может быстро войти в доверие.

14. Новая вещь

Если у вашего чада появилась новая вещь, которую вы ему не покупали, поинтересуйтесь, как она у него оказалась.

15. Экстренные вызовы

Выучите с ребенком номера экстренных вызовов и оставляйте дома их записанными в доступном для него месте. Если ребенок остается дома один, он должен знать, кому позвонить, если возникнет непонятная ситуация или ему станет страшно.

16. Закрытая дверь

Ребенок должен усвоить, что нельзя открывать дверь в отсутствие родителей или же разговаривать через нее с кем-либо. Расскажите, что не нужно отвечать на телефонные звонки незнакомым людям, когда вас нет дома.

17. Социальные сети

В наивности и доверчивости ребенка в интернете кроется определенный риск. Прежде всего, это связано с доступностью персональной информации в социальных сетях. Научите сына или дочь и напоминайте пользоваться персональными настройками, запрещающими выдавать информацию личной страницы на общее обозрение. Также аргументировано объясните, что в интернете не стоит размещать личную информацию о себе и семье или публиковать непубличные фотографии (свои и своих близких). Узнайте места, где ребенок может иметь доступ к интернету кроме дома — школа, кружок, дома у друзей, интернет-кафе.

Констатируется появление нового вида преступлений – Интернет-педофилия. С учетом прочно укрепляющегося общения детей в социальных сетях, в том числе через систему «скайп», это явление становится крайне опасным, и противостоять этому необходимо сейчас, пока не поздно.

Интернет может стать прекрасным местом, как для обучения, так и для отдыха и общения с друзьями. Но, как и весь реальный мир, Сеть тоже может быть опасна, особенно для несформировавшихся детских умов, которые порой воспринимают информацию, размещенную в Интернете, как истину в последней инстанции. Перед тем как разрешить детям выходить в Интернет самостоятельно, им следует уяснить некоторые моменты.

Расскажите своим детям об опасностях, существующих в Интернете, и научите правильно выходить из неприятных ситуаций. В заключение беседы установите определенные ограничения на использование Интернета и обсудите их с детьми. Сообща вы сможете создать для ребят уют и безопасность в Интернете, в том числе поможете избежать ребенку общения с педофилами.

Если вы не уверены, с чего начать, вот несколько мыслей о том, как сделать посещение Интернета для детей полностью безопасным:

установите правила работы в Интернете для детей и будьте непреклонны;

научите детей предпринимать следующие меры предосторожности по сохранению конфиденциальности личной информации - представляясь, следует использовать только имя или псевдоним;

никогда нельзя сообщать номер телефона или адрес проживания или учебы;

никогда не посылать свои фотографии. Никогда не разрешайте детям встречаться со знакомыми по Интернету без контроля со стороны взрослых;

если дети общаются в чатах, используют программы мгновенного обмена сообщениями, играют или занимаются чем-то иным, требующим регистрационного имени, помогите ребенку его выбрать и убедитесь, что оно не содержит никакой личной информации;

научите детей уважать других в Интернете. Убедитесь, что они знают о том, по правилам хорошего поведения действуют везде - даже в виртуальном мире.

скажите детям, что им никогда не следует встречаться с друзьями из Интернета. Объясните, что эти люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают.

скажите детям, что не все, что они читают или видят в Интернете, - правда. Приучите их спрашивать Вас, если они не уверены.

контролируйте деятельность детей в Интернете с помощью современных программ. Они помогут отфильтровать вредное содержимое, выяснить, какие сайты посещает ребенок и что он делает на них. Таким образом, Вы сможете обезопасить ребенка от ненужных контактов и информации. В рамках социального проекта «Интернет без насилия» всем родителям предоставляется возможность бесплатно использовать контент-фильтр «NetPolice» или «Интернет Цензор» для защиты детей от контактов с нежелательным и незаконным Интернет-контентом на домашних компьютерах. Контент-фильтр поможет родителям контролировать доступ детей к Интернет-ресурсам и сделать их знакомство с сетью более безопасным.

<http://www.netpolice.ru/> - контент-фильтр «NetPolice».

<http://icensor.ru/> - контент-фильтр «Интернет Цензор».

Установка контент-фильтра на домашних компьютерах позволит осуществлять комплексную защиту детей от Интернет-угроз.

Будьте внимательны к вашим детям. Особенно во время каникул, когда дети получают большую свободу.

18. Круг общения

Со всеми друзьями ребенка важно быть знакомыми и вам. Также познакомьтесь с их родителями, это даст возможность понять, с какими людьми общается ваше чадо. Вам обязательно нужно знать всех учителей, руководителей кружков, посещаемых дочерью или сыном. Пусть номера их телефонов всегда будут в вашей записной книжке.

ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ:

Если хотите, чтобы ребенок соблюдал правила безопасности, научитесь сами их соблюдать. Личным примером прививайте ребенку необходимую модель поведения, которая позволит обезопасить ваших детей и избежать опасных ситуаций. Показывайте детям свои положительные поступки. Установите с ребенком необходимый тесный контакт. Внимательно слушайте ребенка, анализируйте, что он говорит, что его беспокоит.

Расскажите ребенку, к кому он может обратиться в случае опасности.

Провожая ребенка в детский сад или в школу, обязательно объясните ему, кто за ним конкретно должен прийти и разъясните ребенку, что ни с кем другим он не должен уходить.

Уведомите об этом воспитателя, учителя.

По возможности всегда встречайте ребёнка из школы.

Не оставляйте детей без присмотра на улице, не отпускайте их на прогулку одних.

Объясняйте детям, что когда звонит телефон, незнакомым людям нельзя называть свои фамилию, имя, адрес, и рассказывать о том, что он находится дома один.

При совершении в отношении Вашего ребенка преступления обязательно обратитесь в правоохранительные органы.

Если Вами около детских учреждений замечено подозрительное лицо сообщите об этом в правоохранительные органы.

Помните, что ДЕТИ, даже благополучные и развитые, могут стать жертвами преступлений, потому что дети доверчивы и беспечны, они не ждут от взрослых зла, потому что взрослые для них – авторитет, а уважение к старшему по возрасту часто ставит воспитанных детей в опасные ситуации.

Преступник может подобрать «нужный ключик» к любому ребёнку: может легко войти к нему в доверие, обмануть его, используя самые простые способы. Поэтому задача взрослых не только быть внимательными и всегда держать в поле зрения своих детей, но и дать им минимальные навыки безопасного поведения в доме, на улице и во дворе.

Избежать насилия можно!

Для этого необходимо лишь правильно оценить ситуацию и принять правильное решение.

ЧТО НУЖНО ОБЪЯСНЯТЬ ДЕТЯМ

Ваши дети должны научиться доверять своим чувствам. Если вдруг у них появилось пусть даже маленькое сомнение в человеке, который находится рядом, или их что-то насторожило, то лучше немедленно отойти от него.

Соблюдая правила безопасности, Ваш ребенок сможет принять необходимое решение в сложной ситуации и избежать встречи с преступником.

Для этого нужно навсегда усвоить "Правило четырёх "не": Не разговаривай с незнакомцами и не впускай их в дом. Не заходи с ними в лифт и подъезд.

Не садись в машину к незнакомцам.

Не задерживайся на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

А если незнакомец просит показать нужную улицу или заводит ненужный разговор?

Всё равно скажи - НЕТ!

Объясни, как найти улицу, и ни в коем случае не поддавайся на уговоры проводить. И даже если незнакомец говорит, что он знакомый твоих родителей, которого они к тебе прислали, нужно сказать, что родители не предупреждали, и ни в коем случае, никуда не провожать.

В каких ситуациях всегда отвечать "НЕТ"

Если незнакомый тебе человек предлагает зайти в гости или подвезти до дома.

Если за тобой в школу или детский сад пришел посторонний, а родители не предупреждали об этом заранее.

Если в отсутствие родителей пришел малознакомый человек, впускать его в квартиру или идти с ним куда-то.

Если новый знакомый чем-то угощает.

Зачастую преступники пользуются доверчивостью детей. Предлагают подвезти до дома или посмотреть животное, поиграть в любимую игру. Соглашаться на это нельзя ни в коем случае.

Что нужно знать, чтобы не стать жертвой преступления

Если тебя спрашивают, как найти улицу, объясни, как дойти, но ни в коем случае не провожай.

Если тебя пытаются уговорить, отвечай, что тебе надо пойти домой и предупредить родителей, рассказать им, куда и с кем отправляешься.

Если незнакомец предлагает тебе посмотреть что-то или помочь донести сумку, обещая заплатить, отвечай «Нет!»;

Если тебе предложили сниматься в кино или участвовать в конкурсе красоты, не соглашайся сразу, а спроси, когда и куда можно подойти вместе с родителями.

Если рядом с тобой тормозит машина, как можно дальше отойди от неё и ни в коем случае не садись в неё.

Если человек идет за тобой, преследует, подойди к любому дому и сделай вид, что это твой дом, помаши рукой и позови родственников, которых как - будто видишь в окне.

Даже днём на улице детей подстерегает множество опасностей. Что надо делать, если к тебе пристаёт незнакомец:

не жди, когда тебя схватят;

если можешь, брось что-нибудь в лицо нападающему, чтобы на некоторое время привести его в замешательство и отвлечь;

убегай в сторону, где много людей;

если тебе зажимают рот рукой, укуси за руку;

используй любые подсобные средства: ручку, расчёску или ключи (вонзи в лицо, в ногу или руку нападающего); любой аэрозоль (направь струю в глаза); каблук (сильно топни каблуком по ноге нападающего); дерись изо всех сил, не размахивай беспорядочно руками. Надо причинить нападающему максимальную боль.
Как только он ослабит хватку - убегай.

Правила поведения на улице

Если приходится идти вечером в одиночку, шагай быстро и уверенно и не показывай страха; можно подойти к женщине, которая вызывает доверие, или к пожилой паре и идти рядом с ними.

В автобусе, троллейбусе, в электричке садись ближе к водителю или машинисту и выходи из вагона в последний момент, не показывая заранее, что следующая остановка твоя.

Не голосуй на дороге и не отвечай на предложение подвезти или на просьбу показать, как проехать туда-то. Ни в коем случае не садись в машину, чтобы показать дорогу.

Не ходи в отдалённые и безлюдные места.

Увидев впереди группу людей или пьяного, лучше перейди на другую сторону улицы или измени маршрут.

Всегда предупреждай родственников о том, куда идёшь, и проси их встретить в вечернее время.

Правила поведения в своём доме

Перед тем как открыть дверь, обязательно посмотри в дверной глазок. Впускай в квартиру только хорошо знакомых людей.

Покидая квартиру, также посмотри в глазок. Если на лестничной площадке есть люди, подожди, пока они не уйдут.

Если без вызова пришел сантехник, электрик или почтальон, прежде чем его впустить, позвони в диспетчерскую, обслуживающую ваш дом, и наведи справки.

Если возвращаясь, домой, ты чувствуешь, что тебя преследуют, не заходи в дом, а вернись в многолюдное место, и попроси помощи.

Прежде чем открывать ключом входную дверь, убедись, что поблизости никого нет.

Нельзя открывать дверь незнакомому человеку и впускать его в квартиру!!!

Каждый ребёнок должен знать, что по серьёзному делу взрослые будут разговаривать только с родителями. Если с почты принесли телеграмму или счёт, то за них нужно расписаться, значит, это могут сделать только взрослые.

Ребенок должен просто сказать, чтобы пришли в тот час, когда дома будут взрослые. То же самое касается и электрика и водопроводчика. Даже если у вас дома вдруг внезапно погас свет или прорвало трубу, детям необходимо обязательно позвонить родителям, и узнать, как поступить. В

крайнем случае, можно спросить у соседей, которых давно знаете.

Необходимо также научить детей правильно ориентироваться в конкретной ситуации.

Правила поведения при покупках

Если ты собираешься делать покупки -

перед выходом из дома пересчитай наличные деньги;

не говори никому о том, какой суммой денег ты располагаешь;

неходи один в торговую палатку, машину, подсобное помещение, обязательно возьми с собой сопровождающего тебя человека;

расплачиваясь, не показывай все деньги, имеющиеся у тебя.

Следуя этим советам, ты сделаешь покупку, которая принесет тебе радость.

При обнаружении подозрительного (взрывоопасного) предмета

Признаками взрывоопасных предметов могут быть:

бесхозная сумка, портфель, коробка, сверток, деталь, какой-либо предмет, обнаруженный в школе, в подъезде, у дверей квартиры, под лестницей, в машине и общественном транспорте;

натянутая проволока или шнур;

провода или изолирующая лента, свисающие из-под машины.

Запомни, что в качестве прикрытия, маскировки для взрывных устройств используют обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, детские игрушки и т.п.

Во всех перечисленных случаях необходимо:

не трогать, не вскрывать, не перекладывать находку;

отойти на безопасное расстояние;

сообщить о находке учителю, родителям, сотруднику милиции, водителю, машинисту поезда.

Заходя в подъезд дома, всегда обращай внимание на бесхозные предметы. Не трогай их!!! Сообщи о них в полицию!!!

Меры безопасности при нападении собак

Помни, что собаки воспринимают улыбку как оскал зубов, а пристальный взгляд как вызов на поединок.

Делай так, как поступает собака, признав свое поражение:

отведи взгляд в сторону,

веди себя спокойно и миролюбиво,

не делай резких движений,

не поднимай руки над головой,

не поворачивайся к собаке спиной,

не убегай от нее.

Перед тем, как укусить, собака подает предупреждающие сигналы: прижимает уши, приседает на задние лапы, рычит, скалит зубы.

Если ты почувствовал, что собака сейчас бросится на тебя:

прижми подбородок к груди, защитив шею,

подставь под пасть собаки сумку, зонт, куртку, обувь, игрушку и т.п. твердым и решительным голосом попробуй подавать команды: «Стоять!», «Фу!», «Нельзя!», «Место!», «Сидеть!», «Лежать!», «Брось!», «Назад!» и другие - вразной, быстро, много и громко.

Попробуй отвлечь собаку, бросив в сторону любой предмет, лучше палку или зонт.

Не подходи близко к бездомным собакам, какими бы безобидными они не казались.

Если собака тебя все-таки укусила, немедленно обратись к врачу!

Правила поведения при пожаре:

не звони из задымленного помещения, где уже занялся пожар, выберись в безопасное место и позвони в службу «01»;

не стой в задымленном или горящем помещении - прижмись к полу, где воздух чище, и пробирайся к выходу;

не трать времени на поиски документов и денег, не рискуй, уходи из опасного помещения;

никогда не возвращайся в задымленное или горящее помещение, какие бы причины тебя не побуждали к этому;

уходя из задымленных или горящих комнат, закрывай за собой дверь, это уменьшит риск распространения пожара;

никогда не открывай дверь, если она горячая на ощупь;

если нет путей эвакуации, по возможности заткни дверные щели подручными средствами (любыми тряпками, скотчем и т.п.);

находишься около окна, чтобы тебя можно было увидеть с улицы;

старайся не открывать другие двери в помещении, чтобы не создать дополнительную тягу воздуха.

Будь терпелив, не паникуй!

при пожаре в здании не пользуйся лифтом, он может отключиться в любую минуту;

при ожогах ни в коем случае не смазывай кожу, чем бы то ни было, не прикасайся к ожогам руками;

при возникновении пожара твой главный враг время. Каждая секунда может стоить тебе жизни!