

ДЕТЯМ О ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ В ГОЛОЛЁД

Зима – одно из самых чудесных времен года, которое так любят и взрослые, и малыши. Однако несоблюдение правил поведения зимой для детей может привести к серьезным травмам и даже к летальному исходу.

Прогулки на свежем воздухе и игры в зимний период всегда приносят детям огромную радость. Это чудесное время, проведенное детьми на улице зимой, очень полезно для растущего организма. Подвижное времяпрепровождение улучшает кровообращение в организме ребенка, стимулирует иммунную систему и оказывает закаливающее действие.

Однако радость от зимних прогулок могут омрачить не только простуда, но и всевозможные травмы. Каждую зиму реки, пруды и озера покрываются «ледяной корочкой». Эти места так и манят детей поиграть в хоккей, покататься на коньках или просто погулять. Кажется, что лед очень толстый и безопасный, и ни за что не сломается. Но на самом деле это вовсе не так, ведь вода замерзает неравномерно. В местах, где в водоем впадают ручьи, реки и в середине лед еще тонкий и хрупкий, а по краям – гораздо толще. Может случиться и такое, что даже толстый лед не выдержит веса группы людей. В итоге можно оказаться в ледяной воде или еще хуже попасть под лед.

Правила поведения на замерзших водоемах:

1. для зимних игр есть специально отведенные места (каток, горки);
2. заледеневшие водоемы лучше обходить стороной. Если наступить на тонкий лед, он непременно затрещит. В такой ситуации нельзя паниковать и делать резких движений. Необходимо спокойно и как можно быстрее добраться до берега, но ни в коем случае не бежать. Если лед под ногами продолжает трескаться, аккуратно ляг на живот и ползи к берегу.

Осторожно, гололед!

1. Учите детей, что ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажками, наступая на всю подошву.
2. Ступая на лед, максимально нагружайте носок, а не пятку.
3. Ходите по тротуарам, посыпанным песком и солью.
4. Старайтесь по возможности обходить скользкие места, выбирайте внутренний край тротуара с непротоптаным снегом.
5. Во время таяния льда и снега берегитесь сосулек – не ходите под стенами домов.
6. Не держите руки в карманах – это увеличивает вероятность падения и получения травм.
7. Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу – машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу!
8. Обувь должна иметь глубокий протекторный рисунок на подошве.

Уважаемые родители! Зимой темнеет рано, поэтому следует позаботиться об общей безопасности ребенка. Прикрепите на куртку и обувь малыша специальную светоотражающую полоску или небольшой маячок. В темноте такая полоска станет ярко блестеть, и водители автомобилей сразу её заметят. Это поможет сберечь жизнь и здоровье вашего ребёнка.

Воспитатель Ильина Светлана Николаевна

Вестник «Калинки»

Выпуск 16

Тема номера:



Сегодня в номере:

Оказание первой помощи при зимних травмах

Детям о правилах поведения в гололёд

Праздники в январе



ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ЗИМНИХ ТРАВМАХ

Низкая температура, ветки, осколки стёкол, скрытые в снегу, гололёд, сосульки – всё это может стать причиной травм у детей зимой.

Обморожения

Обморожение – повреждение тканей организма под воздействием холода. Различают четыре степени тяжести обморожения в зависимости от глубины поражения тканей:

■ 1-я степень обморожения характеризуется чувством жжения, покалывания, онемением, бледностью кожи, розовеющей при нагревании (растирании). Если быстро принять соответствующие меры, то изменения полностью обратимы. В течение недели может сохраниться снижение чувствительности, шелушение кожи.

■ при 2-й степени ощущения пострадавшего те же, что и при 1-й, но главным отличительным признаком является образование пузырей, наполненных прозрачным содержимым в первые часы и дни после травмы. Самое частое осложнение при данной степени отморожения – присоединение вторичной инфекции кожи.

■ 3-я степень обморожения возникает после длительного воздействия холода. В начальном периоде образуются пузыри, наполненные кровянистым содержимым, дно их синеватое, нечувствительное к раздражениям. Чувствительность на обмороженных участках стойко утрачивается. Заживление протекает в течение двух месяцев с образованием рубцов, длительно сохраняются сосудистые нарушения, болевые ощущения и парестезии.

■ 4-я степень характеризуется глубоким обморожением тканей с частым повреждением костей и суставов. Поврежденный участок конечности выглядит резко синюшным. Иногда с мраморной расцветкой, после согревания быстро развивается отёк. Пузыри образуются на участках кожи, где имеется отморожение 2 -3-й степеней. Таким образом, отсутствие пузырей при значительно развивающемся отёке, утрата чувствительности свидетельствует об отморожении 4-й степени.

К обморожению приводят тесная и влажная одежда и обувь, физическое переутомление, голод, вынужденное длительно-неподвижное и неудобное положение, ослабление организма в результате перенесённых заболеваний.

Оказание первой помощи при отморожении 1-й степени:

1. Доставить пострадавшего в ближайшее помещение.
2. Снять промёрзшую обувь, носки, варежки.
3. Согреть охлаждённые участки до покраснения (подышать; провести теплыми руками легкий массаж, растереть шерстяной тканью).
4. Наложить ватно-марлевую повязку.

Оказание первой помощи при отморожении 2-4 степени:

1. Доставить пострадавшего в ближайшее тёплое помещение.
2. Снять промёрзшую обувь, носки, варежки.
3. Наложить теплоизолирующую повязку (слой марли, теплый слой ваты, вновь слой марли, а сверху клеенку или прорезиненную ткань. **Внимание!** Следует избегать быстрого согревания!
4. Осуществить иммобилизацию пораженной конечности с помощью подручных средств – наложить дощечку или картонку, прибинтовать поверх повязки.
5. Дать горячее питьё.

6. Дать обезболивающий препарат («Парацетамол» или «Ибупрофен») и сосудорасширяющее средство («Но-шпу» или «Папаверин»).
7. Вызов врача.

При обморожении 3-й и 4-й степеней проводится госпитализация в больницу



Травмы на льду.

Получить травму зимой можно как при активных играх: катание с горки, на коньках, лыжах, так и при падении на лёд. Наиболее часто в травмпункты обращаются с вывихами и переломами верхних конечностей.

Оказание первой помощи при подозрении на перелом конечности:

1. Провести иммобилизацию — зафиксировать конечность как минимум в двух суставах, выше и ниже травматического повреждения.
2. Положить холод на область травмы.
3. При наличии кровотечения наложить жгут (плотно перетянуть конечность ремнем или иным подручным средством), положить давящую повязку. Снять одежду с травмированной конечности, как правило, затруднительно, поэтому целесообразно разрезать рукав или штанину ножницами.
4. Осуществить транспортировку пострадавшего в теплое помещение. При травмах верхних конечностях ребенка можно нести на руках. Если ребенок не может идти, нужно сконструировать носилки из подручных материалов. При подозрении на травму спины и шеи важно положить пострадавшего на жёсткую поверхность и зафиксировать шею плотным воротником.
5. В теплое помещение дать теплое питьё, обезболивающее средство («Ибупрофен» или «Парацетамол»).
6. Вызвать врача.



Травмы головы.

При падении сосульки с крыши в большинстве случаев отмечается травма головы – от лёгких ушибов до тяжелейшей открытой черепно-мозговой травмы.

Оказание первой помощи при ударе сосулькой:



1. Если ребенок после полученной травмы в сознании – отвести его в помещение, уложить. Оценить характер внешних повреждений, обработать ссадину антисептиком, наложить повязку.
2. При отсутствии сознания немедленно вызвать врача, до его прибытия двигать ребёнка не желательно (возможна травма шейного отдела позвоночника). Необходимо укрыть пострадавшего, следить за его дыханием и пульсом. При наличии кровотечения наложить повязку.

Но в любом случае самым надежным способом борьбы с зимними травмами остается их профилактика:

- одевайте детей по погоде;
- выбирайте обувь с рифленой подошвой;
- избегайте прогулок под нависшими сосульками;
- не оставляйте детей без присмотра.

Здоровья Вам и вашим детям!

Медицинская сестра Швец Елена Ремировна