

Профилактика бытового травматизма у детей



Профилактика травматизма и синдрома внезапной смерти у детей возрастной группы до 1 года

Рекомендации родителям

У детей до трёх месяцев наиболее частые травмы и состояния, приводящие к смерти – падения, аспирация пищей, ожоги кожи, синдром внезапной смерти.

Профилактика внезапной смерти.

- Укладывайте спать младенца только на спину. В положении лёжа на животе экскурсия грудной клетки ограничена из-за прижатия её передней поверхности к матрасу. Кроме того, у спящего на животе малыша голова повернута в сторону, что может ухудшать кровоснабжение мозга и вести к угнетению центра дыхания.
- Используйте твёрдый матрас с туго натянутой простыней на резинке. Стёганные одеяла с кружевами могут блокировать дыхательные пути малыша во время сна.
- Расстояние между прутьями кроватки должно быть оптимальным, чтобы ребёнок не выпал и не застрял между ними.

- На время сна ребёнку нельзя одевать шарфики, одежды или шапочки на завязках, слюнявчики. Не допустимы соски или игрушки на шнурках.

Профилактика асфиксии (удушения). Что необходимо делать, если ребёнок срыгивает?

- Перед каждым кормлением выкладывайте ребёнка на живот, для того, чтобы из желудка вышел избыток воздуха.
- После каждого кормления держите ребёнка в вертикальном положении («столбиком»), прижав к себе его животиком, пока малыш не отрыгнёт излишек воздуха.
- Если ребёнок торопится и заглатывает воздух во время кормления, то необходимо прервать кормление и помочь малышу отрыгнуть этот газ. Затем можно продолжить прерванное ранее кормление.
- В тех случаях, когда мама держит ребёнка «столбиком», а воздух всё-таки не отходит, необходимо положить ребёнка на несколько секунд в горизонтальное положение. Тогда газ в желудке перераспределится, и когда ребёнка переведут вновь в вертикальное положение, воздух легко выйдет.
- **Никогда не кладите ребёнка на спину сразу после кормления!** Необходимо положить малыша так, чтобы *грудная клетка и голова были слегка наклонены в сторону (подложите под бочок пелёнку)*. При этом, если ребёнок срыгнёт, молоко не попадёт в дыхательные пути

Профилактика падений

- Всегда пристёгивайте малышек при использовании высоких стульчиков или переносок.
- Укладывая ребёнка в переноску, устанавливайте её только на полу, а не на стуле, столе или любой другой мебели.
- Никогда не оставляйте ребёнка одного на возвышенной поверхности (кровать, диван, кресло, столик для переодевания).

Профилактика ожогов

Тонкая кожа младенцев подвержена ожогам в большей степени, чем кожа взрослых. Поражается быстрее, глубже и при более низких температурах.

- В ванночке для купания должен быть всегда градусник (температура купания 37-38 градусов). Купайте малыша в детской ванночке.
- Наливайте в ванну небольшое количество воды.
- Никогда не оставляйте ребёнка одного в ванне. Перед купанием приготовьте все необходимые вещи и уложите их в пределах досягаемости. Если Вы что-то забыли, то не оставляйте малыша одного. Укутайте его в полотенце и возьмите с собой в комнату.
- Температура воды для питья и пищи ребёнка (смесь и т.д.) должна находиться под строгим контролем и не быть выше 40 градусов.
- Никогда не пейте горячий чай с ребёнком на руках!
- Первая помощь при ожогах – охлаждение обожжённой поверхности водой комнатной температуры (18-20 градусов) в течение 15-20 минут. При этом необходимо срочно вызвать скорую помощь!

Профилактика травматизма и несчастных случаев у детей возрастной группы 4-6 месяцев

В связи с ростом и развитием ребёнка, увеличением подвижности и эмоциональности, характер травм расширяется и меняет свой спектр.

- 4-ый месяц – падения весьма типичны для этого возраста. Поэтому никогда не оставляйте ребёнка одного на любой возвышенной поверхности.
- 5-ый месяц – в этой возрастной группе бич ожоги. Поэтому никогда не ставьте и не оставляйте посуду с горячим питьём, едой в радиусе досягаемости ребёнка.
- 6-ой месяц – часты падения с кровати. Поэтому расстояние от матраса до верхнего края кровати должно быть не менее 53 см.

Безопасность детской комнаты

- Используйте в детской кровати аккуратно подогнанный матрас. При подъёме боковых перил фиксируйте их защёлками.
- Не при каких обстоятельствах не следует спать на одной кровати с ребёнком.
- Не используйте подушки для детей младше 12 месяцев.
- Не пользуйтесь грелками при уходе за ребёнком.

- Не кладите ребёнка спать вблизи любых источников тепла — вблизи отопительных приборов, под прямыми лучами солнца и т.д.
- Не используйте водяную кровать, подушку или другие предметы обихода с мягкой поверхностью, которые могут явиться причиной асфиксии (удушения) ребёнка.
- Перед засыпанием положите ребёнка на спину или лучше на бок.

Безопасность детской одежды

- Используйте конверты для сна. Дети раннего возраста вертятся и откидывают одеяло во время сна.
- Не следует пользоваться чепчиками и шапочками с завязками.
- Избегайте использования одежды либо аксессуаров с затягивающимися элементами. Удалите шнурки с одежды. Не надевайте на детей ожерелья, кольца или браслеты.
- Используйте пижамы из негорючей ткани.
- Никогда не подпирайте бутылочку во время кормления. Не оставляйте ребёнка одного во время кормления.
- Никогда не вешайте на шею ребёнку предметы (например, пустышку) на ленте или верёвке, которые затягиваясь в петлю, могут явиться причиной асфиксии.

Безопасная перевозка ребёнка в автотранспорте

- Используйте только проверенные детские сиденья, которые соответствуют возрасту и весу ребёнка.
- Усаживайте детей на сиденье правильно: оно должно быть обращено против движения автомобиля.
- Никогда не сажайте ребёнка или младенца себе на колени во время передвижения на легковом или грузовом автомобиле.
- В автомобиле все пассажиры должны быть пристёгнуты.
- Не оставляйте ребенка в автомобиле одного.
- Контролируйте температурный режим в автомобиле, особенно в летнее время.

Профилактика травматизма и несчастных случаев у детей возрастной группы 7-9 месяцев

Ваш ребёнок подрос, стал активнее познавать мир, самостоятельно сидеть, вставать и даже ходить, держась за опору! Ваше внимание к малышу должно утроиться!

В 7-9 месяцев его подстерегают новые опасности – например, аспирация инородных тел в дыхательные пути.

Поэтому игрушки должны быть без мелких деталей, а пол чистый, без посторонних предметов (следует убрать пуговицы, монеты, бусинки, батарейки, булавки и пр.)

Для этой возрастной группы характерны также ожоги, парезы, ушибы, отравления. Не оставляйте ребёнка одного на кухне. Он должен всегда находиться в Вашем поле зрения. Не оставляйте любые, особенно опасные предметы на краю поверхностей. Уберите скатерти. Готовьте пищу на дальних горелках. Уберите ножи, ножницы, вилки и др. острые предметы, а также спички, пепельницы, зажигалки. Обязательно перекрывайте газ. Изолируйте все острые углы мебели, зафиксируйте двери шкафов, окон, входную и балконные двери. Уберите стулья, кресла, диваны от окон. Отопительные батареи закройте решётками или мебелью.

Чтобы избежать отравления — не оставляйте доступными лекарственные, чистящие и любые другие химические средства. Храните их надёжно закрытыми, в недоступных для детей местах.

Не храните лекарственные средства в дамских сумках.

Безопасность кухни и ванной комнаты

- Опасные предметы и явления, горячие напитки и еда, ножи и электрические приборы должны быть вне досягаемости детей.
- Во время приготовления пищи, ручки кастрюль и сковородок располагайте вне зоны доступа ребёнка.
- Используйте ремни безопасности в специальном стульчике для кормления.
- Установите температуру нагревателя воды не более 45°C. Удостоверьтесь, что вода в ванне тёплая, а не горячая
- В первые 5 месяцев жизни купайте малыша в детской ванночке. Для старших детей используйте сиденье для большой ванны.
- Наливайте в ванну небольшое количество воды.

- Никогда не оставляйте ребёнка одного в ванне. Перед купанием приготовьте все необходимые вещи и уложите их в пределах досягаемости. Если Вы что-то забыли, то не оставляйте малыша одного. Укутайте его в полотенце и возьмите с собой в комнату.
- После купания и всех процедур необходимо немедленно удалить воду из ванны. Крышки унитазов, двери в туалеты, ванны и прачечные помещения держите постоянно закрытыми.

Игрушки

- Храните мелкие предметы вне досягаемости ребёнка.
- Тщательно удаляйте упаковку, прежде чем дать игрушку ребёнку.
- Регулярно мойте игрушки.
- Музыкальные подвески для кроваток должны быть установлены вне досягаемости ребёнка. Их необходимо убрать, когда малыш начнёт самостоятельно сидеть.
- Покупайте сертифицированные, негорючие, моющиеся и нетоксичные игрушки.
- Игрушки должны соответствовать возрасту Вашего ребёнка. Следите, чтобы малыши не играли с игрушками старших братьев и сестёр. Их игрушки могут быть опасны для детей младше 3 лет.
- Давайте детям для ознакомления или игры только безопасные предметы.
- Объясняйте назначение предметов домашнего обихода.
- Никогда не погружайте в воду электрические игрушки.

Отравления

- Если вы заподозрили, что Ваш ребёнок проглотил какое-нибудь опасное вещество, не пытайтесь вызывать рвоту или давать малышу «запить» проглоченное без предварительной консультации с врачом. Немедленно свяжитесь со службой скорой медицинской помощи!
- Больше половины всех детских отравлений обусловлено случайным приёмом лекарств. Держите все препараты (даже витамины) в недоступном для ребёнка месте. Не называйте лекарства «конфетками», потому что так можно спровоцировать у ребёнка интерес к ним.

- На дверцах шкафчиков, в которых хранится бытовая химия и медикаменты, установите специальные запоры или замки.
- Держите мелкую электронику и гаджеты (брелоки сигнализации, часы, пульты дистанционного управления, «беспламенные свечи», лазерные указки, фонарики и тому подобные предметы), содержащие литиевые батарейки, в местах недоступных детям.
- Открытые источники воды (даже бочка или ведро с водой на приусадебном участке) должны быть надёжно ограждены, потому что они могут стать причиной утопления ребёнка. При наличии таких источников вблизи детей требуется особое внимание и постоянный контроль. Трагедии у воды, как правило, происходят беззвучно и в течение короткого промежутка времени (менее 1 минуты). Будьте всегда рядом!

У детей возрастной группы 10-12 месяцев

По мере взросления Вашего малыша он становится все более самостоятельным. А это значит, что ему требуется пристальное внимание, чтобы он не попал в беду из-за своей любознательности и активности.

В возрастной группе 10-12 месяцев на первый план причин травматизма и несчастных случаев выходят инциденты, связанные с падениями, отравлениями и по-прежнему ожогами.

Бытовая химия

- Если Вы убрали бутылку с моющим средством на верхнюю полку или закрыли в шкафчике, это не значит, что ребёнок её не найдёт и не опрокинет на себя. В таком случае химическое средство может попасть на нежную кожу малыша, в глаза или рот, при этом возможны совершенно катастрофические последствия не только для ребёнка, но и всей семьи. Поэтому всегда убирайте средства бытовой химии в места недоступные для детей. Места хранения опасных веществ любого происхождения и назначения должны быть оборудованы надёжными системами защиты от несанкционированного доступа (замки, засовы и т.д.).

Игрушки не по возрасту и спортивный инвентарь

- Особая опасность создаётся в тех случаях, когда в доме есть старший ребёнок, который остаётся без надлежащего внимания со стороны взрослых. Складывая пазлы, собирая конструкторы и играя с

игрушками, содержащими мелкие детали, он невольно может стать виновником трагедии (аспирация инородных тел и возможная асфиксия, а также попадание инородных тел в желудочно-кишечный тракт, ухо, нос и т.д.). Полностью изолировать от опасных предметов младшего ребёнка становится очень сложно.

Потенциальную опасность для детей представляют по тем же причинам также велосипеды, гантели, скакалки и другой спортивный инвентарь и снаряжение.

Дамские сумки

- Придя с работы, иногда не оценив возможную опасность, сумку без присмотра оставляют на стуле, комоде или на полу. А ведь внутри находится множество опасных для ребёнка предметов: маникюрные ножницы и иные инструменты, всякие мелочи и даже помада с лаком для ногтей и жидкостью для его удаления, нередко медикаменты и пр. Все это, оказавшись в руках ребёнка, может привести к очень печальным последствиям.

Растения в горшках

- Ребёнок может травмироваться падающим цветочным горшком, неудачно расположенном на подоконнике. Грунт из горшка, содержащий удобрения, может явиться источником отравления или инородным телом в носоглотке, желудке, ухе, глазу. А домашние растения, которые порой оказываются ядовитыми, способны быть смертельно опасными для малыша, если он вздумает попробовать на вкус их листья или яркие цветки.

Еда для домашних животных

- Пакет с собачьей едой и миски, из которых едят питомцы, обычно всегда находятся на полу – в открытом доступе не только для животных, но и для малыша, который, не исключено, попытается попробовать их содержимое на вкус. Организуйте безопасные для малыша условия содержания домашних животных.
- Безопасность в доме
- Если средством передвижения ребёнка по дому являются ходунки, то устанавливайте это приспособление подальше от лестниц, обогревающих приборов, свисающих проводов или оконных шнуров.

- Установите на окна специальные защитные решётки. Они должны быть снабжены устройствами аварийной разблокировки на случай пожара.
- Обеспечьте надёжную фиксацию мебели (особенно высоких шкафов), техники и любых других предметов, которые могут опрокинуться и упасть.
- Удостоверьтесь в том, что детские игрушки не содержат мелких частей и деталей, которые ребёнок может оторвать и вдохнуть, либо попытаться проглотить.
- Рацион детей до 5 летне должен содержать продуктов округлой формы плотной консистенции (способных вызвать обтурацию, или закупорку, дыхательных путей), таких как порезанные сосиски, ядра орехов, карамельки, виноградины, зерна кукурузы.
- Располагайте провода и шнуры вне досягаемости вашего ребёнка. Переместите кровать, манеж, игрушки и детскую мебель на достаточное расстояние от этих предметов.
- Периодически на четвереньках «прогуливайтесь» по полу— таким образом вы быстрее заметите опасные предметы, которые ребёнок может отправить в рот.
- Детские автокресла для детей младше 2 лет следует устанавливать против движения машины. Перед тем как заводить авто, убедитесь, что ремень натянут достаточно для эффективной фиксации кресла. Попробуйте «защипнуть» ремень, и, если складка образовалась — затяните его потуже. Само автокресло не должно сдвигаться больше, чем на 2–3 см.
- Держите горячую пищу, массивные предметы, всё, что может начать двигаться по салону при торможении, подальше от ребёнка.

Будьте всегда рядом!