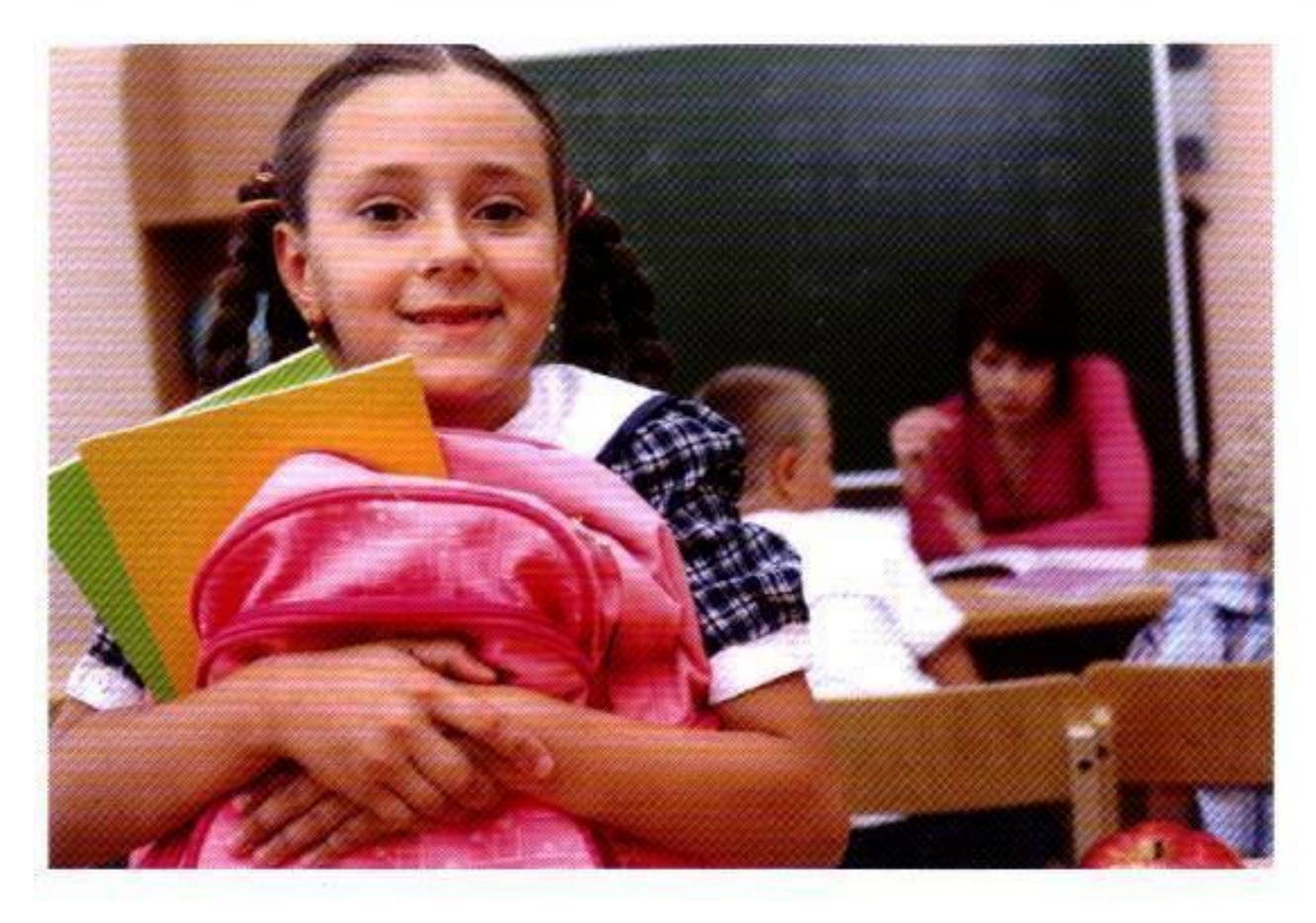
Департамент
Здравоохранения
Ханты-Мансийского
автономного округа-Югры

Профилактика травматизма у детей в период летнего отдыха

Профилактика детского травматизма является важной медико-социальной проблемой. Профилактика детского травматизма, естественно, ложится на плечи родителей и учителей. Детский травматизм распространён куда больше, чем травматизм взрослых, и это не удивительно. Дети очень любознательны, пытаются активно познавать окружающий мир. Но при этом житейских навыков у них ещё мало, и они не всегда умеют оценить опасность ситуации. Поэтому детские травмы, увы, не редкость. Полученная ребёнком травма может привести к тяжёлым последствиям, а иногда и к гибели.



Конечно, полностью искоренить детский травматизм невозможно — от несчастного случая не застрахован никто. Но задача родителей — максимально обезопасить своего ребёнка. Ведь большинство травм происходят именно по вине родителей — недоглядели, недообъяснили.

Основные правила поведения детей на дорогах

Детский дорожно-транспортный травматизм имеет ярко выраженный сезонный характер. Максимальное число погибших и раненых в ДТП детей регистрируется с мая по сентябрь, фактически в период летних каникул. Нередко дети предоставлены сами себе, отсутствует должное внимание к ним со стороны родителей, не налажена организация досуга детей, особенно в период каникул.

Запомните несколько важных правил:

- На дорогу надо выходить спокойно, сосредоточенно, уверенно так, чтобы водитель видел тебя. Конечно, соблюдая правила пешехода.
- Переходить дорогу надо перпендикулярно к оси дороги, а не по диагонали.
- Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения.
- Если транспортный поток застал тебя на середине дороги, остановись, не паникуй. Продолжать переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения.
- Маленького ребёнка переводить через дорогу надо только за руку.
- Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии – по обочинам.
- При движении по краю проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств.
- При переходе через дорогу нужно руководствоваться сигналами светофоров, обозначенным пешеходным переходом, а если их нет – переходить на перекрёстке.
- При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрёстка разрешается переходить дорогу под прямым

углом к краю проезжей части на участках там, где она хорошо просматривается в обе стороны.

• При переходе через проезжую часть, следует соблюдать правила: необходимо остановиться на краю дороги, посмотреть налево, затем направо, чтобы выяснить, не приближается ли транспорт с другой стороны.

• Входить и выходить из транспорта можно только после полной остановки транспортного средства.

• Выйдя из трамвая, автобуса надо пройти на тротуар, а на другую сторону улицы переходить только на перекрёстке.

• Нельзя выбегать на проезжую часть внезапно, особенно из-за кустов или стоящего автомобиля.

• Играть следует там, где нет движения транспорта: на детских площадках, в парках, во дворах, на стадионах, в скверах, на лужайках, во дворах.

• На самокатах и роликах следует кататься там, где нет движения транспорта.

• Детям до 14 лет нельзя выезжать на велосипеде на проезжую часть.

• На одежде пешеходов, на рюкзаках должны размещаться светоотражающие элементы. Присутствие светоотражающих элементов на детской одежде может значительно снизить
детский травматизм на дорогах.

• Группы детей разрешается водить только по тротуарам и пешеходным дорожкам, а при их отсутствии – и по обочинам, но лишь в светлое время суток и только в сопровождении взрослых.

ПОМНИ:

КРАСНЫЙ сигнал запрещает движение;

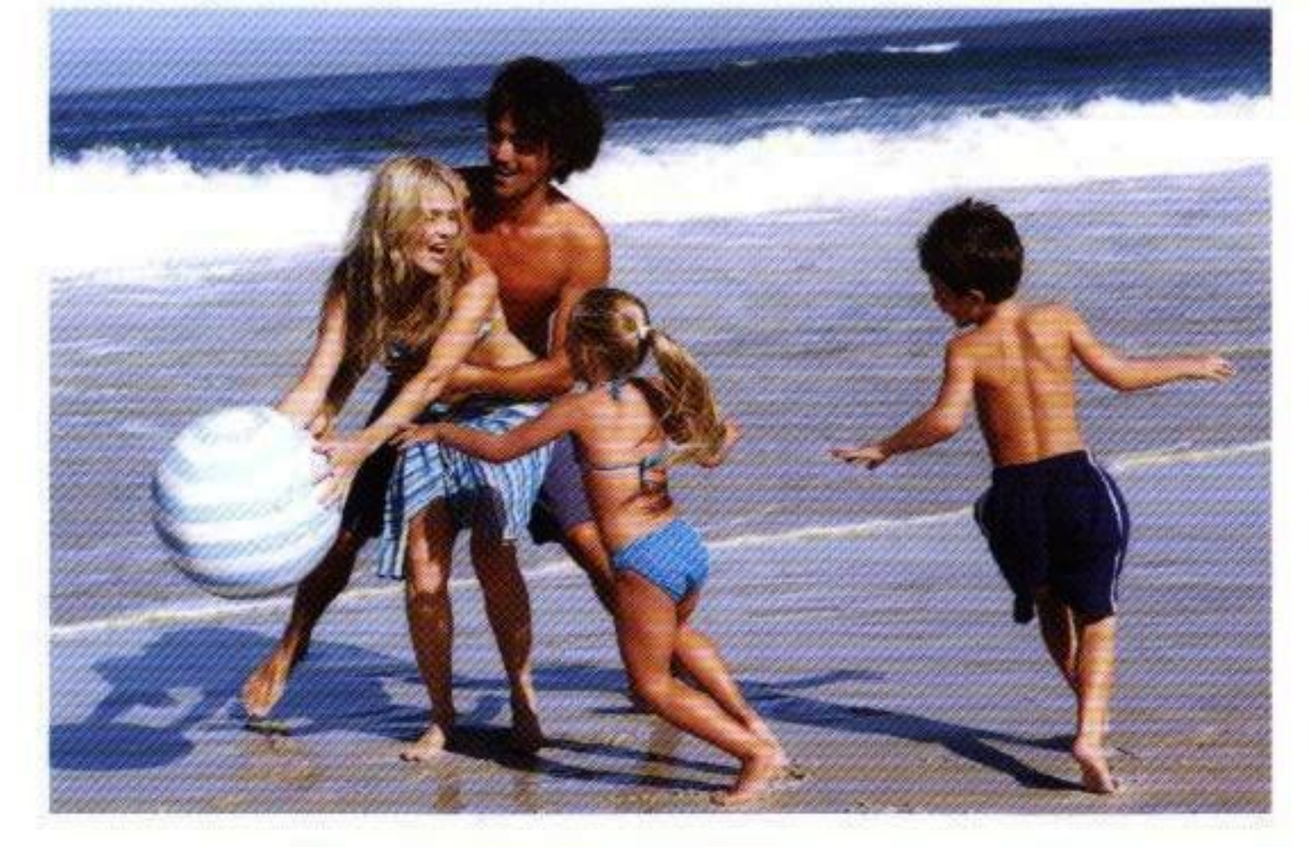
ЖЁЛТЫЙ сигнал светофора запрещает движение, и предупреждает о предстоящей смене сигналов;

ЗЕЛЕНЫЙ сигнал светофора разрешает движение.

Правила поведения на воде

Чтобы избежать несчастного случая, надо знать и соблюдать меры предосторожности на воде. Находясь у воды, помните о собственной безопасности и безопасности Ваших детей. Будьте готовы оказать помощь попавшему в беду.

• Для купания лучше выбирать места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта.



• Опасно подплывать к идущим пароходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения.

• Начинать купаться следует при температуре воздуха от + 20*, воды + 17, +19*С. Входить в воду надо осторожно, на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой.

• Не заплывайте за буйки, обозначающие границы заплыва.

• Опасно заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил.

• Не доводите себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги, сводит руки и ноги.

• Во время купания никогда не принимайте пищу, не жуйте жевательную резинку.

• Не затевайте в воде игры, связанные с нырянием и захватом купающихся.

• Не используйте для плавания доски, лежаки, брёвна, камеры автомашин и т.п..

• Не заходите в воду при сильных волнах. Попав в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, по-

степенно приближаясь к берегу.

• Опасно нырять в местах неизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть. Не менее опасно прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут быть сваи, рельсы, камни и осколки стекла. Нырять можно лишь там, где имеется для этого достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно.

• Если не умеете плавать, необходимо иметь спасательные средства.

• Не находиться на крутых берегах с сыпучим песком, чтобы не быть засыпанным.

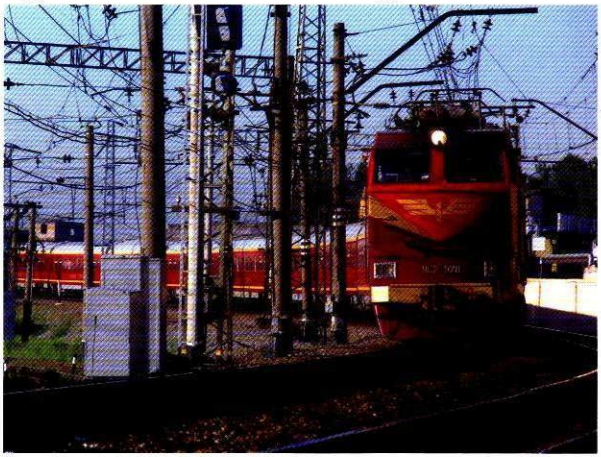
• Никогда не следует подплывать к водоворотам – это самая большая опасность на воде. Водоворот затягивает купающегося на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть.

Необходимо помнить, что соблюдение мер предосторожности – главное условие безопасности на воде.

Правила поведения детей на железной дороге

Запомните:

- Переходить через пути нужно только по мосту или специальным настилам.
- Не подлезайте под вагоны! Не перелезайте через автосцепки!
- Не заскакивайте в вагон отходящего поезда.
- Не выходите из вагона до полной остановки поезда.
- Не играйте на платформах и путях!
- Не высовывайтесь из окон на ходу.
- Выходите из вагона только со стороны посадочной платформы.
- Не ходите на путях.
- На вокзале дети могут находиться только под наблюдением взрослых, маленьких детей нужно держать за руку.



- Не переходите пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 400 метров. Поезд не может остановиться сразу!
- Не подходите к рельсам ближе, чем на 5 метров.
- Не переходите пути, не убедившись в отсутствии поезда противоположного направления.
- Не катайтесь по платформе на велосипеде, скейтборде и роликах - ЭТО ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!
- Приближаясь к железной дороге – снимите наушники – в них можно не услышать сигналов поезда!
- Никогда не переходите железнодорожные пути в местах стрелочных переводов. Поскользнувшись, можно застрять в тисках стрелки, которая перемещается непосредственно перед идущим поездом.
- Опасайтесь края платформы, не стойте на линии, обозначающей опасность! Оступившись, вы можете упасть на рельсы под приближающийся поезд.

Берегите себя!