

## ПАМЯТКА «ДЕТСКИЙ ТРАВМАТИЗМ»

До настоящего времени, к сожалению, сохраняется высокий уровень детского травматизма. По данным федерального статистического наблюдения в сфере здравоохранения ежегодно медицинские организации России регистрируют более 3 млн детских травм. Таким образом, каждый девятый ребенок в возрасте 0-17 лет обращается за медицинской помощью при несчастных случаях. Родители, педагогические работники должны прививать детям навыки безопасной жизнедеятельности, объяснять и проводить профилактические мероприятия, направленные на профилактику детского травматизма.

### **Профилактика уличного травматизма в весенне-летний период**

В весенне-летний период увеличивается риск уличных травм из-за активного отдыха. Соблюдение простых правил поможет избежать неприятностей.

#### *Правила поведения на улице*

- Переходи дорогу только по пешеходному переходу и на зеленый сигнал светофора;
- не выбегай внезапно на проезжую часть;
- носи в темное время суток светоотражающие элементы на одежде.

#### *Безопасность на детских площадках*

- Не толкайся и не играй на оборудовании не по назначению;
- не прыгай с высоты и не залезай на ограждения;
- следи за состоянием оборудования, не подходи к сломанным или ржавым конструкциям.

#### *Особенности весеннего периода*

- Будь осторожен на скользких и мокрых дорожках после дождя;
- избегай луж – под ними могут быть ямы или скользкая поверхность.

*Помни:* твоя безопасность зависит от твоей внимательности и соблюдения правил!

### **Безопасность на водных объектах в летний период**

Лето – время отдыха и купания, поэтому важно помнить о правилах безопасности на воде. Соблюдение этих простых правил поможет избежать несчастных случаев.

#### *Основные правила*

- Купаться можно только в специально оборудованных местах и в присутствии взрослых;
- не заплывай за буйки и не заходи в воду в незнакомых местах;

- не ныряй в воду с мостов, обрывов или деревьев – можно получить травму;

- не купайся сразу после еды или на голодный желудок;

- не играй в опасные игры на воде.

*Запрещается:*

- купаться без разрешения и присмотра взрослых;

- заплывать в глубину, если не умеешь плавать;

- использовать надувные матрасы и круги далеко от берега;

- подавать ложные сигналы о помощи.

*Если случилась беда*

- Не паникуй, старайся держаться на воде и звать на помощь;

- если видишь, что кто-то тонет, немедленно зови взрослых или звони по номеру **112**.

*Помни:* вода не прощает беспечности! Будь осторожен и соблюдай правила безопасности.

### **Профилактика выпадения детей из окон**

Падение из окна – одна из частых причин травм среди детей. Для предотвращения несчастных случаев, важно соблюдать следующие правила:

- не играй у окна и не забирайся на подоконник;

- не подставляй стулья, коробки или другие предметы, чтобы заглянуть в окно или посмотреть на улице;

- не опирайся на москитную сетку – она не выдержит твоего веса и может выпасть вместе с тобой;

- не прыгай на кровати или другой мебели рядом с окном;

- не показывай младшим, как открывать окно – это может быть опасно для них.

*Помни:* даже если окно кажется безопасным, оно может стать причиной большой беды. Береги себя и своих друзей!

### **Безопасное поведение на дороге**

Дорога – место повышенной опасности. Для защиты себя и своих близких важно знать и соблюдать основные правила дорожного движения.

*Для детей*

- Переходи дорогу только по пешеходному переходу и на зеленый сигнал светофора;

- перед переходом остановись: посмотри налево, затем направо. Убедись, что машины стоят;

- не выбегай на дорогу, не играй рядом с проезжей частью и на тротуаре;

- не катайся на самокате, роликах или велосипеде по дороге;

- не выбегай из-за стоящего транспорта или других препятствий, не осмотрев дорогу;
- выйдя из автобуса, подожди, пока он отъедет, и только потом переходи дорогу;
- если потерялся – не беги через дорогу. Обратись ко взрослому или полицейскому.

#### *Для родителей*

- Личным примером показывайте правильное поведение на дороге;
- переходите дорогу только шагом, держите ребенка за руку;
- не разговаривайте по телефону и не отвлекайтесь при переходе проезжей части;
- выходите из общественного транспорта первым, чтобы ребенок не выбежал на дорогу;
- объясняйте ребенку опасности, но не запугивайте, учите быть внимательным и ответственным.

*Помните:* безопасность детей зависит от вашего внимания и примера. Соблюдайте правила дорожного движения вместе!

### **Профилактика травматизма на детских и спортивных площадках**

Чтобы прогулки и занятия спортом приносили только радость, важно соблюдать простые правила безопасности.

#### *Для детей*

- Не толкайся на горке, не прыгай с качелей или карусели во время движения;
- катайся с горки и качайся на качелях по очереди, крепко держась за поручни;
- не подходи близко к движущимся качелям – можно получить удар;
- если упал – не вставай сразу, отползай в сторону, чтобы не попасть под качели или карусель.

#### *Для родителей*

- Всегда следите за детьми, особенно дошкольного возраста. Малыши не всегда могут оценить опасность;
- осмотрите площадку перед игрой на предмет острых предметов, битого стекла, сломанных элементов, торчащих болтов;
- следите, чтобы одежда и обувь ребенка были удобными, без длинных шнурков, которые могут зацепиться;
- не разрешайте играть на неисправном оборудовании.

#### *Особые рекомендации*

- На спортивных площадках используйте защиту (шлем, наколенники, налокотники) при катании на роликах, самокатах, велосипедах;

- не оставляйте детей без присмотра даже на короткое время.

*Помните:* безопасность детей – это ответственность взрослых. Только постоянный контроль и обучение правилам помогут избежать несчастных случаев.

### **Опасность открытого огня и пожарная безопасность в быту и на природе**

Открытый огонь – это не только источник тепла и света, но и серьезная угроза для жизни, здоровья и имущества, поэтому важно соблюдать правила безопасности.

#### *Пожарная безопасность в быту*

- Не оставляй без присмотра включенные электроприборы, газовые плиты и открытый огонь;

- не перегружай электросеть, не используй поврежденные провода и розетки;

- не суши вещи над плитой или обогревателем;

- не играй с розетками и проводами;

- не накрывай лампы и светильники бумагой или тканью.

#### *Пожарная безопасность на природе*

- Не разжигай костер без взрослых;

- не играй с огнем в сухую, ветреную погоду – огонь может быстро стать большим;

- не бросай горящие спички на землю;

- не поджигай сухую траву и листья – это опасно для животных и людей.

#### *Если случился пожар*

- Зови на помощь! Громко кричи: «Пожар! Помогите!»;

- позвони по номеру **112** или **101**. Назови свое имя, адрес и сообщи, что горит;

- если есть дым – двигайся к выходу ползком, внизу дыма меньше. Закрой нос и рот влажной тканью (если есть).

Помни: огонь – не игрушка! Соблюдай правила безопасности сам и напомни о них друзьям!

### **Профилактика отравлений лекарствами, бытовой химией, ядовитыми растениями и грибами**

Отравление может произойти очень быстро. Будьте внимательны!

#### *Лекарственные препараты*

- Никогда не бери и не пробуй таблетки, которые лежат без присмотра;

- если нашел что-то похожее на конфету – покажи взрослым, не пробуй на вкус.

### *Бытовая химия*

- Не трогай красивые баночки и бутылочки под раковиной или в шкафу;
- не пробуй на вкус жидкости из бутылок, даже если они похожи на лимонад.

### *Ядовитые растения и грибы (для детей и родителей)*

- Не собирайте и не ешьте грибы и ягоды, если вы не уверены, что они съедобные. Даже один ядовитый гриб или ягода могут быть смертельны;
  - объясните детям, что красивые незнакомые ягоды на улице или в лесу могут быть опасны;
  - научитесь распознавать ядовитые растения, которые растут в нашей местности. Не пробуйте на вкус незнакомые ягоды, листья и грибы.
- Помните: главное правило профилактики – это бдительность!

## **Безопасность при использовании велосипедов, самокатов, роликов и средств индивидуальной мобильности (СИМ)**

СИМ, велосипеды, самокаты и ролики – это отличный способ активного отдыха, но только при строгом соблюдении правил безопасности.

### *Правила для велосипедистов, самокатчиков и роллеров*

- Всегда используй защитную экипировку: шлем, наколенники, налокотники;
- катайся только в специально отведенных местах (велодорожки, парки, площадки);
- не катайся вблизи проезжей части и на тротуарах с большим количеством пешеходов;
- перед поездкой проверь исправность транспорта;
- соблюдай скоростной режим, не разгоняйся слишком сильно в людных местах;
- будь вежлив с пешеходами: они всегда имеют преимущество на тротуаре.

### *Нельзя:*

- использовать телефон или наушники во время движения;
- перевозить пассажиров на одноместных велосипедах и самокатах;
- цепляться за движущиеся автомобили.

Снижение уровня детского травматизма возможно только при совместных усилиях семьи, образовательных учреждений и общества. Системная работа по профилактике детского травматизма – залог здоровья и благополучия подрастающего поколения.