

БЕЗОПАСНАЯ ЗИМА



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Пришла зима, а значит к нам вернулись снежки, лыжи, коньки, катание с горок и еще много всяких веселых зимних развлечений.

Какие общие правила безопасности нужно соблюдать, чтобы провести зиму в удовольствие и обойтись без негативных последствий?



Правильно подберите обувь своему ребенку: подошва должна быть ребристой, обувь должна быть удобной, по размеру, не стеснять движения. Когда покупаете обувь, меряйте ее с теплым носком. Верхняя одежда тоже должна быть по размеру, а также иметь светоотражающие элементы. Шапку купите на завязках, чтобы при падении она не упала с головы и смягчила удар. У ребенка обязательно должны быть варежки.

Прогулка с ребенком на улице желательна в светлое время суток, особенно это актуально, если ребенок постарше гуляет один. Объясните ребенку, на какой конкретно территории ему можно гулять, а куда ходить не следует. Лучше всего для этого подходят специально оборудованные детские площадки. Предупредите о том, что можно гулять на открытых и хорошо освещенных улицах, а играть в безлюдных местах или пустырях может быть опасно. Если ребенок гуляет один, обеспечьте его средствами связи для периодического контроля за ним.



Объясните ребенку, что нельзя есть снег и сосульки, потому что в них много замерзшей грязи. (Проведите эксперимент с ребенком: принесите домой сосульку или комочек снега, а потом растворите его в какой-нибудь посуде. Когда все растает, посмотрите из чего состояла сосулька или снег).

Также обратите внимание ребенка, что нельзя прикасаться языком, губами, голыми руками к железным предметам. Это очень опасно для здоровья.

САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ «ЗИМНИЕ ТРАВМЫ»

ТРАВМЫ ПРИ ПАДЕНИИ

Гололед часто приводит к падениям. Объясните ребенку как правильно перемещаться по скользкой дороге и как правильно падать. Не стоит держать руки в карманах, а при падении нужно сгруппироваться в «комочек», согнуть ноги и по возможности падать на бок. При падении нельзя выставлять руки вперед и приземляться на них.



Если вы с ребенком катаетесь на санках, тюбингах, лыжах, коньках или еще занимаетесь каким-то другим видом зимнего спорта – проинструктируйте его о правилах, которые он должен соблюдать.



ТРАВМЫ НА ДОРОГАХ

Объясните ребенку, что нельзя играть, кататься с горки возле проезжей части дороги, а также перебегать ее. В зимнее время дорога покрыта льдом, поэтому тормозной путь у автомобиля значительно больше. Водители не могут быстро остановиться, если увидели опасность. Не позволяйте маленьким детям одним переходить через дорогу, а также не оставляйте детей в санках при переходе через дорогу.

ОБМОРОЖЕНИЯ И ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ

Перед выходом на прогулку оденьте ребенка соответственно погоде и температуре воздуха на улице.

Обморожению чаще подвергаются пальцы кистей и ступней, нос, щеки и уши. Обморожение наступает незаметно, без боли, на лице появляются ярко-красные или белые пятна, цвет кожи становится неравномерным. В этом случае прямо на улице нужно растереть кожу мягкой варежкой или теплой рукой до полного согревания. Не стоит растирать замерзшие участки кожи снегом – это может стать причиной микротравм. Если замерзли руки и ноги, следует активно подвигаться, побегать. Не стоит долго гулять на улице при морозе, лучше разделить время прогулки на 2 раза.



Повреждение кожи может наступить не только под воздействием холода. Не стоит забывать про ветер, снегопад, даже при температуре воздуха выше нуля.

Также может наступить и общее переохлаждение, когда температура тела опускается до 35°C и ниже. Возможны оба варианта поражения одновременно.



ТРАВМЫ ОТ ФЕЙЕРВЕРКОВ

Особенно актуальны в новогодние праздники. Не разрешайте детям самостоятельно запускать фейерверки или петарды. Найдите открытое пространство, вдали от жилых домов, линий электропередач. Фейерверки должны запускаться с установкой их на земле, не следует их держать в руках. Поджигать фейерверки должны только взрослые на расстоянии вытянутой руки, а дети должны стоять в стороне.

Помните главное – всегда важно оставаться примером безопасного поведения для своих детей!

Учите их осторожности, показывайте на своём примере и обеспечивайте безопасность, даже когда вас нет рядом с ними.



8 800 200 0 200
TAKZDOROVO.RU



Служба
здоровья

