Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение «Детский сад №212 «Солнышко» общеразвивающего вида

Консультативный материал для родителей «Правила поведения на прогулке с детьми во время гололёда»

Выполнила:
А.Ю.Русских

г.Барнаул

Цель: повышение компетентности родителей в вопросах формирования у детей навыков безопасного поведения на прогулке во время гололеда.

Актуальность:

Гололед – частое атмосферное явление , являющееся причиной ушибов, растяжения связок, разрывов сухожилий, вывихов или переломов.

В случае растяжения или вывиха больное место припухает, при малейшем движении появляется боль, кровоподтёк, может измениться форма сустава.

Достаточно серьёзную травму в виде вывиха плеча рискуют получить малыши до 2 лет во время обычной прогулки, когда, ребенок поскользнулся, а родитель, предотвращая падение, резко дёргает его вверх. Плечевой сустав ребенка легко вывихнуть из-за высокой эластичности его костно-хрящевых элементов и слабом развитии мышц плечевого пояса. Чтобы прогулка не завершилась посещением травмпункта, можно использовать специальные детские вожжи, позволяющие страховать ребенка при ходьбе по скользкой поверхности.

Ни в коем случае не стоит пытаться самостоятельно вправить вывих. Ваша задача – зафиксировать повреждённую конечность. Если случился вывих сустава руки, необходимо подвесить конечность на косыночной повязке, что позволит уменьшить боль и избежать дальнейшего травмирования сустава. Если это вывих сустава нижней конечности, то следует сделать шину из подручных средств и прибинтовать её к поврежденной ноге. В случае если вывих сопровождается раной – наложить стерильную повязку. Помните, что чем раньше вы доставите ребёнка в больницу или травмпункт, тем легче будет вправить вывих.

Внезапное скольжение на льду с последующим падением чаще всего приводит к переломам конечностей, позвоночника, которые уверенно лидируют среди остальных травм. Инстинктивно при падении человек выставляет вперед руки, и именно на них приходится вся сила удара. Так, при падении на выпрямленную руку может быть повреждена не только кисть, но и плечо, локтевой сустав. Основными причинами переломов нижних конечностей являются катание на лыжах и коньках, а также ношение обуви на скользкой подошве. У детей самого раннего возраста чаще всего травмируется бедренная кость, но последствия падения на льду у маленького ребёнка меньше из-за небольшого веса и роста. Тем не менее, родителям во

время прогулок необходимо всегда быть начеку, ведь наличие даже небольшой трещины кости может стать причиной серьёзной патологии в более старшем возрасте. У детей старшего возраста переломы костей нижних конечностей встречаются чаще, причём травмируется не только бедро, но и голень. Коварство детских переломов заключается в частом отсутствии чёткой симптоматики, что вызывает трудности в диагностике даже у врачей. Точный диагноз можно поставить только с помощью рентгенодиагностики, поэтому при подозрении на перелом не откладывайте посещение врача.

Такое весёлое развлечение для детей, как катание с горки, может привести к очень сложной травме – компрессионному перелому позвоночника. Эта травма занимает второе место среди детского зимнего травматизма. Стоит ребёнку подпрыгнуть на неровности при скатывании с горки, как в грудном или поясничном отделе позвоночника возникает сильное давление, которое и травмирует позвонки. Первым признаком перелома позвоночника является временная задержка дыхания, и только потом появляется боль. Перелом позвонков нижней части грудного отдела сопровождается появлением болей в межлопаточной области, а если боль локализируется ниже, то, скорее всего, повреждены поясничные позвонки. Иногда дети совершенно не жалуется на боль в течение нескольких часов, а впоследствии появляется скованность движений. Если вы узнали от ребенка о травме на горке, немедленно обратитесь к врачу. С целью диагностики может быть назначена компьютерная или магниторезонансная томография. С ростом ребенка его позвонки будут полностью восстановлены, но лишь при условии, что подобные травмы не повторятся, иначе следующий перелом может иметь очень неприятные последствия.

Задача взрослых – убедить ребёнка беречься от попадания снега в голову, не бросать снежки с ледяной корочкой. Последствия могут ограничиться шишкой или синяком, но при падении в результате попадания снежка в голову может развиться сотрясение головного мозга. Потеря сознания, тошнота, головокружение, усиливающая головная боль, нарушение речи и обоняния, ориентации в пространстве и времени, разный размер зрачков – всё это признаки черепно-мозговой травмы. При выявлении данных симптомов важной задачей взрослых является обеспечение максимально быстрой доставки ребёнка в больницу. Даже если вы не видите причин для поездки к врачу, и малыш не предъявляет жалоб, но вы отмечаете слабость и выраженную сонливость ребенка, непременно нужно вызвать врача.

Из-за гололёда возрастает число дорожно-транспортных происшествий. Задача взрослых – научить ребенка пересекать проезжую часть дороги только

по пешеходному переходу, ни в коем случае не перебегать. Обязательно строго соблюдать правила дорожного движения. Следует как можно чаще напоминать ребёнку, как надо вести себя на дороге, на горке, катке.

Чтобы избежать травм, правильно подбирайте ребёнку обувь: предпочтение лучше отдать обуви с ребристой подошвой, произведённой из мягкой резины или термоэластопластов, без каблуков. Научите детей перемещаться по скользкой улице: нужно избегать резких движений, ноги должны быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонён вперёд. Держать руки в карманах в гололед опасно, при падении едва ли будет время их вынуть и ухватиться за что-нибудь. Особую опасность в гололед представляют ступеньки, по возможности стоит избегать их, но если это невозможно, то при спуске по лестнице ногу необходимо ставить вдоль ступеньки. В случае потери равновесия такая позиция смягчит падение.

Объясните ребёнку, что внимание и осторожность – это главные принципы поведения, которых следует придерживаться в гололед. Многих серьезных травм можно избежать, если вы, взрослые, будете внимательно следить за своими детьми и заботиться, чтобы их окружение было безопасным.

Переработанный источник:
1) https://www.maam.ru/detskijsad/-pravila-povedenija-na-progulke-s-detmi-vo-vremja-gololyoda-konsultacija-dlja-roditelei.html