

## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ВЕЛОТРАВМ

Несчастные случаи при езде на велосипеде являются распространенной причиной травматизма среди старшеклассников.

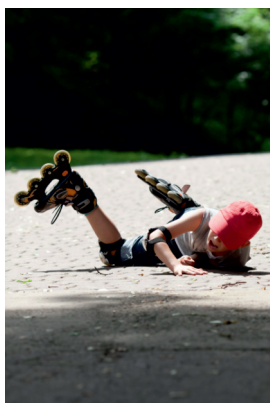
- Чтобы предупредить велотравмы, учите ребенка безопасному катанию на велосипеде, в т.ч. использованию шлема и других средств защиты.



## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ТРАВМ ПРИ КАТАНИИ НА РОЛИКАХ

Роллинг становится все более популярным среди подростков в последнее время.

- учите ребенка стоять на них, перемещаться и тормозить, если вам это не под силу – пригласите тренера (инструктора),



- **самое важное – научите ребенка правильно падать** – вперед на колени, а затем – на руки. Обязательно приобретите наколенники, налокотники и шлем.
- Научите детей избегать высоких скоростей, следить за рельефом дороги, кататься в специально отведенных местах, быть внимательными.

## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ НА ВОДЕ

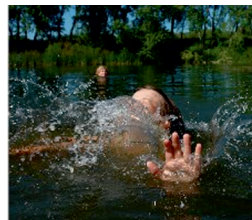
Утопление - это всегда результат несчастного случая.

Маленькие дети могут утонуть даже в небольшом количестве воды, поэтому **закрывайте колодцы, ванны и бочки с водой.**

**Никогда не оставляйте детей одних около водоема.**

Избежать несчастного случая на воде помогает:

- **раннее обучение** плаванию,
- **тщательный присмотр** взрослых,
- **купание в специально отведенных местах.**



**Не забывайте,  
что самый эффективный способ  
научить детей быть  
ответственными за свое здоровье –  
ЭТО ВАШ СОБСТВЕННЫЙ  
ПРИМЕР!**

## Для консультации и лечения обращайтесь:

Травматологическая поликлиника  
КОГБУЗ «Центра травматологии,  
ортопедии и нейрохирургии» –  
г. Киров, ул. Менделеева, д.17

- **51-49-73** регистратура
- **51-54-10** детская регистратура



ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ  
КОГБУЗ «МИАЦ», Кировская область

## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ УЛИЧНЫХ ТРАВМ У ДЕТЕЙ

Памятка для родителей



## УЛИЧНЫЕ ТРАВМЫ

(полученные в результате дорожно-транспортных происшествий и спортивных увлечений) – достаточно распространены среди детей и подростков любого возраста, особенно в летний период.

## ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА

Детский травматизм является одной из актуальных проблем здравоохранения и МЧС, занимая значительный удельный вес в общей заболеваемости детей. Вот почему предупреждение несчастных случаев среди детей, которые нередко приводят к тяжелым последствиям, играет особую роль среди комплекса профилактических мероприятий, направленных на снижение детской заболеваемости и смертности.



Предупреждение детских травм будет эффективным при условии их реализации в двух направлениях:



**устранение** травмоопасных ситуаций и **контроль** за поведением детей со стороны взрослых



систематическое **обучение** детей основам профилактики травматизма

## УЛИЧНЫЙ ТРАВМАТИЗМ (связанный с транспортом)

Несчастные случаи на улицах и дорогах прочно занимают первое место среди печальной статистики детского травматизма и смертности.

### Причины дорожных происшествий с участием детей:

- постоянно растущее количество транспортных средств на улицах городов и посёлков,
- незнание детьми правил дорожного движения или недооценивание ими всей серьезности последствий от нарушения этих правил,
- нарушение водителями правил дорожного движения,
- безучастное отношение взрослых к поведению детей на проезжей части.

## ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ТРАВМ, ПОЛУЧЕННЫХ В ДТП:

- **познакомьте ребенка с правилами дорожного движения**, проигрывая опасные ситуации в сюжетно-ролевых играх (подготовка к «роли» пешехода должна начинаться еще в младших группах детского сада);
- **доказывайте детям собственным примером**, что дисциплина на улице – залог безопасности пешеходов;
- ребенок или подросток должен иметь чёткое представление о том, что правила, предписанные пешеходам, пассажирам, водителям, направлены на сохранение их жизни и здоровья!



## УЛИЧНЫЙ ТРАВМАТИЗМ (не связанный с транспортом)

**Наиболее опасными видами летнего отдыха детей являются:**

катание на велосипеде, роллинг и скейтбординг, приводящие к падениям, переломам и серьезным травмам головы; а также купание в открытом водоеме, что может привести к утоплению.

**В зимний период опасны для детей и подростков:** катание на коньках, «ватрушках», сноубординг и т.д.



## ПРЕДУПРЕДИТЬ ТРАВМЫ ПРИ КАТАНИИ НА КОНЬКАХ ПОМОГАЕТ:

- **правильный подбор коньков** (должны соответствовать размеру ноги, легко шнуроваться и плотно облегать ногу),
- **катание на качественно залитой ледяной поверхности**, соблюдение соответствующего порядка катания (в одном направлении),
- **избегание необоснованного риска и шалостей на катке.**

