

Обморожение и травмы: первая помощь ребёнку



Родителям часто кажется, что столкнуться с отморожением и травмами могут только беспечные взрослые. Это не так: врачи отмечают, что каждую зиму с различными травмами и симптомами обморожения поступают дети из благополучных семей, которые были недостаточно внимательны во время прогулок. Научитесь оказывать первую помощь при обморожениях и травмах — и вы сможете, если понадобится, помочь ребёнку в экстренной ситуации, не впадая в панику.

Первая помощь при травмах

Если ребёнок упал и ударился — первым делом отведите его в тихое место и расспросите, где и как болит. При хорошем самочувствии и нормальном движении конечностей возможен ушиб, который первые два дня лечится покоем, а после — прогреванием. В любом случае, наблюдайте за состоянием ребёнка: если самочувствие ухудшилось — обратитесь к врачу.

Не раздумывая вызывайте скорую помощь, если:

- ребёнок ушибся головой;
- вы подозреваете, что у ребёнка может быть вывих, растяжение связок или перелом;
- ребёнок жалуется на боль в животе.

Не раздевайте ребёнка и не накладывайте шину, чтобы дополнительно к травме не получить еще и отморожение. Исключение — сильное кровотечение, которое в ожидании врача нужно остановить тугой повязкой.

Признаки обморожения и первая помощь



Обморожение, вопреки распространённому мнению, получают не только на морозе, но и при температуре воздуха около нуля, если на улице сильный ветер.

Признаки обморожения:

- пострадавший участок тела теряет чувствительность;
- кожа краснеет, возникает ощущение покалывания;
- если вовремя не принять меры — появляются волдыри.

Если вы заметили у ребёнка признаки обморожения — сразу ведите его в помещение. Пострадавшую часть тела поместите в теплую воду, после — разотрите кожу для восстановления чувствительности.

Что делать, если прилип язык на морозе?

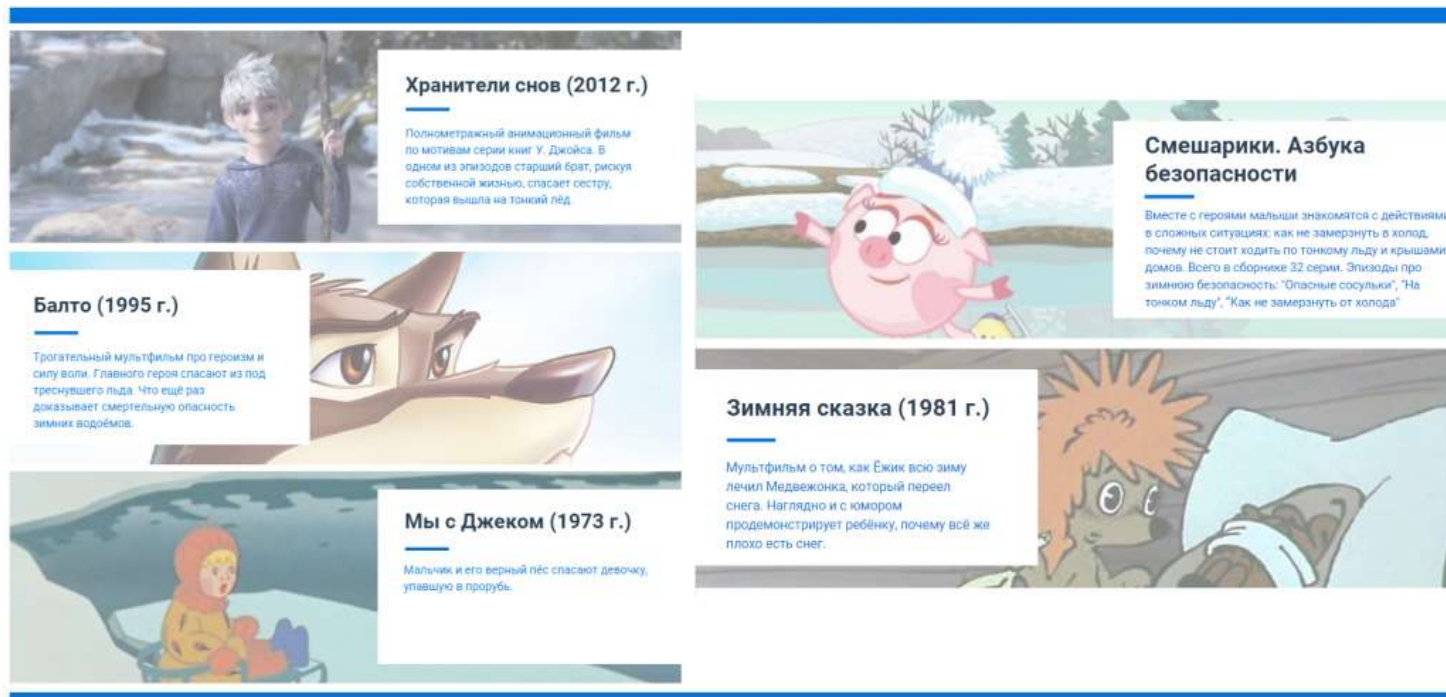
Если ребёнок, несмотря на предупреждения, всё же лизнул железо или другой металл, срочно принимайте меры:

- успокойте ребёнка, чтобы он не дернулся и не повредил язык;
- полейте язык теплой водой или другой жидкостью;
- если жидкости нет — подышите на язык пострадавшего, приложив ладони к своему рту.

Безопасность зимой — это очень важно. Но дети всегда остаются детьми. Постарайтесь не превращать объяснения правил безопасности в скучные нотации: действуйте ненавязчиво, привлекая мультфильмы, сказки и тематические игры.

Вот список полезных мультфильмов для детей, посмотрев которые можно обговорить с ребёнком поведение главных героев, их действия в опасных ситуациях и ошибки, которые могли стоить им жизни.

Обязательно сохраняйте список себе и делитесь им с другими родителями! Давайте беречь наших детей вместе.



Хранители снов (2012 г.)
Полнометражный анимационный фильм по мотивам серии книг У. Джойса. В одном из эпизодов старший брат, рискуя собственной жизнью, спасает сестру, которая вышла на тонкий лёд.

Балто (1995 г.)
Трогательный мультфильм про героизм и силу воли. Главного героя спасают из под треснувшего льда. Что ещё раз доказывает смертельную опасность зимних водоёмов.

Мы с Джеком (1973 г.)
Мальчик и его верный пёс спасают девочку, упавшую в прорубь.

Смешарики. Азбука безопасности
Вместе с героями малыши знакомятся с действиями в сложных ситуациях: как не замерзнуть в холод, почему не стоит ходить по тонкому льду и крышами домов. Всего в сборнике 32 серии. Эпизоды про зимнюю безопасность: "Опасные сосульки", "На тонком льду", "Как не замерзнуть от холода".

Зимняя сказка (1981 г.)
Мультфильм о том, как Ёжик всю зиму лечил Медвежонка, который переел снега. Наглядно и с юмором продемонстрирует ребёнку, почему всё же плохо есть снег.

И 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.