



Детский травматизм и оказание первой помощи.

Детский травматизм и его предупреждение - очень важная и серьёзная проблема, особенно в период летних каникул, когда дети больше располагают свободным временем, чаще находятся на улице и остаются без присмотра взрослых.

По данным ВОЗ, ежедневно во всём мире в жизнь более 2 тысяч семей входит горе из-за гибели ребёнка по причине неумышленной травмы или несчастных случаев, которые можно было бы предотвратить. Ежегодно по этой причине погибает более 1 млн. детей и молодых людей моложе 18 лет. Более 3 млн. детских травм регистрируют ежегодно медицинские учреждения России. В больницы в связи с травмами обращается каждый восьмой ребёнок до 18 лет.

Несмотря на большое разнообразие травм у детей, причины, вызывающие их, типичны. Прежде всего, это не благоустроенность внешней среды, халатность, недосмотр взрослых, неосторожное, неправильное поведение ребёнка в быту, на улице, во время игр, занятий спортом. Естественно, возникновению травм способствуют и психологические особенности детей: любознательность, большая подвижность, эмоциональность, недостаток жизненного опыта, а отсюда отсутствие чувства опасности.

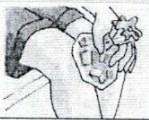


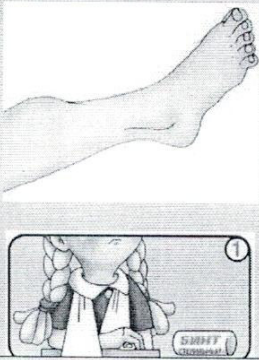

Наиболее часто встречающиеся виды травм

- Травмы при падении с высоты, при беге, от резких движений, неудачных прыжков, неловких поворотов, от избытка движений на ровном месте; от падающих предметов; уличные травмы при качании на качелях, катании на велосипедах, роликах; дорожно-транспортные происшествия.
- Ранения острыми предметами: ножницами, стеклом, иглой, гвоздём, ножом и т.д.
- Ожоги от горячей плиты, посуды, пищи, кипятка, пара, утюга, других электрических приборов и открытого огня, тепловой удар от солнца.
- Отравления ядовитыми растениями, ягодами, грибами, лекарствами и недоброкачественной пищей, моющими средствами, отбеливателями и т.д.
- Поражение электрическим током от неисправных электроприборов, обнажённых проводов, засовывания металлических предметов в розетки.
- Повреждения и удушье, вызванные попаданием внутрь организма инородных тел: монет, пуговиц, мозаики и т.д.

- Укусы собак, кошек, грызунов, насекомых, змей.

Представленный выше перечень включает только основные виды травм, существуют и другие ситуации. Очень важно, чтобы родители знали, как именно помочь ребенку, и умели оказать первую помощь.

Оказание первой помощи при травмах

| Характер повреждений | Признаки | Первая помощь |
|--|---|---|
| Ушиб  | Боль в месте травмы, припухлость, синяк. | Обездвижить место ушиба, приложить холод — пузырь с холодной водой или холодные примочки, обратиться к врачу. |
| Ушиб носа  | Кровотечение различной степени: от кратковременного с потерей нескольких капель крови до длительного и обильного. | На переносицу положить холодную примочку или кусочек льда, снега, завернутые в непромокаемую ткань. В носовые ходы вставить тампоны из ваты, смоченные раствором перекиси водорода. Если кровотечение не останавливается, вызвать скорую помощь. |
| Повреждения головы, позвоночника.  | Кровотечение, головная боль, тошнота, рвота, изменение поведения, размера зрачков, сонливость, нарушение сознания. | Если ребёнок быстро успокоился — просто приложить к месту ушиба холодный компресс. Если с момента падения и плачем ребёнка был промежуток от одной минуты и более, ограничить подвижность головы и спины, избегать сгибов позвоночника, вызвать скорую помощь. |
| Перелом кости конечностей  | Резкая боль, усиливающаяся при малейшем движении, может наблюдаться подвижность кости в том месте, где нет сустава, изменение внешней формы сломанной конечности. | Обеспечить покой поврежденной части тела с помощью готовых шин или подручных средств, можно прибинтовать сломанную руку к грудной клетке, ногу — к здоровой ноге. При открытом переломе перед наложением шины на поврежденную конечность кожу вокруг раны обработать йодом и на рану наложить стерильную повязку. |
| Растяжение связок и сухожилий суставов ног и рук  | Болезненность, припухлость, ограничение движений в суставе. | Наложить тугую, давящую повязку на поврежденное место. Ноге придать высокое положение. Поверх повязки положить пузырь со льдом или снегом. |

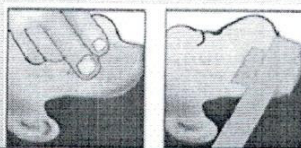
| | | |
|--|---|--|
| <p>Царапины, ссадины.</p>  | <p>Кровотечение, боль.</p>  | <p>Удалить с кожи загрязнения, промывая раствором антисептика (перекись водорода, мирамистин, водный раствор хлоргексидина, слабый раствор марганцовки). Смазать края раны йодом или зелёной и накрыть рану стерильной повязкой или бактерицидным пластырем.</p> |
| <p>Вывихи</p>  | <p>Резкая боль, опухоль и кровоподтеки, ненормальное положение поврежденной руки или ноги.</p> | <p>При вывихе суставов руки - руку подвесить на косынке; с вывихом суставов ног пострадавшего уложить и доставить к врачу, обложив поврежденную ногу мягкими подушками или одеждой.</p> |
| <p>Порезы, уколы</p>  | <p>Кровотечение, боль.</p>  | <p>Промыть рану 3%-ной перекисью водорода или кипячёной водой с мылом. Края раны обработать йодом, наложить стерильную повязку. Если порез глубокий или кусочек травмирующего предмета застрял в ране, обратиться за медицинской помощью.</p> |
| <p>Колотые и резаные раны глаз и век.</p>  | <p>Покраснение глаз, слезотечение, кровотечение.</p> | <p>Ребёнка уложить. Накрыть оба глаза стерильной салфеткой, даже если травмирован только один глаз для прекращения движения глазных яблок и зафиксировать повязкой, обратиться за медицинской помощью.</p> |
| <p>Ожог кипятком</p>  | <p>1 степень – покраснение, небольшая припухлость кожи, которые через 2-3 дня проходят, поврежденный</p> | <p>Снять одежду и под холодной водой подержать поражённые участки тела около 15 минут. В случае повреждения лица или значительной площади, следует охладить участок и вызвать медицинскую помощь.</p> |
| <p>Ожог открытым огнём</p> | <p>участок кожи темнеет и слущивается. 2 степень – на покрасневшей и припухшей</p> | <p>Если одежда воспламенилась – обернуть ребёнка одеялом, чтобы погасить пламя. Обожженный участок тела следует подставить под струю холодной</p> |



поверхности образуются пузыри. 3 степень – омертвление (обугливание или сваривание) всей толщи кожи, а иногда и более глубоких тканей.

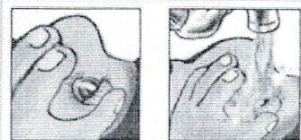
воды от 15 до 30 минут. Наложить стерильную повязку. При ожогах 2 и 3 степени немедленно обратитесь за медицинской помощью. Нельзя вскрывать пузыри, отрывать прилипшие к месту ожога одежду, обрабатывать обожжённое место йодом, зелёнойкой или спиртом, накладывать на него жировые повязки.

Ожог глаз или век.



Резь в глазах, боль, покраснение, припухлость, слезотечение.

При термическом ожоге закапать в обожжённый глаз 1-2 капли стерильного вазелинового, подсолнечного или касторового масла, наложить повязку. При попадании в глаз химических веществ, раздвинуть веки подставить глаз под струю холодной воды. Струя должна стекать от носа кнаружи. Ребёнка доставить к врачу.



Отравление



Тошнота, рвота, диспепсия, изменённый цвет кожи, пониженная или повышенная температур тела, нарушение дыхания и сердечного ритма.

Вызвать скорую помощь. До приезда скорой нейтрализовать токсическое действие яда, промыть кожные покровы, желудок, можно применить солевые растворы, энтеросорбенты (активированный уголь, энтеросгель), голод и покой, обильное питьё.

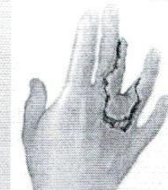
Поражение электрическим током



Отсутствие дыхания, бледность, запах горелого, нахождение человека в положении лежа вблизи электроприбора, отсутствие пульса.

Отключить электричество, если ребёнок без сознания, держите его в тепле и немедленно обратитесь за медицинской помощью. Если нарушено дыхание, положите его на спину немного приподняв голову, сделайте искусственное дыхание. Сосчитайте до трёх и повторите процедуру, пока дыхание не восстановится.

Укусы животных



Боль, кровотечение.

Дать крови стечь, края раны обработать йодом или зелёнойкой, наложить стерильную повязку и доставить ребёнка в больницу для вакцинации.

| | | |
|--|--|---|
| <p>Укусы насекомых</p>  | <p>Жгучая боль, покраснение, отёк в месте укуса. При множественных укусах - слабость, головная боль, озноб, тошнота, рвота.</p> | <p>Удалить жало из места укуса, промыть ранку спиртом, положить холод. При развитии удушья немедленно госпитализировать ребёнка. Если укусил клещ – клеща самим не удалять, обратиться в травпункт.</p> |
| <p>Укусы змей</p>  | <p>Боль, жжение, краснота и отёк в месте укуса. Появляется слабость, тошнота, головокружение, снижение артериального давления.</p> | <p>Дать любой противоаллергический препарат во избежание шока. Пить много тёплой жидкости. Обездвижить укушенную конечность, как при переломах. Не двигаться, чтобы не разгонять по телу яд. Обратиться в ближайшее медицинское учреждение.</p> |
| <p>Удушье</p>  | <p>Кашель, шумное частое дыхание или невозможность издавать звуки.</p> | <p>Если ребёнку тяжело дышать или он не дышит, положите его на спину, приподняв голову, сделайте искусственное дыхание, пока ребёнок не задышит. Если ребёнок дышит и находится без сознания – переверните его набок, чтобы язык не мешал дышать. Вызовите скорую помощь.</p> |
| <p>Солнечный удар</p>  | <p>Слабость, головная боль, тошнота, рвота, учащённое пульс и дыхание, расширенные зрачки, повышение температуры тела.</p> | <p>Ребёнка поместить в проветриваемое помещение, освободить его от одежды, обернуть влажной простынёй, на голову и лоб положить холодные компрессы, напоить холодной водой и доставить ребёнка в больницу.</p> |

Взрослые обязаны предупреждать возможные риски получения травм и ограждать детей от них. Работа родителей по профилактике детского травматизма должна вестись в трёх основных направлениях:

1. Создание безопасной среды, в которой пребывают дети;
2. Выработка у детей безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
3. Физическое развитие детей, направленное на укрепление костно-мышечной системы и выработку координации движений.

Не оставляйте детей без присмотра!