КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ЗИМНИЕ ТРАВМЫ У ДЕТЕЙ»

Зима. Какое чудное время года! Лыжи, коньки, горка, снежная баба, снежный городок, снежки – это всё мы любим с детства. Но мы взрослые должны позаботиться о том, чтобы прогулки не огорчились детскими травмами и слезами. Правильно ли одет и обут ваш ребёнок? Есть ли у него специальная одежда для прогулок? Подумаем про меры предосторожности.

В гололёд надо быть осторожным, избегать скользких мест. При покупке обуви обратите внимание, чтобы подошва была ребристой. Обувь берём на размер больше, чтобы можно было одеть тёплые носки. Старый способ приспособить гладкую подошву - приклеить на неё пластырь. Шапка лучше всего должна быть на завязках, чтобы в случае падения она не упала с головы. Чтобы смягчить удар головой. Шарф должен быть коротким, чтобы ребёнок не зацепился им. Не забывайте про варежки или перчатки.

ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ

Главное, о чём следует помнить, - нельзя заниматься самолечением и оттягивать визит к врачу до последнего.

Растяжение связок

Симптомы – резкая боль при движении, припухлость, кровоподтёки.

Что делать? Наложить повязку (эластичный бинт), обеспечив неподвижность сустава, и обратиться к врачу. Для уменьшения отёка можно наложить на больное место смоченную в холодной воде ткань или пузырь со льдом (но не более чем на 1-2 часа). Можно принять обезболивающее.

Вывих

Симптомы – сильная боль, отёк, неподвижность, изменение формы сустава.

Что делать? Не старайтесь самостоятельно вправить вывихи, это может привести к болевому шоку у пострадавшего и дополнительным повреждениям. Нужно обеспечить неподвижность и покой повреждённого сустава: руку подвесить на бинте, шарфе, ремне, на ногу наложить шину (например, плоские доски) или прибинтовать её к другой ноге.

При вывихе бедра – положить пострадавшего на здоровый бок, не давая двигаться. Для уменьшения боли – приложить к повреждённому месту пузырь со льдом или холодной водой, дать обезболивающее.

В случае крайней необходимости, когда нет возможности вызвать врача, -

больного нужно транспортировать в больницу самостоятельно, соблюдая особую осторожность.

Ушибы головы

Симптомы– частичная или полная потеря сознания, тошнота и рвота, замедление пульса, изменение давления.

Что делать? Уложить пострадавшего на спину, повернув голову набок, положить на неё холод. Вызвать "скорую помощь" и не давать пострадавшему двигаться до её приезда.

Зам. директора по ДО Кулешова О.А.