###### Информация для родителей о рисках, связанных с детской смертностью

######

###### В период летнего отдыха у детей и подростков значительно увеличивается объем свободного времени. При нахождении несовершеннолетних без присмотра взрослых резко возрастают риски несчастных случаев, приводящих к травмам, увечьям, и даже детской смертности от внешних причин.

###### В целях профилактики несчастных случаев и детской смертности от внешних причин в образовательных организациях необходимо проводить информирование родителей о рисках, связанных с детской смертностью, их причинах, типах и способах предупреждения.

###### Методические рекомендации рассматривают различные аспекты организации и проведения комплекса мероприятий для образовательных организаций по информированию родителей о рисках, связанных с детской смертностью и могут быть использованы для организации работы с родителями и детьми.

###### Задача родителей сделать все возможное, чтобы максимально обезопасить своего ребенка от несчастного случая.

###### Разработаны настоящие рекомендации федеральным государственным бюджетным научным учреждением «Центр защиты прав и интересов детей» на основе материалов, представленных Министерством здравоохранения Российской Федерации.

###### Наиболее распространенные несчастные случаи, приводящие к увечьям и смерти детей, их причины

###### Медицинские эксперты Всемирной организации здравоохранения пришли к выводу - в настоящее время в большинстве цивилизованных стран дети чаще погибают в результате несчастных случаев, чем от всех болезней вместе взятых.

###### ожоги;

###### падения с высоты;

###### утопления;

###### отравления;

###### поражения электрическим током;

###### дорожно-транспортные происшествия, включая происшествия с участием мотоциклистов, велосипедистов, а так же роллинг (катание на роликах).

###### На основании статистических данных, полученных из баз данных Всемирной организации здравоохранения, можно утверждать, что причинами несчастных случаев в детском возрасте чаще всего является:

###### отсутствие должного надзора за детьми всех возрастных групп,

###### неосторожное, неправильное поведение ребенка в быту, на улице, во время игр, занятий спортом.

###### Возникновению несчастных случаев способствуют и психологические особенности детей: любознательность, большая подвижность, эмоциональность, недостаток жизненного опыта, а отсюда отсутствие чувства опасности.

######

###### Причины несчастных случаев с детьми имеют возрастную специфику:

###### В возрасте до 4 лет дети чаще подвергаются несчастным случаям, самостоятельно познавая окружающий мир.

###### В возрасте от 5 до 10 лет несчастные случаи наступают вследствие шалости, неосторожного поведения ребенка.

###### В возрасте от 10 до 14 лет и старше - вследствие борьбы за лидерство.

###### Так, у детей 10-12 лет появляются новые интересы, они становятся более активными, самостоятельными, в играх стараются проявить изобретательность, стремятся утвердиться в среде сверстников.

###### Бурная энергия и активность - факторы, способствующие возникновению несчастных случаев у школьников 10-13 лет. Подросток, сознавая свою «нескладность», старается ее скрыть напускной грубостью, бравадой. Начавшаяся интенсивная деятельность желез внутренней секреции сказывается на состоянии нервной системы подростков. Неуравновешенность, вспыльчивость, повышенная возбудимость с недостаточной выдержкой делают их шумными, импульсивными.

###### Обучение детей основам профилактики несчастных случаев

###### С учетом указанных, причин работа родителей по предупреждению несчастных случаев должна вестись в следующих направлениях:

###### создание безопасной среды пребывания ребенка, обеспечение надзора,

###### систематическое обучение детей основам профилактики несчастных случаев.

###### Создание безопасной среды пребывания ребенка предполагает:

###### 1)     организацию досуга ребенка, включение его в интересные и полезные развивающие занятия;

###### 2)     ограничение опасных условий, обеспечение недоступности для ребенка опасных средств и веществ;

###### 3)     запрет на пребывание ребенка в местах, связанных с рисками для жизни и здоровья без присмотра взрослых (стройках, запретных и промышленных зонах, местах интенсивного движения транспорта, открытых водоемах и т.п.);

###### 4)     обеспечение постоянного надзора за времяпровождением и занятиями ребенка (обеспечение организованного отдыха или присмотра со стороны самих родителей, родственников и т.п., регулярный контакт с ребенком в течение дня с использованием электронных средств связи).

###### Систематическое обучение детей основам профилактики несчастных случаев включает:

###### 1)     информирование ребенка о видах и причинах несчастных случаев, рисках, влекущих за собой травматизм, увечья и смерть, а так же об условиях и способах избегания несчастных случаев;

###### 2)     регулярное инструктирование ребенка о правилах и мерах безопасного поведения в быту, на улицах, дороге, транспорте, на игровых и спортивных площадках и т.п.;

###### 3)     обучение ребенка (особенно подростка) противостоянию подстрекательству к опасному поведению со стороны ровесников или старших товарищей, формирование ответственности за здоровье и жизнь окружающих людей, особенно младших товарищей, которые могут стать жертвой нелепых и опасных рекомендаций подростков, подстрекающих к опасным играм и занятиям;

###### 4)     обучение ребенка элементарным мерам первой помощи, и, прежде всего, обеспечение возможности обратиться за помощью к взрослым.

###### Основные условия проведения успешной профилактической работы с детьми:

###### 1.      Чтобы избежать несчастных случаев, родители, прежде всего, должны изменить свое собственное отношение к рискам. Несчастные случаи должны перестать считаться роковым злом, которое почти невозможно предупредить. Только при таком условии можно выработать у ребенка навыки осмотрительного поведения.

###### 2.      Родители сами должны показывать пример безопасного и ответственного поведения.

###### 3.      Важно не развить у ребенка чувства робости и страха, а, наоборот, внушить ему, что опасности можно избежать, если вести себя правильно!

###### 4.      Никакой реальной пользы не будет от бесконечных напоминаний «будь осторожен», «делай аккуратно». Необходимо конкретно объяснять, что именно следует делать и что делать нельзя. Следует научить его последовательно выполнять ряд действий, объясняя, почему необходимо делать именно так. Действие, которое взрослыми совершается автоматически, ребенку необходимо объяснить детально.

###### 5.        Основное внимание взрослых в профилактике обычно бывает направлено на предупреждение дорожно-транспортного травматизма и предупреждение несчастных случаев при выполнении хозяйственных работ. Родителям важно понимать, что несчастные случаи чаще всего происходят во время игр и развлечений. Следует именно им уделять повышенное внимание при инструктировании ребенка.

###### 6.        Очень важно приучать детей к самообслуживанию, к участию в домашнем труде. Ребята, помогающие родителям, как правило, более аккуратны и внимательны и менее подвержены действию опасных факторов. Приучая ребенка к работе по дому, следует подробно разъяснить ему, почему необходимо выполнять те или иные правила при пользовании ножом, иголкой, электроприборами, механизированными инструментами.

###### 7.        Иногда бывает полезно рассказать ребенку о несчастных случаях, происшедших с другими детьми. Чтобы этот рассказ ему запомнился и принес реальную пользу воспитанию навыков правильного поведения, необходимо предоставить возможность самому разобраться в причинах несчастья. Ребенок должен понять, как можно было бы в данной ситуации избежать опасности. Именно такой подход убедит его в том, что опасность всегда можно предотвратить.

###### 8.        Родители не должны равнодушно проходить мимо небезопасных шалостей детей, их долг предотвратить беду, даже если она угрожает чужому ребенку. Если родители совместно с детьми становятся свидетелями опасного и рискового поведения других людей, это должно стать поводом для серьезного обсуждения.

###### 3.    Рекомендации по предупреждению несчастных случаев

###### Для предупреждения несчастных случаев необходимо помнить о причинах, приводящих к ним, а также действиях, обеспечивающих их предупреждение, предотвращение.

###### 3.1    Ожоги

###### Ожоги могут быть вызваны соприкосновением с горячими поверхностями, горючими веществами, при нахождении вблизи открытого огня, а так же в результате длительного пребывания на солнце (такие ожоги могут сопровождаться солнечным или тепловым ударом).

###### Для предупреждения ожогов:

###### ограничьте доступ детей к открытому огню, явлениям и веществам, которые могут вызвать ожоги;

###### запретите детям разводить костры и находиться вблизи открытого огня без присмотра взрослых.

###### Для профилактики солнечных ожогов и ударов необходимо:

###### защищать в солнечную жаркую погоду голову светлым (светлое лучше отражает солнечный свет), легким, легко проветриваемым головным убором желательно из натурального хлопка, льна;

###### защищать глаза темными очками, при этом очки должны быть с фильтрами, полностью блокирующими солнечные лучи диапазона А, В;

###### избегать пребывания на открытых пространствах, где прямые солнечные лучи. Солнце самое активное и опасное в период с 12 до 16 часов.

###### нанести на кожу ребенка солнцезащитный крем (не менее 25 - 30 единиц) за 20 - 30 минут до выхода на улицу;

###### находиться на солнце (если ребенок загорает в первый раз) можно не более 5-6 минут и 8 - 10 минут после образования загара;

###### принимать солнечные ванны не чаще 2-3 раз в день с перерывами, во время которых ребенок должен быть в тени;

###### избегать воздействия прямых лучей солнца на непокрытое тело, а особенно голову. С этой целью необходимо прикрываться зонтом, чередовать купание и отдых, не засыпать на солнце, не совершать продолжительных экскурсий в жару, больше пить;

###### не находиться долгое время на солнце (даже если под зонтом). Продолжительность солнечных ванн изначально не должна быть дольше 15-20 минут, впоследствии можно постепенно увеличить время, но не дольше двух часов с обязательными перерывами нахождения в тени и прохладе.

###### загорать лучше не лежа, а в движении, а также принимать солнечные ванны в утренние часы и вечерние;

###### приучать ребенка поддерживать в организме водный баланс: находясь на отдыхе, на море пить не меньше 2 - 3-х литров в день.

###### протирать время от времени лицо мокрым, прохладным платком, чаще умываться и принимать прохладный душ.

###### научить ребенка при ощущении недомогания незамедлительно обращаться за помощью.

######

###### 3.2    Падение с высоты

###### Падения с высоты чаще всего связаны с пребыванием детей без присмотра в опасных местах на высоте, с опасными играми на крышах, стройках, чердаках, сараях, деревьях, а также с нарушением правил поведения на аттракционах и качелях.

###### Для предупреждения падения с высоты необходимо:

###### запретить детям играть в опасных местах;

###### не оставлять детей без присмотра на высоте;

###### объяснить подробно правила пользования аттракционами и качелями, необходимость соблюдения всех правил безопасности, в том числе не вставать во время движения аттракциона или во время раскачивания, не раскачиваться на большую высоту и т.п., а также использования всех страховочных приспособлений;

###### обеспечить ребенку безопасность и присмотр при открытых окнах и балконах; объяснить, что москитные сетки не защищают от падений.

######

###### 3.3     Отравление

###### Отравления чаще всего наступают врезультате вдыханияили соприкосновения ребенка с ядовитым веществом, употребления внутрь медикаментов, а так же при употреблении в пищу ядовитых грибов, ягод или ядовитых растений.

###### Для предупреждения отравления необходимо:

###### хранить ядовитые вещества и медикаменты в недоступном для детей месте, в специально маркированной посуде;

###### давать ребенку лекарственные препараты только по назначению врача и, ни в коем случае, не давать ему лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста;

###### не употреблять в пищу незнакомые грибы и ягоды. Объяснить ребенку, что пробовать незнакомые грибы, ягоды и другие растения опасно для жизни.

######

###### 3.4     Поражение электрическим током

###### Поражение электрическим током чаще наступает при нахождении детей в запрещенных местах {стройках, промышленных зонах, заброшенных домах и т.п.). Для предупреждения поражения электрическим током необходимо:

###### запретить детям играть в опасных местах;

###### объяснить ребенку опасность прикосновения к электрическим проводам.

######

###### 3.5     Утопление

###### Утопления происходят по причине купания в запрещенных местах, ныряния на глубину или неумения ребенка плавать.

###### Для предупреждения утопления необходимо:

###### разрешать купаться только в специально-отведенных местах

###### не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоема;

###### обеспечить его защитными средствами, в случае если ребенок не умеет плавать;

###### напоминать ребенку правила поведения на воде перед каждым посещением водоема.

######

###### 3.6     Роллинговый травматизм

###### Роллинговый травматизм наступает в результате падений при катании на роликовых коньках. Нередко приводит к тяжелейшим повреждениям опорно-двигательного аппарата и травмам головы, иногда несовместимым с жизнью.

###### Для предупреждения роллингового травматизма необходимо:

###### выбирать правильно роликовые коньки: голенище должно надежно поддерживать голеностопный сустав;

###### научить ребенка стоять и перемещаться на роликах. Для этого можно подвести к перилам, поставить между двух стульев. Важно проследить за правильной постановкой голеностопного сустава.

###### научить способам торможения. Если не можете этого сделать сами -пригласите опытного роллера;

###### приобрести обязательно наколенники, налокотники, напульсники и шлем. Это предупредит основные травмы. Требуйте их использования ребенком;

###### научить ребенка правильно падать: вперед на колени, а затем на руки;

###### запретите кататься вблизи проезжей части;

###### научить детей избегать высоких скоростей, следить за рельефом дороги, быть внимательным.

######

###### 3.7     Дорожно-транспортный травматизм

###### Дорожно-транспортный травматизм происходит при несоблюдении правил дорожного движения с участием пешеходов, автомобилей, при езде на велосипеде и мотоцикле.

###### Для предупреждения дорожно-транспортного травматизма необходимо:

###### соблюдать неукоснительно САМИМ, а также научить ребенка соблюдать правила дорожного движения;

###### научить ребенка правильно переходить проезжую часть (в установленных местах, на разрешенный сигнал светофора, убедившись в отсутствии транспортных средств). Самая опасная машина - стоящая: ребенок считает, что если опасности не видно, значит, ее нет. Но, выходя из-за такой машины на проезжую часть, 63 ребенка из 100 попавших в дорожное происшествие попадают под колеса другой машины;

###### использовать при перевозке ребенка в автомобиле специальное удерживающее устройство и ремни безопасности;

###### научить ребенка безопасному поведению при езде на мотоцикле и велосипеде. Дети должны обязательно использовать защитные шлемы и другие защитные приспособления.

######

###### Серьезный риск представляет нарушение правил на железной  дороге.

###### Для предупреждения дорожно-транспортного травматизма на железной дороге необходимо:

###### не оставлять детей без присмотра вблизи железнодорожных путей;

###### запрещать детям находиться на железнодорожных узлах, развязках и т.п., кататься на крышах, подножках, переходных площадках вагонов;

###### учить детей переходить железнодорожные пути только в специально отведенных местах;

###### соблюдать САМИМ и требовать от детей соблюдения правил проезда в железнодорожном транспорте: нахождения на платформах, посадки и высадки пассажиров из вагона, поведения в вагонах.

###### Родители, помните,

###### что соблюдение правил безопасности во всех ситуациях — это

###### средство спасения жизни и здоровья ребенка!