

Консультация для родителей

«ЗИМНИЕ ОПАСНОСТИ»

Снежные забавы нравятся всем детям. Санки, лыжи, коньки, пышные сугробы, застывшие лужи... Весело! Неудивительно, что ушибы, переломы и другие травмы так «любят» холодное время года.

Зимние забавы - это здорово, но иногда малыши теряют координацию и ударяются о лёд или царапаются о снежный наст, падают с горок. А кто из взрослых не пробовал провести в детстве любопытный эксперимент – лизнуть железную перекладину? Так интересно узнать, прилипнет ли к ней язык... Как оказать малышам первую помощь зимой?

ПОЛЕТЕЛИ САНКИ ВНИЗ

Малыш упал с саночек, поскользнулся на льду, поранился до крови? Действуем без промедления! При большой кровопотере опасность обморожения возрастает.

НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ – очень распространённая проблема. Голову крохи слегка наклоните вперёд, на переносицу приложите кусочек льда, завёрнутый в носовой платок. Если через 10 минут не остановится, обратитесь к врачу.

МАЛЕНЬКУЮ ЦАРАПИНУ для защиты от возможного инфицирования промойте (водой, перекисью водорода), перевяжите.

РАНКУ ПОБОЛЬШЕ для профилактики закройте давящей повязкой. Пропитавшуюся повязку не снимайте, если нужно – наложите ещё одну и прижмите сильнее.

СКОЛЬЗКАЯ ДОРОЖКА

Балансировать на скользкой дорожке нелегко и взрослым. Что говорить о детях!

Признаки перелома: сильная боль, кровь, опухоль, неестественное положение руки или ноги, невозможность пошевелить пальцами. До получения точных сведений (рентгеновский снимок, данные

компьютерной томографии) к вывиху, растяжению, ушибу следует относиться как к перелому – очень серьезно.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

ПРИ ОТКРЫТОМ ПЕРЕЛОМЕ сначала аккуратно промойте рану.

ЗАФИКСИРУЙТЕ КОНЕЧНОСТЬ в том положении, в котором она находится.

ШИНУ (доску) наложите так, чтобы зафиксировать сустав выше и ниже перелома. Например, если перелом в области лучевой кости – иммобилизуйте плечевой, локтевой и лучезапястный суставы.

НЕЛЬЗЯ ПРИ ТРАВМЕ

ПЫТАТЬСЯ ПРИДАТЬ КОНЕЧНОСТИ естественное положение.

САМИМ выправлять вывихи.

ТЕПЛО ЛИ ТЕБЕ, ДЕВИЦА?

Зимние прогулки связаны с опасностью Холодовых травм. А начинается всё с простого переохлаждения. Риск возрастает, если иммунитет ребёнка ослаблен, на крохе тесная одежда и обувь, он устал, голоден.

Признаками переохлаждения являются: заторможенность, интенсивная мышечная дрожь, нарушение координации, затруднение речи (есть даже такой медицинский термин: «скандированная речь»), «мраморный» рисунок кожи. Само по себе переохлаждение не вызывает заболеваний, но всегда является причиной общего снижения иммунитета, поэтому риск развития инфекций возрастает.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

СОГРЕЙТЕ МАЛЫША! Если нет возможности зайти в теплое помещение, обнимите кроху, распахнув свою одежду.

НАПОИТЕ МАЛЫША теплым (не горячим) сладким питьём, накормите.

ОДЕНЬТЕ РЕБЁНКА в тёплые вещи, укутайте или, наоборот, разденьте и согрейте под пуховым одеялом...теплом собственного тела! Это легко и быстро!

НЕЛЬЗЯ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ

ИГНОРИРОВАТЬ ЖАЛОБЫ РЕБЁНКА, заставляя его энергично двигаться, подпрыгивать и махать руками, чтобы согреться.

РАСТИРАТЬ замёрзшие руки и ноги.

СРАЗУ ПОМЕЩАТЬ КРОХУ в горячую ванну.

МОРОЗ – КРАСНЫЙ НОС

Обморожение – холодовая травма, при которой повреждаются ткани организма. Чаще дети обмораживают ножки, реже – руки, нос, уши. Обморожение может наступить и при небольшом морозце, если общая сопротивляемость организма снижена, ветрено, влажность воздуха повышена.

При обморожении теряется чувствительность, может присутствовать ощущение покалывания, пощипывания. При обморожении 1 степени кожа белеет. Волдыри появляются при 2 степени, обычно они становятся заметными после того, как малыш согреется, но могут возникнуть и через 6- 12 часов. Потемнение кожи свидетельствует о 3 степени обморожения.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

СРОЧНО УВЕДИТЕ ребёнка с холода.

ПРИКРОЙТЕ МЕСТО ОБМОРОЖЕНИЯ сухой повязкой. Это нужно сделать для уменьшения скорости отогревания.

МЕДЛЕННО И ОСТОРОЖНО СОГРЕЙТЕ обмороженное место в помещении.

НАПОИТЕ ребёнка тёплым (не горячим) и сладким питьём.

СДЕЛАЙТЕ ЛЁГКИЙ МАССАЖ пораженного участка от периферии к центру (после того как кроха начал согреваться). Ещё через час можно добавить к поглаживаниям растирание согревающими кремами.

НЕЛЬЗЯ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ

ЭНЕРГИЧНО растирать замёрзший участок тела. Это может привести к омертвлению кожи и появлению на ней белых пятен. Под действием холода периферические кровеносные сосуды рефлекторно сужаются и сокращаются, и, если в этот момент резко начать на эти сосуды воздействовать, они, скованные спазмом и от этого недостаточно эластичные, лопнут.

РЕЗКО СОГРЕВАТЬ малыша, например, в горячей ванне, сауне.

ПИТЬ даже по капле, спиртное, кофе.

Отслеживать общее состояние малыша и наблюдать за местом обморожения нужно будет ещё в течение суток. Обязательно обратитесь к врачу, если состояние обмороженного участка тела не улучшилось.

ЗИМА НА ВКУС

Иногда на морозе случаются и такие казусы, когда малыш примерзает языком или губами к железу: горке, столбу, лопатке и к другим предметам, порой невероятно страшным. Да и взрослые в силу любопытства (в детстве так и не попробовали) или на спор нет-нет да и лизнут холодную железку. Некоторые – более осторожные – слюнявят и прислоняют его к железкам. Говорят, как тоже интересно. И даже заснеженные мокрые варежки прилипают к металлу, как всё мокрое и холодное на морозе. Но большинство всё же предпочитают задействовать в смелом эксперименте собственный язычок. Как помочь маленьким исследователям?

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

ЕСЛИ ПРЕДМЕТ, к которому прилип любознательный кроха, небольшой (санки, лопатка), следует занести пострадавшего вместе с железкой в тепло.

ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ, быстро принесите стакан тёплой (но не горячей!) воды и полейте на место прилипания.

ЕСЛИ ВЫ ДАЛЕКО ОТ ТЁПЛОЙ ВОДЫ, отогрейте место прилипания дыханием (объедините усилия с малышом) и своими руками.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ РЕГЕНЕРИРУЮЩИЕ МАЗИ (для наружного применения) и гели (для слизистых), чтобы ускорить процесс заживления.

НЕЛЬЗЯ ПРИ ПРИЛИПАНИИ

ПАНИКОВАТЬ. Не показывайте, как вам страшно! Если кроха испугается и резко отдернет язык или губы от железки, останутся кровоточащие и болезненные ранки.