

**Методические рекомендации  по информированию родителей о рисках, связанных с детской смертностью.**

Разработаны настоящие рекомендации федеральным государственным бюджетным научным учреждением «Центр защиты прав и интересов детей'» на основе материалов, представленных Министерством здравоохранения Российской Федерации.  
1. Наиболее распространенные несчастные случаи, привозящие 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.   
Задача родителей сделать все возможное, чтобы максимально обезопасить своего ребенка от несчастного случая.  
Наиболее распространенные несчастные случаи, приводящие к увечьям и смерти детей:  
- 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 фубостью, бравадой. Начавшаяся интенсивная деятельность желез внутренней секреции сказывается на состоянии нервной системы подростков. Неуравновешенность, вспыльчивость, повышенная возбудимость с недостаточной выдержкой делают их шумными, импульсивными.  
2. 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 спортиьных 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 в результате вдыхания  
или 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 фибы и ягоды. Объяснить ребенку, что пробоват ь 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:   
не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоема;  
- разрешать купаться только в специально отведенных для этого местах;  
- 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 кресло 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 поведения 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 должны помнить, что соблюдение правил безопасности во всех ситуациях — это средство спасения жизни и здоровья ребенка!***