

МБДОУ ДС № 26
(ул. Кирова, д.5)

Зимние травмы

Подготовила:
Растатурина М.М.,
старший воспитатель

г. Озерск,
Январь, 2017 г.



Размышления вместе с взрослыми

Небезопасные зимние забавы



СУЩЕСТВУЕТ МНОЖЕСТВО УВЛЕКАТЕЛЬНЫХ И ПОЛЕЗНЫХ ИГР И ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ЗИМНЕЕ ВРЕМЯ ГОДА – КАТАНИЕ С ГОРКИ, КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ НА КАТКЕ, ИГРЫ В СНЕЖКИ.

НО БЕЗ ДОЛЖНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛКИ И БЕЗ ПРИСМОТРА ЗА ДЕТЬМИ ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ МОГУТ ОКАЗАТЬСЯ ТРАВМО- И ДАЖЕ СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНЫМИ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ.

ГЛАВНОЕ, ЧТО НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ РОДИТЕЛЯМ, - РЕБЕНОК ДОЛЖЕН ПОСТОЯННО НАХОДИТЬСЯ В ПОЛЕ ВАШЕГО ВНИМАНИЯ, ОСОБЕННО ЕСЛИ ОН КАТАЕТСЯ С ЛЕДЯНОЙ ГОРКИ ИЛИ НА КАТКЕ.

ГЛАВНОЕ – ПОМНИТЬ ОБ ОСТОРОЖНОСТИ!
ВЕДЬ ВЕСЕЛЬЕ ВЕСЕЛЬЕМ, А РИСК ПОЛУЧЕНИЯ ТРАВМЫ ЗИМОЙ ВОЗРАСТАЕТ В РАЗЫ.

ИТАК, КАК УБЕРЕЧЬ ЧАДО ОТ ЗИМНИХ ТРАВМ, И ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ПЕРВОЙ ПОМОЩИ?

Основными зимними травмами являются:

переохлаждение;

обморожение;

ушиб;

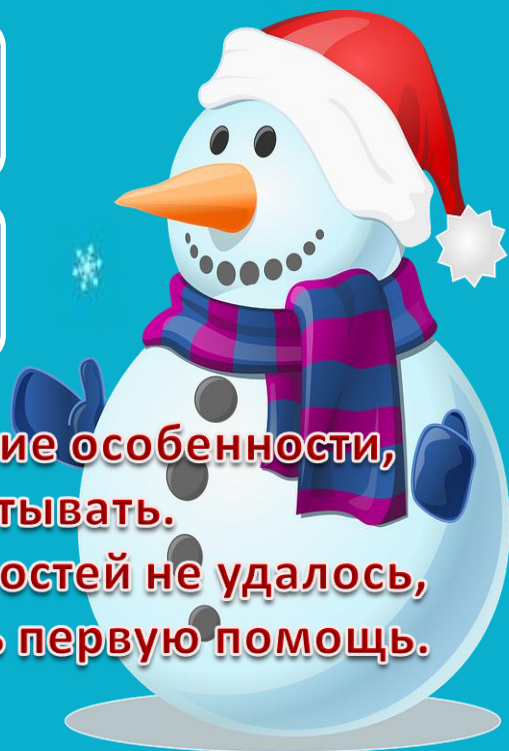
растяжение;

вывих;

перелом.

**У каждой есть свои маленькие особенности,
которые важно учитывать.**

**Ну, а если избежать неприятностей не удалось,
нужно уметь вовремя оказать первую помощь.**



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ЗИМНИХ ТРАВМАХ

ДО ВЫЗОВА ВРАЧА НЕОБХОДИМО

- Если имеются открытые раны, кровотечения, переломы или налицо симптомы болевого шока — вызывать «скорую»
- Приложить лед или смоченный в холодной воде кусок ткани к больному месту — это облегчит боль
- Плотная повязка (при вывихе — эластичным бинтом, при переломе — шина из подручных средств)
- Обеспечить состояние полного покоя для пострадавшей части тела



- Приподнять пострадавшую часть тела, чтобы уменьшить приток крови и отек конечности
- При травмах ноги — осторожно ослабить или распусть шнурки, чтобы они не давили
- При кровотечении — остановить кровотечение тугой повязкой выше места кровотечения
- Прикрыть травмированное место чистой тканью

НЕЛЬЗЯ!

- Снимать обувь при травмах ноги
- Давать пострадавшему еду и питье — может помешать действию наркоза в случае хирургического вмешательства
- Выпрямлять поврежденную конечность самостоятельно

ВАЖНО!

ЕСЛИ ПАДЕНИЕ ПРОИЗОШЛО НА ЛЫЖНОЙ ТРАССЕ

- Сообщите о себе спасателям — по мобильному телефону или попросив кого-то из других лыжников
- Если вы оказались рядом с упавшим человеком, прежде чем оказывать ему первую помощь, поставьте перед ним в снег лыжи крест-накрест, чтобы другие лыжники это видели и не наехали на вас

+ ОБРАЩАЙТЕСЬ К ВРАЧУ! +



При любой травме нужно обращаться к врачу — чем раньше вам начнут оказывать помощь, тем менее серьезными будут последствия



Сильный ушиб может проявиться не сразу и «показаться» на теле в виде гематомы лишь через какое-то время, что усложнит лечение



Перелом шейки бедра может привести к летальному исходу, при этом травма бывает ощутима лишь на 2–3 сутки после падения



При неполных переломах, трещинах пострадавший может двигаться, но отсутствие помощи усугубит положение

СИМПТОМЫ

ВЫВИХ

Видимая припухлость, изменение цвета кожи, неестественная форма поврежденной конечности (длиннее здоровой), ограниченная подвижность сустава

ЗАКРЫТЫЙ ПЕРЕЛОМ

Интенсивная боль, неестественная подвижность, наличие скрипа во время ощупывания места перелома невозможность опереться на поврежденную конечность

ОТКРЫТЫЙ ПЕРЕЛОМ

Сильная боль, кровотечение, ограничение движения, травматический шок из просвета раны могут выступать костные отломки. Раненный может потерять сознание

ПЕРЕОХЛОЖДЕНИЕ

Если вы заметите, что ваш ребенок дрожит, у него нарушена координация и затруднена речь, он, возможно переохладился. Особенно легко это происходит с усталыми или ослабленными детьми, а также при сочетании холода, ветра и влаги (в том числе мокрой одежды).

В таком случае следует зайти в ближайшее теплое помещение и согреться там.

Нельзя игнорировать жалобы и уговаривать потерпеть до дома. Поместив пострадавшего в тепло, медленно его согрейте, дайте теплое сладкое питье и высококалорийную еду. Ни в коем случае не заставляйте замерзшего ребенка энергично двигаться.



ОБМОРОЖЕНИЕ

Обморожению чаще подвергаются пальцы рук и ног, нос, уши и щеки.

При обморожении кожа становится бледно-синюшной, отсутствует или снижена болевая чувствительность, развивается отечность, появляется онемение, а при согревании возникает боль.



Если вы заметили эти признаки у ребенка, вызывайте «скорую». Дождясь врачей, проведите следующие процедуры:

- Переместите в теплое помещение (на морозе растирать и греть бесполезно).
- Снимите с него обувь и одежду. Ни в коем случае не разувайте ребенка на улице – ножки распухнут, и вы не сможете снова надеть на них обувь.
- Согреть ребенка собственным теплом или поместив его в теплую воду (36°C).
- Когда ребенок согреется, уложите его в постель и дайте обильное теплое питье.

ОБМОРОЖЕНИЕ

Помните, что при обморожении нельзя растирать кожу и резко согревать – во избежание дополнительной травматизации.

Впоследствии проследите за тем, что обмороженное место не замерзло снова – это может оказаться значительно неприятнее.

Что делать при обморожении

Последствия обморожения можно минимизировать, если следовать нескольким простым советам

Наиболее часто происходит обморожение пальцев, реже – ушей, носа, щек, подбородка



Признаки и симптомы обморожения:



Потеря чувствительности обмороженных участков тела



Ощущение покалывания или пощипывания, покраснение кожи



1-я степень: побеление кожи, отечность, покалывание, зуд, понижение чувствительности кожи



2-я степень: появление волдырей



3-я степень: омертвление кожи и подкожной клетчатки



4-я степень: омертвление кожи, мягких тканей и костей

Что делать при обморожении:



Наложить на обмороженные участки теплоизолирующую сухую повязку (марля, вата)



При наличии симптомов 1-4 степеней обморожения - незамедлительно обратиться за медицинской помощью в ближайшее ожоговое отделение



Пить горячий сладкий чай

Чего не стоит делать при обморожении:



Не растирать сильно обмороженные участки



Не пытаться согреть обмороженные части тела огнём или горячей водой



Не применять масляные средства

УШИБ

Шишки и синяки, пожалуй, самые распространенные травмы. Для ушиба характерны боль, припухлость, изменение цвета кожи.

Успокоив малыша, обработайте ссадину и на 15-20 минут приложите к месту ушиба холод (мешок со льдом, полиэтиленовый пакет со снегом или полотенце, смоченное в холодной воде). Это снимет боль и охладит. В течение первых суток ушибы лечат покоем, а на треть – можно прогревать их.

Но будьте внимательны к состоянию ребенка! Если боль не проходит и ушибленная конечность не двигается свободно, следует обратиться к врачу.

Ушиб головы – отдельный и очень серьезный случай. Он может вызвать сотрясение мозга. Не вылечив его, впоследствии можно столкнуться с весьма неприятными остаточными явлениями.

Признаки сотрясения мозга: тошнота, рвота, головокружение. В этих случаях надо вызвать врача.



РАСТЯЖЕНИЕ

**Первая помощь при
растяжении связок, вывихах
суставов, переломах костей**



По поводу растяжения необходима консультация с врачом, особенно в тех случаях, когда сустав, распухает и болит. Эти признаки могут говорить и о вывихе.

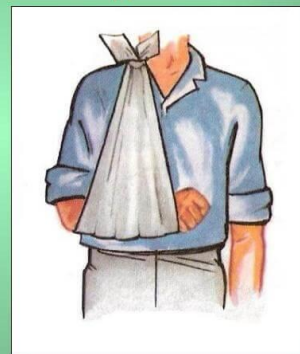
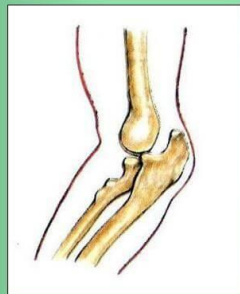
Если ребенок получил растяжение в области лодыжки, уложите его примерно на полчаса и положите больную ногу на подушку. Благодаря этому внутреннее кровотечение и отек будут минимальными. До выздоровления сустава его движения следует сократить, туго забинтовав.



ВЫВИХ

Вывих можно подозревать, если ребенок жалуется на боль в суставе, если не может двигать в области сустава появляется отек.

ВЫВИХ – выход суставной головки из суставной впадины



В этом случае, обеспечив неподвижность конечности (руку прибинтовать к туловищу, а больную ногу – к здоровой), везем пострадавшего в травмопункт. Самостоятельное вправление вывиха, кроме увеличения страданий, чревато осложнениями.

Мамы часто сами травмируют своих малышей., подхватывая их за руки во время падения. Это приводит к подвывиху головки лучевой кости, приносящему болезненные ощущения и требующему обращения к травматологу.



ПЕРЕЛОМ

Растяжение можно перепутать с переломом. Его признаки – продолжительная боль, отек и обширный синяк.

При подозрении на перелом необходимо обеспечить неподвижность больного места и, конечно, обращаться к врачам.

Незалеченный перелом приводит к неправильному формированию костной ткани, что впоследствии потребует длительного и серьезного лечения.

Родителям важно запомнить, что при сильной боли и потере сознания следует незамедлительно отправиться в травматологический пункт.

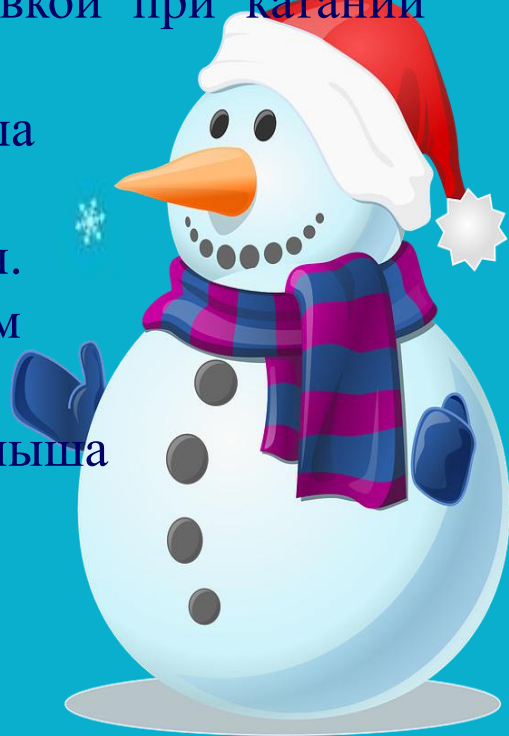
 **ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ**

ПРИ ПЕРЕЛОМАХ

Виды переломов	Иммобилизация переломов		
Закрытый 	 Ключицы и лопатки	 Плечевой кости и костей предплечья	 Бедренной кости
Открытый 	 Рибер	 Челюсти (прашевидная повязка)	 Костей таза
Задачи первой помощи <ul style="list-style-type: none">• Борьба с шоком, болью, кровотечением• Предупреждение вторичного микробного загрязнения раны• Иммобилизация поврежденной конечности• Подготовка больного к эвакуации	 Позвоночника — на щите. (На носилки пострадавшего укладывают на живот, подложив под плечи и голову валик)	<p>При иммобилизации конечности обязательно обездвижить два сустава, расположенные выше и ниже перелома. Для иммобилизации используют специальные шины, а также подручные средства (доски, палки, лыжи, зонтик, трость, лопату и т.д.)</p>	

**Чтобы не пришлось оказывать ребенку
первую помощь,
помните основные правила
зимних прогулок.**

1. Надевайте малышу обувь с рельефной подошвой либо специальные накладки «антилед».
2. Не водите ребенка на прогулку больным, ослабленным и голодным.
3. Не гуляйте в местах возможного падения сосулек.
4. Избегайте скользких участков дороги.
5. Учите ребенка правильно падать – на бок, не выставляя вперед руки, группируясь и сгибая ноги.
6. Обеспечьте ребенка экипировкой при катании на катке, с горки, на склонах.
7. Не допускайте катания малыша с горки «в толпе» — учите соблюдать поочередность катания.
8. Защищайте кожу лица детским кремом.
9. И главное – не оставляйте малыша без присмотра!



Используемые источники:

- 1) <http://pixabay.com/en/зима-праздник-снеговик-сезон-фон-1044922/>
- 2) <http://pixabay.com/en/зима-снежинки-льда-синий-уайт-1018281/>
- 3) <http://pixabay.com/en/снег-снеговик-холодный-зима-160956/>
- 4) <https://www.google.ru/search?q=неотложная+помощь+при+переохлаждении>
- 5) <https://www.google.ru/search?q>
- 6) <http://www.colady.ru/zimnie-travmy-u-detej-pervaya-pomoshh-kak-uberech-rebenka-ot-travm-zimnoj.html>

