

Консультация для родителей

Профилактика зимнего травматизма



1. Первая помощь ребенку

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям, ведь можно кататься на санках, коньках, лыжах, спускаться с горок, играть в снежки, строить снежные лабиринты. Однако родителям нельзя терять бдительность: наступила пора детских травм.

2. Как избежать зимних травм

- Выбирайте правильную зимнюю обувь для ребенка: ботинки должны надежно фиксировать голеностоп, а подошва обязательно должна быть ребристой, «антискользящей».
- Научите ребенка правильно ходить по льду: по скользкой поверхности следует идти медленно, немного скользя, будто на маленьких лыжах.
- Объясните, как безопаснее падать: на бок; при падении вперед нельзя выставлять руки перед собой и приземляться на них; падая на спину, нужно прижать подбородок к груди и раскинуть руки как можно шире.
- Рекомендуется не допускать катания детей с горки большой кучей, так как такой способ спуска с горки увеличивает риск получения тяжелых травм. Объясните ребенку заранее, что на горках важно соблюдать дисциплину.

Главное правило для уменьшения детского травматизма – по возможности не оставлять детей без присмотра.



3. Зимние травмы

Если избежать неприятностей не удалось, нужно уметь вовремя и правильно оказать первую помощь. Основными зимними травмами являются: ушиб, вывих, растяжение и перелом. Немедленно вызовите врача.