

Безопасность детей: это должны знать все родители

В современном мире трудно воспитывать детей. С одной стороны все психологи твердят о том, что детям нужна свобода действий, минимальное количество запретов, ведь именно так можно сформировать у ребенка базовое доверие к миру, а с другой - есть хроника новостей, которая заставляет внушать детям быть осторожными и бдительными.

Сегодня мы поговорим о детской безопасности, о правилах, соблюдение которых поможет родителям сделать то, что зависит от них для обеспечения безопасности их детей.

Безопасность детей в доме

Когда вы отправляетесь в магазин на поиски детских игрушек, обращайте внимание на рекомендации производителей. Малышам нельзя давать игрушки, мозаику и конструктор с мелкими деталями. Они могут проглотить их, засунуть в нос или ушки. Хрупкие и острые предметы, все, что может поранить ребенка или то, что помещается во рту, нужно держать в недоступном месте, обеспечивая тем самым безопасность детей.

Малыши безумно любят покорять высоты - залезать на кровать, стулья, столы, подоконники. Поэтому защитите все острые углы специальными накладками. Мебель лучше расставлять так, чтобы ребенок при возможном падении не поранился, не разбил стеклянные двери или зеркала. На окнах нужно устанавливать фиксаторы, чтобы малыш не мог их легко распахнуть. Если у вас частный дом - можно сделать калитки на лестницах и дополнительные перила для детей, на балконах установить частую решетку.

Убирайте спички и зажигалки в недоступные места. Следите, чтобы ребенок не оставался один у плиты, включенного утюга или электрообогревателя, чтобы не играл со свечами. Проводка в доме должна быть исправна. Для розеток приобретите специальные заглушки. Провода, компьютер, телевизор и другая бытовая техника должны находиться вне досягаемости малыша. Детей постарше нужно терпеливо и последовательно обучать безопасному и правильному пользованию бытовыми электроприборами.

Не оставляйте ребенка без присмотра в ванной. Не разрешайте крутить ручки крана и лить воду на пол. На полу должен быть резиновый коврик, чтобы малыш не поскользнулся. Зубная паста, кремы, шампуни и средства личной гигиены должны храниться в недоступных для малыша местах. Бытовая химия, аптечка и продукты-потенциальные аллергены необходимо хранить в недоступном для детей месте. Полиэтиленовые пакеты тоже представляют опасность, не позволяйте малышам надевать их на голову, чтобы они не задохнулись.

О безопасности: чем может подавиться ваш ребенок

Ежегодно огромное количество детей попадает в отделения неотложной помощи с различными травмами, отравлениями, случившимися с ними дома. К сожалению, сохраняются и летальные исходы подобных событий.

Это побуждает докторов создавать многочисленные рекомендации для родителей на тему безопасности различных аспектов жизни малыша. Очень активно в их создании участвуют доктора из отделений неотложной помощи. Ведь именно они ежедневно сталкиваются с [трагическими ситуациями](#) и знают, что легче предотвратить беду, чем устранять ее последствия.

Эти советы созданы не для того, чтобы запугать родителей. Напротив! Ведь, как говорится, врага лучше знать в лицо. И угрозу для здоровья малыша представляют не какие-то мифические вещи, а банальные мелкие предметы, рассыпанные по полу, которыми он может подавиться.

Тем, кто не встречался с так называемым бытовым травматизмом, может показаться, что доктора чересчур нагнетают ситуацию и пугают родителей тем, что случается крайне редко. И всегда находится множество собственных примеров того, как дети росли в опасной обстановке и ничего не случилось. Увы, есть и множество контр-примеров, которыми могут поделиться как доктора, так и сами родители. При этом совершенно неважно, чем и как лечится Ваш ребенок, каких докторов Вы посещаете, какой системы воспитания придерживаетесь. Последствия того, что ребенок подавился, упал с высоты, выпил чистящее средство, одинаковы для всех и лечатся одинаково, в условиях стационара, порой даже реанимационного отделения. Оставлять ребенка с неотложным состоянием без медицинской помощи крайне опасно!

Увы, мне за время работы уже довелось видеть детей, подавившихся едой или мелкими предметами, направленных на бронхоскопию. А также не направленных на это исследование после подобного эпизода и попавших в дальнейшем в отделение пульмонологии в связи с хроническим заболеванием легких. Множество детей ежедневно попадает в отделение токсикологии с отравлениями различной степени тяжести. Меня в своё время просто поразило, как много таких детишек!

«Лидеры» среди отравляющих веществ среди лекарств – бабушкины таблетки из серии феназепамы, средств от артериальной гипертензии, а также сосудосуживающие капли. Это ни в коем случае не значит, что нужно прекратить прием данных препаратов! Как и данные рекомендации в целом не призывают посадить ребенка в какую-то стерильную пустую сферу, где он будет в полной безопасности.

Но разумная предосторожность будет только на руку всей Вашей семье. В английском есть специальное слово для этого «childproofing». На русский даже и не знаю, как лучше перевести, что-то вроде «проверка на соответствие нормам безопасности для ребенка». Напоминает какой-то старый советский приказ, не так ли? Поэтому мне больше нравится иностранный вариант.

Итак, начнем наш childproofing. Большой процент несчастных случаев – следствие взаимодействия ребенка с мелкими предметами. Это могут быть части его игрушек, пища, вещи маленького размера, корм для животных и многое другое. Речь идет о возрасте от 1-1.5 лет, когда дети начинают активно перемещаться по дому, до приблизительно 5 лет, когда они начинают лучше понимать запреты и интересуются уже другими вещами.

Многие психологи верно замечают, что лучший способ познания мира и лучшие игрушки для детей раннего возраста – это то, что они могут найти дома. Впрочем, даже при наличии комнаты, забитой до отказа игрушками, малыш не перестанет интересоваться окружающими предметами. Это хорошо для его развития, но иногда представляет угрозу его безопасности. В идеале, маленький ребенок должен исследовать окружающий мир под присмотром взрослых. Но все мы понимаем, что это не всегда возможно. Поэтому наша цель – максимально обезопасить дом, чтобы в дальнейшем было меньше поводов для беспокойства. Благо, сейчас индустрия детских товаров развивается в этом направлении и готова нам помочь.

Продаются даже специальные гаджеты, позволяющие определить, подходит ли данный предмет для ребенка по размеру или нет. Но можно обойтись и без покупки лишних приспособлений, используя метод, предложенный английским доктором, экспертом и популяризатором «childproofing»: если вещь проходит в отверстие втулки рулона туалетной бумаги, значит, от

малыша её лучше держать подальше. Чем опасны мелкие предметы: если речь идет о еде, ребенок может подавиться.

Несъедобные мелкие предметы могут попасть как в желудок, если малыш их проглотит, так и в дыхательные пути.

В случае попадания в желудок, требуется динамическое наблюдение или же немедленное удаление инородного тела (то есть этого маленького предмета, если использовать медицинские термины). Тактика зависит от локализации, размера и характеристик предмета. Если ребенок подавился, может наступить или острая асфиксия при попадании в верхние дыхательные пути (то есть перекрывается просвет дыхательных путей и воздух перестает поступать в легкие), что требует неотложной помощи. Либо предмет, которым малыш подавился, попадает вместе с воздухом в бронхи и остается там, являясь источником воспаления. Выйти обратно в этом случае он уже не может, необходима бронхоскопия.

Что же сделать, чтобы этого не случилось? Для начала помните, что тянуть предметы в рот - естественный способ познания мира для ребенка до 3-4 лет. Кроме того, причинно-следственные связи в этом детям возрасте непонятны. Поэтому бесполезно пытаться запретить ребенку пробовать вещи на зуб и тем более рассказывать ему, что это опасно. Им совершенно не очевидны такие понятные нам истины, что копаться в мусоре или кошачьем туалете – противно (ряд детишек обладает врожденной брезгливостью, но это скорее исключение). Просто учитывайте это!

Проверьте дом, особенно пол, на предмет наличия мелких объектов: пуговиц, украшений и отдельных их элементов, булавок и иголок, монет, колпачков от ручек, плоских батареек. Также помните, что маленький естествоиспытатель может и разобрать некоторые электронные предметы и достать оттуда пресловутые батарейки. Удобнее всего для этого опуститься на уровень ребенка, то есть, сесть на корточки, и посмотреть, до чего малыш сможет добраться. Вы узнаете много интересного!

Емкости с кормом для домашних животных их лотки, естественно, также должны не попадаться на глаза малышу. Подумайте о безопасном месте, куда их можно было бы поместить.

Обратите внимание на емкость для мусора. В идеале, нужно поместить её вне пределов досягаемости для ребенка. Помните, что мусорные пакеты и урны могут также заинтересовать маленького исследователя! Учтите, что сдутые воздушные шары и полиэтиленовые пакеты, точнее их небольшие фрагменты, представляют большую опасность, т.к. ребенок может вдохнуть их и даже не закашляться. Об этом эпизоде никто и не узнает, и будет крайне сложно выяснить причину длительного кашля и рецидивирующих бронхитов. Таким образом – сдутые шары сразу же утилизировать. А «пакет пакетов», необходимый в хозяйстве, либо надежно завязать, либо поместить повыше, где ребенок не сможет их достать.

Всегда выбирайте для ребенка игрушки подходящей возрастной категории. И лишний раз удостоверьтесь, что нет мелких деталей, которые малыш может каким-либо образом отделить.

Теперь о еде: повторяюсь, для детей до 3-4 лет естественно тянуть в рот предметы, съедобные и не очень. И наши предостережения из серии "жуй хорошо, а то подавишься" для них совершенно непонятны. Ребенок приобретает способность откусывать пищу, как только у него появляются зубки, но вот тщательно прожевать ее он может только с появлением жевательных зубов (что происходит позже) и попрактиковавшись некоторое время. Именно поэтому выбор питания требует

Вашего особого внимания с момента, когда Ваш малыш начинает получать прикорм, и примерно до 4 лет.

Первый прикорм малыш получает в виде пюре. Если вы готовите его в домашних условиях, обязательно следите за гомогенностью и достаточно жидкой консистенцией блюда! По мере взросления ребенок может получать более густое пюре, содержащее небольшие комочки. В любом случае, в нем не должно быть твердых кусочков, даже небольшого размера! Не стоит беспокоиться, что малыш не научится жевать. С детьми без тяжелых неврологических отклонений это произойти не может. А вот подавиться, к сожалению, может даже совершенно здоровый ребенок!

Примерно в 9 месяцев малыш приобретает навык захватывать еду пальчиками. Это очень важный навык для него! С этого времени он начинает проявлять больше независимости во время кормления: хватает ложку, совершает челюстями нечто похожее на жевательные движения, может даже попробовать взять кусочек с Вашей тарелки. Западные специалисты рекомендуют с этого возраста давать ребенку небольшие кусочки, чтобы формировать навык самостоятельного питания, жевания, улучшать мелкую моторику. Спросите Вашего педиатра, какие продукты можно дать Вашему малышу.

Помните, что это обязательно должны быть совсем небольшие (примерно с горошинку) мягкие (которые можно легко перемолоть челюстями) кусочки. В дальнейшем, ребенок может переходить на общий стол со взрослыми. Однако продолжайте следить за тем, чтобы его пища была достаточно мягкой, разрезанной на небольшие кусочки. Универсальным правилом безопасности, актуальным до обозначенного выше возраста (а возможно и позже), является то, что малыш должен есть под Вашим (или другого взрослого) присмотром!

Нельзя дать малышу в ручку баранку или сырое яблоко, например, и отправить его гулять. Он может только "мусолить" продукт, но в какой-то момент нечаянно откусить передними зубками кусочек, который не сможет прожевать. Из этого следует, что в машине во время движения кушать, конечно же, тоже нельзя! Вообще говоря, наиболее безопасно и полезно для формирования привычек здорового питания, приучить детей (да и всех членов семьи!) принимать пищу, сидя за столом.

Перекусы на бегу, употребление пищи перед телевизором, компьютером, в машине становятся нормой нашего времени, но совершенно не полезны как для органов пищеварения, так и для нашего веса.

Из соображений безопасности детям до 4 лет не рекомендуется давать: виноград и другие крупные ягоды целиком, леденцы, орехи, попкорн, семечки, жевательные конфеты, крупные конфеты, маршмэллоу.

И, повторюсь, данные рекомендации созданы не для того, чтобы усложнить родителям жизнь, напротив. Соблюдение рекомендации по безопасности довольно быстро входит в привычку и не вызывает никакого дискомфорта. В отличие от тех бед, которые они имеют целью предотвратить.

Елена Орлова, педиатр

Источник: soznatelno.ru от 21.06.2016 г.

Безопасность детей на природе

Солнце, воздух и вода должны быть лучшими друзьями малышей. Но задача родителей - обеспечить безопасность детей на природе.

Отдыхая у водоема, не оставляйте детей без контроля. Не разрешайте играть на крутом берегу, а в воду входите вместе с малышом. Дети старшего возраста не должны купаться и нырять в непроверенном месте. Правильно подбирайте одежду для вашего малыша, избегая переохлаждения или перегрева на солнце.

Если вы отправляетесь в плавание на лодке, наденьте на детей спасательные жилеты. Рассадите пассажиров равномерно, чтобы лодка не кренилась на бок. Не разрешайте им перемещаться по лодке во время ее движения и свешиваться с бортов.

Зимой не позволяйте детям бегать по льду, проверяя его прочность.

Собираясь в поход, заранее продумайте все возможные сложности. Возьмите удобную запасную одежду и обувь на случай холода и дождя. У вас должна быть аптечка для оказания первой медицинской помощи. Не забудьте средства от насекомых. Объясните детям, как вести себя у костра и рядом с походной кухней. Не разрешайте им одним отлучаться далеко и надолго, чтобы они не заблудились.

Безопасность детей на проезжей части и в автомобиле

Приучайте малыша следить за сигналами светофора, объясняя правила дорожного движения. Не разрешайте детям одним выбегать или выезжать на перекресток, переходите дорогу вместе. Запрещайте играть у проезжей части с мячом и кататься с горок там, где внизу проезжают автомобили. Объясняйте правила обхода трамвая и автобуса. Во время поездки на общественном транспорте ребенку следует сидеть или крепко держаться за поручни. На эскалаторе держите ребенка на руках или за руку. Не разрешайте бегать по платформе и заходить за ограничительную линию.

Начинающему велосипедисту обязательно нужно использовать шлем и защиту на руки и ноги. Эти же правила касаются катания на роликах и самокатах. Не разрешайте детям выезжать на проезжую часть и за пределы вашего двора.

В вашем автомобиле должно быть специальное кресло или удерживающее ребенка устройство. На заднее стекло приклейте знак, предупреждающий других водителей, что с вами в машине едет малыш.

Всегда помните о безопасности своих детей, любите их, побольше говорите с ними, не уставайте повторять, что такое "хорошо" и "плохо", тем самым вы обеспечите безопасность детей до самостоятельного возраста.

Источник: ya-roditel.ru от 21.06.2016 г.