

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
г. ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 519

620010, г. Екатеринбург, ул. Инженерная, 41а
ИНН 6664067758 КПП 666401001
ОГРН 1026605765405

тел. (343) 258-27-02
эл.почта: mbdou519@mail.ru

ТРАВМЫ У ДЕТЕЙ ЗИМОЙ, ПРАВИЛА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



Мухаммад Сайфуллин,

врач-педиатр Инфекционной клинической больницы № 1, г. Москва

Зимой детский травматизм возрастает на 30%. Поэтому медсестре нужно провести консультации для родителей дошкольников и персонала ДОО о первой помощи при обморожении, переохлаждении, переломах и других типичных зимних травмах. Зимой детей подстерегают специфические травмы: ушибы об лед, обмороженные щеки и нос, примерзшие к металлу язык или пальцы.

Для оказания помощи при зимних травмах в аптечке детского сада должны быть:

- перевязочный материал (бинты стерильные и эластичные, стерильные салфетки, катушка пластыря, бактерицидный лейкопластырь);
- антисептики (растворы перекиси водорода, бриллиантовой зелени);
- обезболивающие средства (ибупрофен, парацетамол);
- сосудорасширяющие средства;
- материал для наложения шины.

ЕСЛИ НА ГОЛОВУ УПАЛА СОСУЛЬКА ИЛИ ОБЛОМОК ЛЬДА

Падение льда на голову в любом случае чревато травмой – открытой черепно-мозговой или легким ушибом.

Правила первой помощи:

1. Если ребенок в сознании, отведите его в помещение, уложите, оцените характер повреждения, обработайте ссадину антисептиком, наложите повязку. Вызовите скорую.

2. Если ребенок без сознания, немедленно вызывайте скорую. До прибытия врачей лучше не двигать ребенка – можно повредить шейный отдел позвоночника.

Укройте пострадавшего, следите за его дыханием и пульсом. При кровотечении наложите повязку.

ЕСЛИ КОЖА ПРИМЕРЗЛА К МЕТАЛЛУ

На сильном морозе металл становится «липким», и если его задеть незащищенной кожей или – еще хуже – облизнуть языком, нежный кожный покров останется на металле, начнется кровотечение. Рана будет заживать долго и болезненно. Если язык ребенка примерз к металлической поверхности, уговорите его потерпеть, зафиксируйте голову так, чтобы исключить резкие движения. Затем полейте на язык теплой водой. Только этот способ позволит избежать травмы.

СЛОВАРЬ

Холодовая травма – локальное повреждение тканей после контакта с промерзшей поверхностью: металлом, бетоном, жидкостями

При повреждении языка, признаки которого – жалобы на боль и кровь во рту, осмотрите полость рта. Поверхностное кровотечение остановится самостоятельно. Если рана выглядит обширной или глубокой, кровотечение продолжается или ребенок не дает осмотреть рот, родителям нужно отвести малыша к стоматологу или челюстно-лицевому хирургу.

До врачебного осмотра ребенку старшего дошкольного возраста можно дать прополоскать рот антисептиком (например, фурациллином, хлоргексидином). При сильном кровотечении постарайтесь придавить рану стерильной салфеткой.

Ребенка помладше успокойте, дайте теплое (не горячее!) питье. После остановки кровотечения в течение нескольких дней необходимо исключать горячую пищу и продукты, раздражающие слизистую оболочку: кислые, острые и твердые блюда.

ЕСЛИ РЕБЕНОК ОБМОРОЗИЛСЯ

Вопреки распространенному мнению, обморозиться можно не только в экстремальных погодных условиях – в определенных обстоятельствах обморожение грозит даже при плюсовой температуре воздуха. Этому способствует тесная и влажная одежда и обувь, физическое переутомление, голод, вынужденное длительное неподвижное и неудобное положение, предшествующая холодовая травма, ослабление организма после болезни.

При обморожении 1-й степени:

1. Отведите ребенка в ближайшее теплое помещение.
2. Снимите промерзшую обувь, носки, варежки.
3. Согрейте охлажденные участки до покраснения (для этого можно подышать на кожу, сделать теплыми руками легкий массаж).
4. Наложите ватно-марлевую повязку.

При обморожении 2–4-й степени:

1. Отведите ребенка в ближайшее теплое помещение.
2. Снимите промерзшую обувь, носки, варежки.
3. Наложите теплоизолирующую повязку (слой марли, толстый слой ваты, еще один слой марли, сверху – клеенка или прорезиненная ткань). Внимание: избегайте быстрого согревания! Резкое восстановление обмена веществ при недостаточности кровотока только усилит некроз тканей.

35градусов Цельсия температура, ниже которой диагностируется переохлаждение организма

4. Зафиксируйте пораженную конечность с помощью подручных средств – наложите дощечку или картонку, прибинтуйте их поверх повязки. Это необходимо потому, что в обмороженной конечности резко снижена болевая чувствительность, а значит, при манипуляциях и транспортировке есть риск травмировать ее еще сильнее.
5. Дайте ребенку горячее питье, обезболивающий препарат и сосудорасширяющее средство.
6. Вызовите скорую для госпитализации пострадавшего.

ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЕРЕОХЛАДИЛСЯ

Очень часто с отморожениями сочетается переохлаждение. Дети переохлаждаются быстрее, чем взрослые. Еще быстрее общее переохлаждение организма происходит, если ребенок одет в тесную, легкую или промокшую одежду, обувь.

При переохлаждении:

1. Отведите ребенка в ближайшее теплое помещение.
2. Снимите промокшую одежду, замените ее на сухую.
3. Хорошо укутайте пострадавшего теплым одеялом. Не старайтесь быстро согреть ребенка – горячей ванной, растиранием, обкладывая грелками. Это может вызвать нарушение сердечного ритма и внутренние кровоизлияния.
4. Дайте горячее питье.
5. Осмотрите нос, уши, конечности. Обнаружив признаки отморожения, действуйте по приведенным выше правилам.

6. Если у ребенка не определяется дыхание и пульс, начните сердечно-легочную реанимацию.

7. Вызовите врача (даже при эффективной доврачебной помощи).

ЕСЛИ РЕБЕНОК УДАРИЛСЯ ОБ ЛЕД

Зимой дети чаще получают вывихи и переломы – как при активных играх (катание с горки, на коньках, лыжах), так и поскользнувшись на льду. При подозрении на перелом:

1. Отведите пострадавшего в теплое помещение. Если ребенок не может идти, отнесите его на руках или носилках. При подозрении на травму спины и шеи положите пострадавшего на жесткую поверхность и зафиксируйте шею плотным воротником.

2. Снимите одежду, чтобы осмотреть место травмы. Если снять одежду с поврежденной конечности сложно, разрежьте рукав или штанину ножницами.

3. Зафиксируйте конечность как минимум в двух суставах – выше и ниже места повреждения.

4. Положите холод на область травмы.

5. При кровотечении наложите жгут, давящую повязку.

6. Дайте ребенку теплое питье, обезболивающее средство.

7. Вызовите скорую помощь.

ФАКТЫ

В средней полосе прогулки **отменяют**:

для детей 5–7 лет – при температуре воздуха ниже -20°C и скорости ветра выше 15 м/с;

для детей до 4 лет – при безветренной погоде и температуре не ниже -15°C

КАК ИЗБЕЖАТЬ ТРАВМ

Для предупреждения травматизма нужно следить за территорией ДОО: вовремя убирать снег с прогулочных площадок и дорожек; очищать крыши здания и навесов от наледи и сугробов; дорожки и ступеньки обрабатывать противогололедными средствами (посыпать песком).

Воспитатели должны ограничивать по времени прогулки на морозе, а родители – одевать детей соответственно погоде. Желательно выбирать обувь с рифленой подошвой. Во время активных игр на улице дети должны находиться под присмотром взрослых.

Для профилактики переохлаждений в холодную морозную погоду родителям следует детей одевать многослойно – между слоями одежды тепло удерживается за счет воздуха. Прогулки лучше проводить после обеда. На прогулке взрослые должны следить за температурой носа, ушей, конечностей. Замерзание открытых частей тела – признак того, что ребенок не справляется с низкой температурой воздуха.

Закаливание – еще один эффективный способ профилактики переохлаждения.