

«Зимние забавы могут быть опасными»

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям. Многие дети с осени начинают с нетерпением ждать снега, чтобы покататься на санках, скатиться с горки на ледянке, покататься снежками и построить снежные башни и лабиринты. С наступлением зимы потенциальных опасностей на улице становится больше, следовательно, актуальна проблема формирования у детей навыков безопасного поведения в зимнее время года.



И если не соблюдать меры безопасности, то зимние забавы могут принести больше вреда чем пользы. Зимние опасности для детей включают травмы от падения на скользком льду, обморожения и переохлаждение из-за неправильной одежды, несчастные случаи на горках (выход на дорогу, столкновения), падение сосулек и снега с крыш, а также опасность игр у водоемов и на непрочном льду, вдобавок к этому из-за ухудшения видимости на дорогах возрастает риск ДТП.

В такой период как никогда возрастает роль взрослых, которые должны научить детей правилам поведения, позволяющим избежать получения травм, и усилить контроль за соблюдением этих правил. Необходимо проверить санки, не повреждены ли они, крепление на лыжах, коньки на соответствие размеру ноги. Именно взрослые должны проконтролировать места, где играют их дети зимой. Важно обучать детей правилам безопасности, носить теплую одежду по погоде, избегать игр на проезжей части, водоемах и строить снежные горки подальше от дорог и препятствий. Объясните ребенку, что внимание и осторожность — это главные принципы поведения, которых следует безукоризненно придерживаться в гололед.

Постарайтесь доходчиво объяснить детям, что в мороз нельзя лизать языком и притрагиваться влажными или мокрыми руками к железным конструкциям, так как из-за сильного мороза влага (слюна) на руках (языке) моментально замерзает, превращаясь в лед и «приклеивая» часть тела к холодной металлической поверхности, что может привести к болезненным травмам и даже отрыву части кожи или слизистой оболочки. Металл очень быстро отбирает тепло, и лед, образующийся на стыке тела и металла, действует как прочный клей.

Если ваш ребенок увлекается зимними видами спорта, позаботьтесь не только о его спортивной одежде и термобелье, но и о защитной экипировке: наколенниках, налокотниках, защитном шлеме, они помогают в значительной мере уменьшить вероятность получения травм.

Зимние забавы должны приносить радость, а не травмы. Ответственность взрослых — обеспечить безопасные условия и научить детей правилам поведения.

*Материал подготовили врач-гигиенист (заведующий отделом) СЭО
В.А.Старук, инструктор-валеолог Н.И.Юрениа*