

## Опасности на детской площадке

В городах с каждым годом становится все больше и больше детских площадок, где ребята разного возраста могут играть, бегать, проводить свободное время вне дома. Однако детская площадка – это всегда не только источник веселья, но и в определенном смысле источник опасности, о чем не следует забывать родителям. Ни один ребенок, даже если он находится под внимательным присмотром старших, не застрахован от получения травмы в



детской игровой зоне.

### Особенности травматизма на детских площадках

Вместе с модернизацией детских площадок, как отмечают врачи, значительно меняется и характер травм. Раньше травматологам и врачам скорой помощи приходилось работать в основном с переломами, вывихами, растяжениями, а также вдавленными переломами черепа. Сейчас, как гласит статистика, в основном встречаются компрессионные переломы позвоночника. Причина изменения характера травм не только в том, что на смену железным качелям приходят более безопасные конструкции. Врачи отмечают, что целый ряд факторов способствует формированию у ребенка компрессионного перелома. Среди них:

- неправильное, «рафинированное» питание, которое просто не способно покрыть потребности растущего организма в полезных микро- и макроэлементах;
- недостаток физической активности – гиподинамия (все больше детей предпочитают проводить время за компьютером или планшетом вместо прогулки на улице, что неминуемо ведет к неправильному развитию опорно-двигательного аппарата, частью которого является и позвоночный столб);
- неуклюжесть (падать, как говорят многие спортсмены, это тоже искусство, которому невозможно научиться, если человек ведет недостаточно активную жизнь);
- рассеянное внимание,
- различные обменные нарушения, вызванные эндокринологическими и другими заболеваниями (в основном

обменные нарушения сказываются на состоянии костной ткани, приводя к повышению ее ломкости).

Однако помимо компрессионных переломов на детских площадках продолжают встречаться и стандартные травмы, такие как переломы конечностей, ушибы, ссадины, растяжения, вывихи и др.

## **Как проверить детскую площадку на безопасность**

Часть травм можно предотвратить. К сожалению, это простое утверждение очевидно не всем родителям, так как они не всегда понимают, что продолжают нести ответственность за здоровье ребенка, если он играет на детской площадке. А, между тем, чтобы предотвратить некоторые случаи, достаточно перед началом игры провести простую проверку. Рекомендуется:

- оценить общий внешний вид поверхностей в игровой зоне (например, проверить, чтобы скат горки был ровным, наличие посторонних потенциально опасных предметов — осколки стекла, гвозди, острые палки и т.п.);
- осмотреть оборудование на площадке на предмет неисправностей (убедиться, что крепления подвесных конструкций надежны);
- выявить игровые конструкции, на которых не хватает элементов для безопасной игры (например, выломаны доски, не хватает перилл и др.);
- оценить состояние покрытия детской площадки (по возможности стоит отдавать предпочтение тем игровым зонам, где используется травмобезопасное покрытие детской площадки);
- убрать с игровой площадки посторонние предметы (избавиться от битых стекол и других предметов, которые могут быть потенциально опасны для ребенка).

Первоначальный осмотр детского игрового комплекса – это простое мероприятие, которое не отнимет у родителя много времени, но поможет сделать пребывание ребенка на площадке гораздо более безопасным. А как итог – больше положительных эмоций и значительно меньше проблем!



## **Основные правила безопасности**

На игровой площадке ребенок должен находиться под контролем взрослых. Существует ряд правил, которые помогут пользоваться игровым оборудованием с комфортом, снизят вероятность получения малышом травмы. Правила зависят от вида игрового оборудования.

### ***Горка***

Горка должна быть снабжена защитными бортиками, как и верхняя площадка, дающая доступ к скату. Это защитит детей от падений. Также кому-то из взрослых стоит организовать процесс катания, чтобы предотвратить скатывания вниз головой, толкание друг друга и другие опасные действия, способные привести к травмам.



### ***Качели***

Игра на качелях требует от взрослых повышенного внимания. Стоит пресекать попытки сделать «солнышко», качания стоя, вдвоем на одних качелях (если их конструкция этого не предусматривает), прыжки с качающихся качелей, беготню перед раскачивающейся конструкцией.



### ***Канаты, шведские стенки, турники***

При игре на подобных конструкциях велик риск падения с последующим переломом или ушибом. Чтобы предотвратить это, родителям стоит страховать ребенка внизу.



## **Что делать, если травмы избежать не удалось**

Порой даже у самых внимательных родителей дети все же получают травмы на детской площадке. В этом случае важно не растеряться и оказать малышу первую помощь до приезда врачей. Алгоритм действий разнится, в зависимости от вида травмы.

### ***Ушиб***

Если ребенок ушибся, в первую очередь стоит приложить к ушибленному месту холод. Например, можно использовать обернутый в полотенце пузырь со льдом или холодную бутылку с водой. Холодом воздействуют в течение 10-20 минут, успокаивая в это время малыша. После можно смазать место ушиба специальным кремом или гелем, чтобы синяк сошел быстрее.

### ***Вывих, растяжение, перелом***

Дифференцировать эти травмы между собой (особенно если перелом не открытый) может только врач-травматолог. Задача родителя до прибытия медика или доставки ребенка в травмпункт – обеспечить покой поврежденной конечности, приложить к ней на 10-20 минут холод. Чтобы обеспечить надежную фиксацию, можно использовать несколько прямых палок, которые фиксируются к конечности бинтом. При наложении фиксатора важно помнить, что он должен фиксировать не только поврежденную зону, но и ближайшие суставы. Так, например, если есть подозрение на повреждение бедренного сустава, стоит зафиксировать также голеностоп и колено.

### ***Травма головы***

Абсолютно всегда является показанием для вызова скорой медицинской помощи. До прибытия медиков ребенка стоит уложить на спину, если он в сознании, или на бок, если он без сознания, обеспечить покой. При возможности голову фиксируют с помощью двух боковых валиков, так как любые лишние движения при сотрясении мозга могут негативно повлиять на нервную систему в перспективе, ухудшив прогноз.

### ***Травма позвоночника***

## **Выводы**

Несмотря на активную работу городской программы по благоустройству придомовых территорий и организации современных детских игровых площадок, ответственность за жизнь и здоровье ребенка все еще лежит на родителях. Именно родители должны правильно организовывать досуг ребенка, следить за его активностью на детских площадках, на даче и в иных местах, налаживать полноценное питание. Интернет и компьютеры не смогут полноценно сформировать ребенка как личность. Отсутствие активных игр на свежем воздухе со своими сверстниками ведет к отсталости в развитии, стрессам и прочим негативным последствиям.