



**Практические советы
для молодой мамы**



БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Рекомендации ведущих
российских специалистов

Валерия Вячеславовна Фадеева

Безопасность ребенка.

Первая помощь

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=333482

Безопасность ребенка. Первая помощь. : ООО «Издательство Оникс»:

ООО «Издательство «Мир и Образование»; Москва; 2009

ISBN 978-5-488-02267-6, 978-5-94666-552-0

Аннотация

Курс первой помощи имеет неоценимое значение для каждого родителя. Не всегда есть возможность немедленно обратиться к врачу в чрезвычайной ситуации, и ваша задача суметь самим оказать своевременную и грамотную помощь ребенку.

Из этой книги вы узнаете, какие опасности подстерегают ребенка дома, на улице, на даче, в лесу и в поле, в общественном транспорте и в далеком путешествии, как их предупредить и справиться с последствиями. В книге в доступной форме изложена вся необходимая информация о том, как оказать первую помощь ребенку при отсутствии дыхания и остановке сердца, ожогах, отравлениях, ушибах и переломах, а также при укусах животных, змей и насекомых.

Главное, в сложной ситуации быть спокойным и уверенным, ведь от этого может зависеть жизнь вашего ребенка.

Содержание

Дорогие взрослые!	4
Как защитить своего ребенка	6
Безопасность младенца	10
Опасности, подстерегающие ребенка в возрасте до 1 года	11
Автомобиль	11
Пеленальный столик	11
Детская кроватка	11
Вредные вещества	14
Игрушки	15
Одежда	15
Опасные предметы	16
Детская коляска	16
«Кенгуру»	19
Ходунки и прыгунки	21
Безопасность в доме	26
Как обезопасить для ребенка свое жилище	31
Пол	32
Окна и балконы	33
Электроприборы и розетки	33
Конец ознакомительного фрагмента.	35

Валерия Вячеславовна Фадеева

Безопасность ребенка. Первая помощь

Дорогие взрослые!

Как известно, береженного Бог бережет, поэтому важно всегда заботиться о безопасности своего ребенка, где бы вы с ним ни находились – дома, на улице, на даче, в лесу или в поле, в общественном транспорте или в далеком путешествии...

Очень важно научить ребенка грамотному поведению в различных ситуациях. И в этом большую роль играет ваш личный пример, ведь малыш все время смотрит на вас и копирует ваше поведение.

К сожалению, неприятности могут случиться с каждым. Главное, быть спокойным и уверенным в критических ситуациях и оказать ребенку своевременную и правильную первую помощь. Курс первой помощи имеет неоценимое значение для каждого родителя. Понимание того, что надо делать в случае чрезвычайного происшествия, – гарантия

безопасности и возможность спасти жизнь вашему ребенку.
Желаем вам и вашему ребенку всего самого доброго!

Как защитить своего ребенка

Вы не в состоянии полностью оградить своего ребенка от всех опасностей, как бы вам этого ни хотелось. Но вы можете сделать так, чтобы у вас с вашим малышом сложились доверительные, уважительные отношения. Тогда он будет доверять вам свои страхи и тревоги и не будет бояться того, что его накажут, высмеют или обвинят во лжи. И ему не понадобится идти со своими проблемами к более «понимающим» его незнакомым взрослым.

Помните о могуществе мыслей и слов! Не стоит внушать своему малышу, что мир – жестокий и опасный. Слишком беспокоясь за своего ребенка, вы рискуете привлечь к нему неприятности. Думайте, что мир дружелюбен и безопасен, и то же говорите своему малышу. Вера в хорошее необходима для нормального развития ребенка. Она подпитывает его внутренние силы, делает уверенным в себе и награждает оптимизмом. Иначе малыш может вырасти запуганным, тревожным, неуверенным или жестоким человеком.

Ребенку важно быть уверенным в том, что его любят близкие люди, которые всегда готовы его защитить. Поощряйте стремление своего малыша к самостоятельным действиям, к принятию им решений. Помогайте только тогда, когда ребенку требуется ваша помощь. Если же он справляется сам, постарайтесь не вмешиваться и позвольте ему про-

явить свои умение и фантазию. Если малыш сделал что-либо не так, как было нужно, тактично помогите исправить ошибку. Ограничивать самостоятельность нужно только тогда, когда это действительно необходимо, например если возникает угроза здоровью. Всегда показывайте свою любовь таким образом, чтобы ребенок был уверен в том, что при необходимости вы ему всегда поможете. Почаще ставьте себя на его место и смотрите на мир глазами ребенка.

Есть мамы, которые постоянно тревожатся о здоровье и благополучии малыша. Они демонстрируют ему, что мир враждебен и опасности подстерегают на каждом шагу. С раннего возраста малышу многое запрещается. Его постоянно одергивают, ограничивают его порывы. В результате у ребенка не формируется базового доверия к миру, так как он «считывает» со своей мамы постоянную тревогу и волнение. Такие мамы часто подвергают ребенка тщательному медицинскому обследованию без видимых на то причин. Из-за любого прыщика или синяка они готовы поднять такую панику, что начинает тревожиться вся семья. В результате ребенок начинает всего бояться, он становится неуверенным в завтрашнем дне, постоянно находится в настороженном и подавленном состоянии.

Поэтому очень важно научить малыша всегда быть внимательным к опасностям, но ни в коем случае не пугать его ими, и тогда мир не будет ему казаться таким опасным. Никогда не обсуждайте в присутствии ребенка катастрофы, бо-

лезни, преступления.

Если вы чувствуете, что не справляетесь с тревогой за ребенка, и понимаете, что она необоснованна, обратитесь за психологической помощью.

Нередко, беспокоясь за своего ребенка, взрослые рисуют в своем воображении страшные картины. Они представляют, как их сын попадает под машину или дочь подстерегают на улице бандиты. На самом деле такие действия могут нанести ребенку непоправимый вред, ведь каждая мысль – это энергия, а, как мы знаем, наши мысли материализуются. Зигмунд Фрейд однажды сказал, что матери являются главными убийцами своих детей, потому что никто столько, сколько они, не вкладывают энергии в жуткие картины гибели своих драгоценных малышей. Поэтому очень важно сразу же прогонять от себя негативные мысли.

Каждый раз, когда жуткая мысль приходит к вам в голову, следует выполнять *упражнение по преобразованию негативной энергии*.

1. На вдохе соберите пугающую мысль в плотный комочек. Неприятное ощущение будет собираться в груди тяжелым сгустком.

2. С медленным выдохом через голову выпустите вверх давящий ком, как темный шарик, и представьте, как он лопается высоко над головой, превращаясь в искры света, в лепестки цветов. Таким образом, вы преобразовываете негативную энергию и разрушаете нехорошую программу.

После этого можно приступить к *созданию благоприятной программы для вашего ребенка.*

1. На вдохе обратитесь к Богу с просьбой о благе для своего ребенка.

2. Соберите в груди сгусток света.

3. Медленно выдыхая, представьте ребенка в хорошей, благоприятной для него ситуации. Тем самым вы притянете созидательную энергию.

При этом важно следить за тем, чтобы ваше программирование не было навязчивым, чтобы оно точно совпадало с личными желаниями маленького человечка и гармонизировало с его внутренним состоянием. Иначе ваша энергия может входить в жизнь ребенка чуждой, разрушающей волной и тем самым приносить зло, даже если ваши намерения добрые. Поэтому старайтесь избегать конкретных воображаемых картинок, а давайте просто энергию света. Тем самым вы не станете мешать проявлению внутренних возможностей своего ребенка.

Безопасность младенца

Очень важно предотвращать опасные ситуации.

◆ В два месяца ребенок уже умеет хватать предметы, а в три – дотягиваться до них и тянуть к себе. Поэтому в доступных для ребенка местах не должно быть ничего опасного.

◆ Не оставляйте кроху одного с бутылочкой – он может захлебнуться.

◆ Не оставляйте младенца с другим ребенком: тот может уронить малыша или дать ему что-нибудь опасное.

Опасности, подстерегающие ребенка в возрасте до 1 года

Автомобиль

Начиная с поездки из роддома домой, у малыша всегда должно быть безопасное место в машине. Убедитесь, что подобранное вами автомобильное кресло полностью отвечает правилам безопасности. Оно должно удерживаться на месте с помощью привязного ремня для взрослых. Об автомобильных креслах подробнее см. раздел «Безопасность в путешествии» (Путешествие на автомобиле) на с. 64.

Пеленальный столик

Переодевайте ребенка на полу. Если же вы делаете это на столе или на пеленальном столике, ни на секунду не выпускайте малыша из своего поля зрения, как бы далеко он не находился от краев. Даже самый маленький ребенок может подкатиться или подтолкнуться к краю и упасть.

Детская кроватка

Детская кроватка может стать самым безопасным местом

для вашего малыша.

♦ Вертикальные планки или прутья стенок кроватки должны быть установлены на расстоянии не более 6–7 см друг от друга, чтобы детские ручки и ножки не смогли застрять и у малыша не было соблазна просунуть между ними голову.



♦ Выбирайте кроватку с регулируемым по высоте подматрасником, который предусматривает два или три уровня ложа. Самое верхнее положение – для новорожденного ребенка. В таком случае, укладывая малыша в кроватку или вынимая его оттуда, перестилая ему постельку или играя с ним, мама не будет наклоняться слишком низко. Важно, чтобы в этом положении высота бортиков оставалась не менее 50 см от уровня ложа, тогда кроха будет в безопасности. Ко-

гда ребенок начнет садиться, дно кровати следует опустить на «этаж» ниже. А как только он начнет вставать на ножки, ложе необходимо установить на самый нижний уровень, чтобы подросший непоседа не мог выпасть из кровати, перевернувшись через бортик.

◆ Обратите также внимание на внешний вид кровати: должны отсутствовать витиеватые узоры, выступающие детали и острые углы. Поверхность должна быть гладкой и хорошо отполированной, без шероховатостей, зазубрин, сколов и трещин.

◆ Боковая стенка кровати обычно открывается или опускается для удобного доступа к ребенку. Необходимо, чтобы механизм открывания действовал плавно, бесшумно и был недоступным для малыша. Если откидная стенка фиксируется на кровати при помощи резиночек, то ребенок, открыв кровать, рискует из нее выпасть. А вот когда фиксирующие защелки расположены в противоположных углах боковой стенки, у малыша просто не хватит размаха рук, чтобы одновременно нажать на защелки и открыть кровать.

◆ Существуют модели с силиконовыми накладками на верхних бортиках боковых стенок. Это очень полезная деталь. Когда у ребенка будут резаться зубки, ему захочется их «поточить», а накладка не даст обгрызть древесину, лак и краску, убережет его ротик от заноз.

◆ Просите продавца показать сертификат. Сертифицированные кровати покрыты нетоксичными и безопасными

для ребенка лаками и красками.

◆ Положите в детскую кроватку прочный, плотно обтянутый матрас. Не используйте мягкие поверхности.

◆ В постели не должно быть легковоспламеняющихся тканей.

◆ Укоротите завязки на прокладке – «книжке», чтобы они не захлестнулись вокруг шеи ребенка.

◆ Если малыш уже встает, не вешайте погремушки поперек кроватки.

◆ Вместо стеганого одеяла лучше использовать спальный мешок.

◆ Накрывая ребенка одеялом, убедитесь, что во время сна его голова остается открытой.

◆ Не оставляйте кроху в кроватке без присмотра, когда он не спит!

◆ Грудной ребенок может задохнуться, если ему на лицо попадет предмет и закроет рот и нос. Поэтому младенцев не следует укладывать спать на объемные пуховые подушки и перины или обкладывать ими детскую кроватку.

◆ Также не надо оставлять в кроватке крохи большие мягкие игрушки!

Вредные вещества

◆ Краски на мебели и игрушках вашего ребенка не долж-

ны содержать свинца и других опасных для организма веществ.

◆ Держите все лекарства в недоступном для малыша месте.

◆ Моющие средства, пестициды, алкогольные напитки и даже косметика должны находиться за пределами досягаемости ребенка.

Игрушки

Игрушки малыша должны быть моющимися, достаточно большими, чтобы малыш не смог их проглотить, без острых краев или небольших частей, которые можно оторвать. Имейте в виду, что все, что попадет в руки к вашему крохе, будет немедленно отправлено в рот. Помните об этом при выборе игрушек. См. также раздел «Безопасность в доме» (Как обезопасить для ребенка свое жилище. Игрушки) на с. 22.

Одежда

◆ Не надевайте на ребенка одежду со шнуровкой.

◆ Не вешайте на шею малыша цепочки и веревочки, ведь под толстым слоем одежды не видно, мешает ему украшение или нет.

◆ Соску-пустышку прикрепите к одежде младенца специ-

альной прищепкой.

Опасные предметы

Каждый предмет в вашем доме представляет собой потенциальную опасность для малыша. Опуститесь на пол и поползайте по своему дому. Присмотритесь к опасностям, которые могут подстерегать ребенка: острые края у мебели, небольшие вещицы на ковре, отстающие куски стен, легко перевортываемые лампы, столики и т. д. (см. также раздел «Безопасность в доме»).

Детская коляска

◆ К коляске должен прилагаться соответствующий сертификат безопасности. Кроме того, должна быть указана гарантия на срок использования.

◆ Коляска должна быть устойчивой. Это значит, что на ровной поверхности ни коляска, ни корзина не должны наклоняться в стороны. У моделей-трансформеров должна быть надежная защита от случайного закрытия.

◆ Внутренняя отделка коляски должна быть выполнена из натуральных тканей, например хлопка. Она должна легко сниматься и стираться.

◆ Дно корзины должно быть ровным и жестким, чтобы позвоночник малыша всегда оставался в правильном поло-

жении.

◆ Корзина коляски должна располагаться высоко над землей, чтобы малыш был надежно защищен от пыли и мелких брызг.

◆ Высота бортиков должна составлять не меньше 20 см. Учтите, что для непосед и подрастающих карапузов она должна быть выше.

◆ Старайтесь обходиться без подушек и других лишних предметов, чтобы малыш мог свободно дышать, а при желании и подвигаться.

◆ Если ребенок уже в состоянии дотянуться до подвесной гирлянды, ее лучше убрать, иначе, оттянув ее на себя, он может удариться.

◆ Если на улице много комаров или мошек, лучше закрыть открытую часть коляски марлей, чтобы насекомые не смогли добраться до малыша.



◆ Выбирайте коляску с таким капюшоном, который можно фиксировать в нескольких положениях. Это нужно для того, чтобы защитить малыша от капель дождя и ветра независимо от направления. Капюшон должен быть бесшумным и легким, тогда действия с ним не испугают ребенка и не разбудят, когда он спит. Капюшон должен крепко крепиться к корзине, иначе, если вы наклоните коляску от себя, малыш может выпасть. Хорошо, если капюшон будет с бампером, который защитит голову ребенка от удара в момент наклона коляски. И капюшон, и фартук должны оставлять простор для наблюдения за малышом и вентиляции воздуха в корзине.

◆ Старайтесь не возить в коляске ничего, кроме малыша.

Продукты, лекарства, хозяйственные мелочи могут оказаться совсем небезопасными «соседями». Не кладите в корзину к ребенку цветы и другие растения, ведь они могут вызвать у него аллергическую реакцию.

◆ Не позволяйте домашним любимцам забираться в коляску, даже если малыша в ней нет.

◆ Если вы оставляете коляску на лестничной площадке или в подъезде, закрывайте ее поплотнее, чтобы в ваше отсутствие в ней не хозяйничали бездомные или соседские животные.

◆ Никогда не кладите в коляску зажигалки и не курите рядом.

◆ Не ставьте коляску под окнами и балконами домов.

«Кенгуру»

Многие родители используют «кенгурушку» для переноски младенца. В таком случае малыш рядом и ваши руки свободны.



Однако врачи считают, что если вашему ребенку еще нет 6 месяцев, усаживать его в «кенгурушку» не стоит. До тех пор пока малыш не будет самостоятельно уверенно сидеть, переносить его сидящим в «кенгуру» нельзя! Дело в том, что опорно-двигательный аппарат младенца еще не готов к длительному передвижению в вертикальном положении. Природой не предусмотрена такая нагрузка на неокрепший позвоночник, а мышцы, которые его держат, еще слабы. Кроме того, вибрация, которая возникает в такт шагов взрослого, существенно усиливает нагрузку. Малыш старается подсознательно выбрать удобное положение.

При этом он изгибается, принимает неестественную для него позу. Таким образом, начинают формироваться разно-

образные искривления позвоночника.

Разумной альтернативой может стать переноска малыша в горизонтальном положении – в другой модели «кенгуру» или в перевязи (слинге), представляющей собой кусок ткани, перекинутой через мамино плечо. Но и эти «транспортные средства» нельзя считать идеальными, так как они не создают твердой опоры для малыша и тем самым вынуждают кроху находиться в неестественном, напряженном состоянии. Поэтому рекомендуется в пути делать остановки, во время которых следует присесть, положить малыша на колени и дать ему отдохнуть.

Когда малыш немного подрастет и будет уверенно сидеть сам, можно начать путешествовать в «кенгурушке». Выбирая ее, обратите внимание на модели с жесткой спинкой и широкими лямками, регулирующимися по росту взрослого. Тогда малыша смогут носить и мама, и папа.

Ходунки и прыгунки

Все родители хотят, чтобы их ребенок рос здоровым и сильным. Поэтому они стремятся как можно раньше заняться его физическим развитием. Именно с этой целью чаще всего и приобретаются прыгунки и ходунки, ведь это – отличные тренажеры для ребенка. Они развивают, закаляют, дают хорошую нагрузку на опорно-двигательный аппарат.

♦ Перед использованием ходунков или прыгунов обяза-

тельно проконсультируйтесь с врачом.

◆ Сажать в ходунки и прыгунки следует малыша, который сам уже хорошо сидит.

◆ Врачи рекомендуют сажать кроху в прыгунки обязательно в обуви, которая фиксирует голеностопные суставы.

◆ Ходунки и прыгунки необходимо правильно отрегулировать по высоте. Ножки малыша должны упираться в пол всей стопой таким образом, чтобы они чуть-чуть сгибались в коленных и тазобедренных суставах.

◆ И ходунки, и прыгунки нельзя использовать долгое время. Следите за тем, чтобы малыш находился в них не более 20–30 минут два раза в день.

◆ Находясь в ходунках или прыгунках, ребенок должен постоянно быть под присмотром взрослых и вдали от опасных мест (в первую очередь лестницы).

◆ Постарайтесь оборудовать место занятий таким образом, чтобы малыш при всем желании не смог достать до ручек шкафов, острых углов или других опасных предметов. Под прыгунками постелите мягкий коврик.

◆ Не превышайте максимально допустимую нагрузку, указанную в паспорте, соблюдайте ограничения по весу и росту. Для ходунков это соответственно 12–15 кг и 78–85 см; прыгунки рекомендуются детям до 12–15 месяцев при весе не более 11–12 кг.

◆ Все крепления в ходунках и прыгунках должны быть исправными и надежно зафиксированными.

◆ Если ребенок уже неплохо ходит самостоятельно, целесообразно прекратить использование ходунков.



◆ При первых же признаках утомления (гиперактивность, покраснение кожи, учащенное дыхание или, наоборот, вялость, апатия) занятия на тренажере необходимо тут же прекратить.

◆ Любые физические нагрузки нежелательны сразу после еды, поэтому, чтобы не навредить пищеварению, не сажайте малыша в прыгунки после обеда.

При покупке этих тренажеров нужно учитывать следующие особенности.

Основание ходунков должно быть достаточно широким и

устойчивым для того, чтобы избежать опрокидывания. Желательно, чтобы был предусмотрен передний бампер для защиты от столкновений, а также были стопоры, фиксирующие их. Колесики должны легко вращаться во все стороны. Чем их больше, тем устойчивее конструкция. Сиденье должно быть глубоким, чтобы ребенок погружался в него большей частью тела. Оно должно быть достаточно широким, не слишком твердым, не слишком мягким и легко моющимся. Важно, чтобы спинка имела твердый каркас. Уровни предусмотрены для регулирования ходунков по высоте. Большее количество уровней позволяет подобрать удобное и безопасное положение.

Крепление прыгунок бывает на крючках и скобах-зажимах. В первом случае крепеж вкручивается в дверной проем и прыгунки привязываются к одному месту. Это не очень надежно и удобно. Лучше всего выбрать прыгунки с креплением на скобах-зажимах. Тогда их можно будет быстро и надежно прикрепить к любой дверной коробке. Пружина – менее надежный вариант крепления прыгунок по сравнению с резинками. Причем для большей безопасности через металлическую пружину может быть пропущен страховочный тросик. Сиденье прыгунок бывает выполнено в форме штанишек и должно плотно обхватывать малыша, прочно фиксировать его позвоночник ремнями или дополнительным корсетом. Также сиденье может быть снабжено мягкими поддерживающими подмышечными валиками. Существуют

модели с высокой ортопедической спинкой. Столешница и бампер делают прыжки более безопасными. Они предохраняют ребенка от удара о стену или дверной проем.

Безопасность в доме

Начав ходить, ребенок хочет как можно больше узнать об окружающем мире. Ему необходимо все потрогать, попробовать на вкус. Как только ваш малыш сделает свои первые шаги, вы сразу поймете, насколько сильно он нуждается в безопасном пространстве.

Будьте готовы к началу времени шишек и падений. Не переживайте понапрасну – такова одна из неизбежных сторон роста. И хотя время от времени сердце у вас в груди будет замирать, вы будете с удовольствием наблюдать, как малыш исследует территорию.

Не пытайтесь оградить ребенка от всего на свете, позвольте ему расти и познавать новое самостоятельно. Не говорите ему на каждом шагу «этого нельзя!», «того нельзя!», «не трогай!». Все, что ребенок видит, он непременно хочет потрогать, подвигать, перевернуть и посмотреть, что же будет. Поэтому самое лучшее, что вы можете сделать, – это помочь маленькому исследователю. Держите все его затеи под контролем. Если ваш малыш хочет забраться в шкаф, забирайтесь туда с ним, хочет поковырять ящики стола, помогите ему сделать это. Помните о том, что время малыша очень дорого. Ведь ни один взрослый не способен обрести столько знаний, скажем, за месяц, сколько получает их ребенок. Поэтому обидно, если малыш будет терять время, слыша ваше

очередное «нельзя!». Кроме того, если малышу постоянно твердить «нет, нельзя, не трогай», он почувствует, что ему все запрещено, и будет всего бояться. Постоянные запреты вредны и ведут к торможению исследовательских инстинктов ребенка, ведь, изучая предметы, он осваивает окружающий мир.

Не стремитесь приобрести полную власть над ребенком. Если малыш оказался поблизости от горячего утюга, ножа или выбежал на обледеневшую дорожку, не стоит кричать ему испуганно-строгим голосом: «Смотри, не обожгись, не поскользнься или не порежься!» Таким образом можно спровоцировать несчастный случай. Дело в том, что у ребенка контроль за внешними раздражителями осуществляет правое полушарие, которое не воспринимает отрицательные частицы «не» и «нет». Подобные призывы к осторожности оно воспринимает как приказ нанести себе повреждение. Специалисты называют это явление нейролингвистическим программированием. Поэтому в своих запретах старайтесь обходиться без «не». Скажите ребенку: «Отойди оттуда, иначе можно обжечься». А лучше подойдите к нему и уведите из того места, где малышу не следует находиться.

Естественно, вы не можете постоянно участвовать во всех исследованиях наравне со своим непоседой, а любознательность и желание экспериментировать у всех нормальных детей выходят далеко за пределы их опыта, здравомыслия и осторожности. Поэтому сделайте так, чтобы в доме, в кото-

ром малыш живет, играет и постигает новое, его не подстерегали опасности. Тем не менее старайтесь, чтобы ребенок играл под вашим присмотром.

Чтобы не дать страху закрепиться, лучше, как это ни парадоксально, самому создать опасную ситуацию. Проведите с малышом небольшой эксперимент, показав ему, что такое ожог или укол. Для знакомства с огнем вполне достаточно приблизить его руку к очень горячему предмету, например к неостывшему чайнику. Что касается укола, дайте ребенку небольшой острый предмет, не переставая наблюдать за ним.

Объясняйте все свои действия. Это и будет первая ступень обучения малыша. Будет замечательно, если вы превратите курс техники безопасности в игру. Постарайтесь вместе с ребенком изучить самые «горячие точки» квартиры, объясните ему, чем может грозить баловство. Поиграйте так несколько раз, пока не удостоверитесь, что малыш твердо выучил азы техники безопасности.

В возрасте от 2 до 7 лет малыши время от времени чего-то боятся. А, как известно, страх действует парализующе. По данным МЧС России чаще всего на пожарах дети гибнут от того, что в ужасе они забиваются под кровать или прячутся в шкафу и их находят слишком поздно. А ведь этого бы, наверняка, не случилось, если бы ребенок знал, что при вспыхнувшем пожаре ему надо позвать взрослых, а если такой возможности нет, выйти на лестничную площадку или балкон, плотно прикрыть за собой дверь и позвать взрослых

на помощь.

Нельзя пугать ребенка колдунами, чужими дядями, которые придут и заберут его... Не разрешайте малышу смотреть страшные мультфильмы или фильмы с печальным концом.

Чаще повторяйте ребенку, что вы всегда будете рядом и защитите его.

Дети не растут с вакууме, и поэтому ваша задача – избавить малыша от возможного страха при помощи игры и научить его правильно действовать в чрезвычайных ситуациях. Проигрывайте с ним различные ситуации, которые могут случиться в жизни, с помощью кукол и мягких игрушек. Помогите мишке спастись от пожара, вылечите зайчика, перевяжите ему лапку, переведите кошечку через дорогу.

Для обучения поведению в чрезвычайных ситуациях можно также использовать и специализированные мультфильмы. Смотрите их вместе с крохой и объясняйте ему каждый шаг героев. Тогда он лучше запомнит алгоритм действий.

Конечно, нелегко уберечь ребенка от травм, но профилактика очень важна. Необходимо правильное воспитание. Оно заключается в том, чтобы объяснить ребенку, как вести себя, чтобы избежать травм. Даже простое слово «нельзя» может сыграть большую роль, если его смысл понятен ребенку. Научите ребенка выставлять руки вперед при падении, так как это поможет ему избежать травм лица.

Самые распространенные травмы у малышей до 2 лет – отравления, ожоги, поражение электрическим током. Дети часто за-

совыывают в розетки металлические предметы и, подражая родителям, самостоятельно включают бытовую технику.

Чтобы избежать проблем, необходимо обезопасить свою квартиру или дом.

Как обезопасить для ребенка свое жилище

- ◆ Уберите или надежно закрепите бьющиеся предметы, чтобы их нельзя было опрокинуть.
- ◆ Уберите с пути ребенка неустойчивые предметы мебели.
- ◆ Не разбрасывайте незакрепленные веревки, шнуры и ленты по всему дому.
- ◆ Батареи должны быть защищены экранами из пластика, металла или дерева, чтобы ребенок не обжегся.
- ◆ Не оставляйте в доступном для ребенка месте сигареты, спички, зажигалки, спиртные напитки, лекарства, иголки и монеты.
- ◆ Уберите со столов скатерти и другие предметы (вазы, книги, шкатулки с нитками и иголками и др.). Потянув за край скатерти, малыш может уронить все, что на ней стоит.
- ◆ Уберите подальше шкатулки с украшениями, флаконы с духами, утюг, а также различные хрупкие безделушки.
- ◆ Ребенок не должен иметь возможности свободно попасть в гараж, мастерскую, на чердак, в оранжерею или пристройку в саду.
- ◆ Уберите подальше пульты дистанционного управления. Если они попадут в руки малыша, он обязательно попытается их разобрать. Кроме мелких деталей, которые ребенок

может, например, проглотить, пульта содержат еще и батарейки, а они небезопасны из-за токсичного щелочного содержимого.

♦ Ребенок должен находиться все время в поле зрения родителей. Поэтому лучше освободить центральную часть комнаты, расставив кресла, журнальный столик и тумбочки так, чтобы его было хорошо видно.

♦ Разъясните ребенку, что розетка и газовая плита – это больно и опасно. Уже в 2,5 года кроха может понять, что спички – не игрушка и что ток может убить.

♦ Не допускайте, чтобы малыш облизывал растения и плоды, обработанные химикатами.

♦ Следите за тем, чтобы ребенок мыл руки после посещения улицы, туалета и перед едой.

♦ У вас под рукой всегда должны быть телефоны экстренных и аварийных служб.

К сожалению, не все источники опасности сразу бросаются в глаза. Поэтому обратите внимание на следующее.

Пол

На кафельной плитке можно легко поскользнуться. Поэтому положите на пол в ванной комнате и на кухне коврики с противоскользящей подложкой. Учтите, что на лакированном паркете или ламинате ребенку учиться ходить небезопасно из-за того, что такие полы скользкие. О края ковров

можно споткнуться и потерять равновесие. Поэтому лучше положить на пол надежно закрепленное ковровое покрытие.

Окна и балконы

◆ Если на окнах установлены жалюзи, повыше уберите шнуры, управляющие их движением, иначе ребенок может в них запутаться.

◆ Поставьте на окна ограничители, чтобы створки только чуть-чуть приоткрывались.

◆ Открытое окно – источник опасности для маленького ребенка. Даже если вы уверены, что малышу ни за что не взобраться на подоконник, примите меры безопасности. Поверьте, ваш великий первооткрыватель, если захочет, найдет способ добраться до любого интересного ему местечка. Установите на окна металлическую сетку или решетку, а лучше не открывайте окон, когда малыш дома.

◆ Балконы должны быть зарешечены, чтобы ребенок не мог перелезть через перила. Уберите с балкона стулья, столы и горшки с цветами, чтобы он не использовал их в качестве подставки.

Электроприборы и розетки

◆ Ребенок может грызть провода, тянуть за них и просто споткнуться. Чтобы этого избежать, прикрепите провода к

стене специальными гвоздиками или найдите место, куда их спрятать: под ковер, за мебель и т. д.

◆ Не оставляйте включенным в розетку адаптер мобильного телефона. Если ребенок возьмет в рот свободный конец, он рискует получить ожог.

◆ Не оставляйте включенными электрические приборы (например, депилятор или фен) в ванной комнате.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.