

«Основы первой помощи, которые нужно знать детям»

Родители не могут быть всегда рядом с ребенком и защищать его от любых опасностей, но в наших силах научить детей помогать себе в опасной ситуации. Какими бы маленькими и беззащитными они нам ни казались, самое время научить их некоторым правилам первой помощи.

Не важно, сколько лет вашему ребенку: научите его, что делать в критических ситуациях, чтобы он мог спасти свою жизнь.

Научите их главным телефонам спасения

Важно научить детей номерам телефонов экстренных служб, но еще важнее обучить, в каких ситуациях следует по ним звонить и какую информацию сообщать. Вбейте телефон МЧС в список быстрого набора на домашнем телефоне (и промаркируйте ее ярким цветом, например, с помощью лака для ногтей), а также проведите с детьми несколько тренировок. Пусть они «звонят» в различные службы спасения и рассказывают, что случилось. Мы рекомендуем проводить тренировки раз в полгода, чтобы навык стал автоматическим: к сожалению, многие дети и взрослые в критической ситуации не могут вовремя получить помощь, так как теряются и иногда даже забывают собственный адрес.

Научите, как останавливать кровь

Большинство кровотечений можно остановить, если просто как следует нажать или перетянуть в области пульса. Научите детей, что если у него или у кого-то рядом сильно идет кровь, стоит перетянуть с помощью футболки или шарфа участок тела ниже раны, а также обязательно прикрепить к повязке бумажку с указанием времени, когда была наложена повязка. И, конечно же, немедленно обратиться за помощью.

Научите, как делать искусственное дыхание

Если вашему ребенку 10 лет и более, его сил уже должно хватить, чтобы провести эффективные действия по восстановлению дыхания. Если вы сами не умеете делать искусственное дыхание, возможно, самое время научиться?

Научите, что делать при ожоге

Самое главное, что должны дети об ожогах: первое, что нужно сделать — это сунуть пострадавший участок под холодную воду, желательно проточную. И ни в коем случае не мазать место ожога маслом, кремом или аналогичными средствами, которые могут повысить температуру кожи. Холодная вода или лед — и к взрослым за помощью!

Научите, что делать при травмах глаза

Первое правило: что бы ни происходило с глазами, ни в коем случае нельзя их тереть. Лучше всего зажмуриться как можно крепче: скопившиеся слезы помогут «вымыть» любой посторонний предмет, который попал в глаз. Если это не поможет, то нужно держать пострадавший глаз закрытым — и бежать за помощью.

Научите, что делать при укусе пчелы

Аккуратно провести пальцем по месту укуса: пчелы обычно оставляют жало, наполненное ядом. Его нужно срочно удалить и немедленно обратиться за помощью. Если у малыша есть аллергия на укусы насекомых, научите его, что нужно обязательно принять лекарство, обратиться за помощью к взрослым и обязательно сказать им про аллергию.

Научите, что делать при солнечном ударе

В случае если человек долго находился на солнце в жаркий день и у него заметно участилось дыхание, повысилась температура, а кожа стала очень сухой и горячей, это значит, что случился солнечный удар. Объясните ребенку, что ему нужно помочь перейти в место, куда не попадают прямые лучи солнца, дать выпить воды и положить на лоб смоченную холодной водой ткань.

Научите, что делать при укусе животного

Во время игр с беспризорными животными на улице, один неверный жест — и недружелюбным шипением ребенок может не отделаться. Объясните вашему ребенку,

что если его укусила собака или кошка, необходимо промыть рану перекисью водорода, смазать края йодом и обязательно обратиться за помощью к родителям или сразу в больницу.

Научите, что делать при травме

Во время активных игр дома и на свежем воздухе, может случиться вывих, растяжение или даже перелом. Необходимо обездвижить конечность и, если есть возможность, приложить холод, а после обязательно позвонить родителям.

Научите, что делать при ссадине

Даже во время прогулки ребенок может получить ссадину. В этой ситуации необходимо смочить салфетку водой и промокательными движениями промыть рану. Обработать ссадину перекисью водорода, края раны смазать зеленкой. Заклеить бактерицидным пластырем.

Научите, что делать при носовом кровотечении

У ребенка при различных обстоятельствах может пойти кровь из носа. При виде крови испуг одолевает взрослых, что уж говорить о ребенке. Важно объяснить малышу, что надо приподнять голову, чтобы остановить кровотечение. Затем наложить на переносицу салфетку, смоченную в холодной воде. Удалить застывшую кровь ватным жгутиком, смоченным в перекиси водорода.

Научите, что делать при обморожении

Зимой тоже хочется гулять, играть в снежки и лепить снеговика. Заигравшись, дети не замечают, как получают обморожение. Осознание приходит, когда уже перестают «слушаться» пальцы рук. Поэтому необходимо знать первые действия при такой ситуации. Надо согреть обмороженный участок тела, но только в теплой, а не горячей воде. Смочить промокательным движением любым спиртосодержащим раствором. Наложить повязку и выпить горячего чая.

Научите, что делать, если в пальце заноза

Для взрослых заноза в пальце — это обычный пустяк. Но ребенок может не справиться и загнать занозу еще глубже или занести в ранку инфекцию. В этом случае главное — аккуратность. Расскажите, что нужно обработать пинцет перекисью водорода и аккуратно извлечь занозу (вытаскивать занозу нужно именно под тем углом, под которым она вошла в рану).

Эти простые правила, приведенные выше, предназначены именно для того, чтобы максимально просто объяснить вашему малышу действия в критичные моменты. Когда-нибудь они могут спасти жизнь и здоровье человеку. Обучите своего ребенка этим доступным вещам, чтобы он умел вести себя грамотно в чрезвычайных ситуациях. Но помните, если в экстренном случае вы не уверены в правильности и безопасности своих действий, то лучше этого не делать.

НОМЕРА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ ДЛЯ МОБИЛЬНЫХ И СТАЦИОНАРНЫХ ТЕЛЕФОНОВ

112 - ЕДИНЫЙ НОМЕР СЛУЖБ СПАСЕНИЯ

101 – ПОЖАРНАЯ ОХРАНА

102 – ПОЛИЦИЯ

103 – СКОРАЯ ПОМОЩЬ

104 – СЛУЖБА ГАЗА