



Малыши - неутомимые исследователи. Правда, иногда активное познание окружающего мира оказывается совсем не безопасным. Залез на дерево и сорвался, опрокинул на себя горячий чай, попробовал на вкус хозяйственное мыло - чего только в жизни не происходит! Общее правило для всех нестандартных ситуаций: сохраняйте хладнокровие! Потому что именно от этого обстоятельства зависит здоровье, а может быть, и жизнь вашего ребенка.

- **Ушибы и ранения. Шишки.** Не заметил угол стола, свалился с дивана - и вот уже на лбу растет красно-лиловая шишка. Оптимально - немедленно приложить к ушибленному месту холод: грелку со льдом, мокрую салфетку, ложку, отбивную из морозилки или пачку замороженных овощей (что именно - не важно). Только не забудьте обернуть лед в чистую ткань.
- **Ушибы.** Если кожа не повреждена, приложите к месту травмы минут на 5 пакет со льдом. Если малыш категорически возражает, попробуйте холодный компресс и почаще его меняйте. Ушибленную конечность поднимите повыше, чтобы не было отека. На следующий день лед уступит место теплым компрессам. Намочите полотенце теплой водой и прикладывайте его к синяку на 5 минут несколько раз в день. Облегчить состояние может и йодная сеточка на пострадавшей конечности. Однако если малыш ушиб живот при падении с велосипеда, ударился головой, травмировал глаз, сустав сильно распух и причиняет боль - обратитесь к врачу.
- **Шишки и синяки**, пожалуй, самые распространенные детские травмы. Здесь вам поможет намоченная в холодной воде и отжатая салфетка, платок, компресс со спиртом, мешочек со льдом. Это охлаждает и снимает боль. К врачу следует обращаться, если боль не пройдет и ребенок не сможет свободно двигать ногой.
- **Растяжения.** Как только произошла неприятность, надо постараться, чтобы ребенок не нагружал больную конечность. Охлаждение и покой - лучшее лечение. Чтобы ограничить подвижность, можно воспользоваться эластичным бинтом, наложить шину из картона или повесить руку на повязке.
- **Ранения головы.** Острые палки, камни, бордюры - все может стать причиной ранений головы. При этом, как правило, сразу развивается отек, рана сильно кровоточит - в коже головы очень много поверхностно расположенных сосудов. Самое лучшее - быстро с помощью чистой хлопчатобумажной ткани или бинта прижать края раны, чтобы остановить кровотечение. При сильном кровотечении вероятность попадания инфекции в рану невелика (если, конечно, края ссадины не загрязнены). Если рана глубокая и больше сантиметра, нужно обратиться к доктору - обычно края раны зашивают или соединяют с помощью специальных скрепок. Все остальные раны можно заклеить бактерицидным пластырем.
- Если ребенок упал и получил **ссадину**, то рану необходимо очистить от грязи, мелких камешков с помощью носового платка или пинцета; промокнуть рану тампоном с теплой водой. Желательно не перевязывать. Только при мокнущей ране можно наложить пластырь или стерильную повязку.

- **Сотрясение мозга.** Забраться на дерево - это так интересно! Но иногда занятия верхолазанием заканчиваются печально - ветка под ногой ломается и малыш оказывается на земле. Если после падения ребенок жалуется на тошноту, сонливость, головную боль, вы чувствуете, что малыш ведет себя не так, как обычно, - обязательно вызывайте врача. Если он, упав, потерял сознание (пусть даже и на несколько секунд) - немедленно в больницу!
- **Переломы.** Без рентгена даже врач не всегда определяет наличие перелома. Если ребенок не может пошевелить рукой из-за сильной боли, если произошла видимая деформация конечности, а отек нарастает буквально на глазах - скорее всего, у малыша перелом. До момента осмотра врача надо приложить к поврежденному месту холод и наложить шину. Она поможет создать покой поврежденной конечности. Накладывая шину, обязательно зафиксируйте и два соседних сустава. Например, при повреждении костей предплечья фиксируются лучезапястный и локтевой суставы. В качестве шины можно использовать сложенный в несколько слоев картон. Оберните его ватой, обмотайте бинтом - самодельная шина готова. Положите в нее, как в люльку, больную руку и подвесьте на косынке. При повреждении ног трудно найти картон такого размера, поэтому подойдет и кусок фанеры, и небольшая доска.
- **Отравления.** Нет ничего удивительного в том, что, начиная ползать, а потом и ходить, дети пытаются все попробовать на вкус. К счастью, 90% отравлений заканчиваются выздоровлением. Но здесь счет идет на секунды и прогноз зависит от действий родителей.

#### *Первая помощь:*

- немедленно позвоните "03", будьте готовы сообщить вес ребенка, возможное отравляющее вещество, симптомы;
- пальцем, обернутым влажным носовым платком, удалите изо рта малыша остатки ядовитого вещества;
- если малыш без сознания, уложите его на бок таким образом, чтобы при рвоте он не задохнулся;
- если кроха в сознании, давайте ему больше пить, лучше чистую воду. Но не молоко! Оно может привести к тому, что жирорастворимые яды быстрее попадут в кровь.
- как можно быстрее дайте малышу раскрошенные в воде таблетки активированного угля, он адсорбирует на себя яды, не позволяя им проникать в кровь. Дозировка - грамм угля на килограмм веса ребенка.
- не пытайтесь вызвать у малыша рвоту. Зачастую сама рвота опаснее, чем яд, попавший в организм крохи.

#### *Чтобы не произошло беды:*

- уберите все химические вещества (духи, кремы, средства бытовой химии) так, чтобы малыш ни при каких обстоятельствах не мог до них добраться;
- тщательно проверьте сроки годности лекарств, безжалостно избавьтесь от просроченных. Лучше не хранить препараты в медицинском шкафчике. Практика показывает, что такой шкафчик очень интересует малыша. Вместо этого приобретите чемоданчик, закрывающийся ключом, или просто уберите коробку с лекарствами на антресоли. Даже обычные витамины станут ядом, если их съесть целую пачку.
- всегда внимательно читайте этикетки лекарств, прежде чем дать их крохе, - так вы сможете избежать трагических ошибок. Особенно это актуально для внеплановых "ночных" ситуаций.

- **Удары электротоком.** Розетка - предмет для малыша очень притягательный, ведь туда можно засунуть пальчик или гвоздик! Поэтому встаньте на четвереньки и попробуйте повторить путь своего ребенка по квартире. Сколько

раз вам встретились розетки и удлинители, провода и достигаемые электроприборы? Дети - народ изобретательный, они могут перекусить провод и сильно обжечь себе лицо. Некоторые крохи, найдя включенный в розетку удлинитель, могут облизать его и тоже получить тяжелейшие ожоги. А еще маленькие джентльмены, прогуливаясь по комнате без памперса, иногда случайно мочатся на розетку и - получают удар током.

#### *Первая помощь:*

- если малыш лежит без движения, не прикасайтесь к нему руками, иначе и вас ударит током;
- отключите электричество (если это невозможно, то - источник тока);
- любым деревянным предметом (например, скалкой или ножкой стула) отбросьте провода или просто отодвиньте кроху от места удара;
- малыш не дышит? Начинайте искусственное дыхание и непрямой массаж.

#### *Чтобы не произошло беды:*

- установите заглушки на всех доступных малышу розетках;
- все длинные шнуры электроприборов смотайте таким образом, чтобы они проходили только от электроприбора до розетки (закрепить смотанное кольцо проводов можно с помощью изолянты);
- проследите, чтобы (по возможности, разумеется) все электрические провода были вне досягаемости ребенка. А если у вас что-то включено через удлинитель, примотайте место соединения изоляционной лентой, чтобы кроха не мог выдернуть вилку из розетки;
- всегда убирайте электроприборы (утюг, миксер, мясорубка), когда закончили работу. Настольные лампы поставьте таким образом, чтобы малыш не мог к ним дотянуться;
- не пользуйтесь электроприборами рядом с водой (душ, ванна).

- **Ожоги.** Часто любимым местом игры маленького человечка становится кухня: мама готовит обед, а я пока займусь своими делами!! Вот тут-то юного исследователя и могут подстергать опасности. Во-первых, ручки сковородок, кастрюль не должны находиться в поле досягаемости ребенка; брызги от пищи на плите могут попасть на ползающего малыша; электрический чайник также может стать объектом "любви" вашего чада. Никогда не пейте чай с маленьким ребенком на руках, одно ваше неловкое движение и чашка с чаем может опрокинуться.

Ожоги, как мы знаем из курса валеологии и ОБЖ, делятся на 4 группы. Первая, сама легкая: покраснение и отечность кожи. При второй степени появляются уже пузыри... При ожоге нужно обязательно обращаться к врачу!!! Что необходимо сделать в первую очередь? Место ожога подставить под струю холодной воды, но не ледяной и так держать в течение 10-20 мин (можно подольше) для того, чтобы ожог не распространился в нижние слои кожи. "Домашние" средства, такие как растительное масло, всяческие кремы могут усугубить ситуацию тем, что ожог "уйдет" внутрь кожи. Так что оставьте до приезда врачей рану открытой. Если образовывается волдырь, то не надо его прокалывать, чтобы не занести инфекцию. Если поверхность ожога большая, то необходимо поместить ребенка под душ и после этого только вызвать врача. Одежду не снимайте, чтобы не снять вместе и кожу!

#### *Первая помощь:*

- при ожогах надо прежде всего остановить распространение повреждения вглубь. Потому рану нужно охладить - для этого направьте на ожог несильную струю холодной

проточной воды (из-под крана) или приложите к нему любой холодный предмет. Подойдет даже кусок мяса из морозилки, разумеется обернутый чистой тканью. Охлаждение проводите не более часа.

- наложите стерильную повязку. Не вскрывайте образовавшиеся волдыри и тем более не срезайте "лишнюю" кожу. Так вы можете занести инфекцию в рану. Кстати, по этой же причине врачи не рекомендуют обрабатывать ожог мочой, даже детской.
- привычные домашние средства (растительное и сливочное масло, белок, мука и прочее) уменьшают теплоотдачу поврежденного участка и, следовательно, "гонят" ожог вглубь, осложняя последующее лечение. Кроме того, они серьезно загрязняют рану.
- немедленно отвезите ребенка в больницу.

#### *Чтобы не произошло беды:*

- готовьте только на дальних конфорках, поворачивая ручки кастрюль и сковородок в сторону стены;
- стоя у плиты, никогда не держите кроху на руках (пусть даже он настойчиво требует внимания) - на кожу ребенка могут попасть незаметные для взрослого капельки кипящего масла и обжигающий пар;
- когда открываете дверцу духовки, убедитесь, что рядом никого нет;
- малыши любят тянуть скатерть со стола и дергать незнакомые провода. Поэтому карапузы могут с легкостью опрокинуть на себя электрический чайник "моментального нагрева" или чашку свежесваренного чая;
- если вы пьете горячие напитки (кофе, какао, чай), никогда не делайте этого с ребенком на руках. Одно неловкое движение - и у малыша тяжелейший ожог. Хотите почаевничать? Выбирайте время, когда кроха спит в кровати;
- выбирая обогреватель, отдайте предпочтение масляным - у них нет открытых спиралей. Не оставляйте бытовую технику без присмотра: утюги с отпаривателем - частая причина ожогов у малышей;
- перед тем как купать кроху, проверяйте температуру воды с помощью специального термометра (или в крайнем случае локтем);
- кроха может опрокинуть на себя емкость с кипятком во время проведения банальной ингаляции. Если хотите провести процедуру, приведите ребенка в ванную комнату, усадите его (но не в ванну), плотно закройте дверь и включите горячий душ. Этого будет вполне достаточно, особенно если в ванну поставить небольшую емкость со сбором трав или целебным раствором. Если доктор часто рекомендует вам подобные процедуры, лучше приобрести в аптеке индивидуальный ингалятор.

- **Удушье.** Когда мама дает ребенку небольшой кусочек фрукта, печенье то ведь и не придет в голову, что этим кусочком можно подавиться (сужу даже по собственному опыту). Некоторые детки выплевывают кусочки, которые не могут разгрызть. Другие же будут стараться, и усердие может сыграть с ними "злую шутку". Если ребенок подавился, это может грозить удушьем. Младенца в данном случае надо поднять вверх за ножки и легонько похлопать по спине или положить лицом вниз на свое плечо и также похлопать по спине. Если ребенку больше года, то можно положить его на колени так, чтобы верхняя часть свисала вниз, и похлопать между лопатками. Кроха может задохнуться, положив в рот самые обычные предметы - монетки, винтики, кусочки воздушных шариков, мелкие детали игрушек, бусины. Груднички могут задохнуться во время рвоты.

#### *Первая помощь:*

- если какое-то инородное тело попало в дыхательные пути и ребенок начал надрывно кашлять, наклоните кроху вперед, уложите животом себе на колени и пошлепайте между лопатками;

- если малыша рвет, уложите его на животик, с приподнятой головкой (ее лучше повернуть вправо).

#### *Чтобы не произошло беды:*

- не связывайте решетки манежа или кровати лентами, не привязывайте игрушки длинными шнурами, не украшайте манеж или кроватку привязанными на нитки воздушными шарами;
- не следует размещать кроватку таким образом, чтобы рядом оказались шнуры от штор;
- никогда не давайте малышам играть твердыми предметами, которые могут перекрыть дыхание;
- проверяйте все игрушки малыша: а вдруг в них есть легко отламывающиеся детали, которые могут попасть крохе в рот;
- если вы играете с воздушными шариками, внимательно следите за всеми кусочками лопнувших шариков. Попав в рот, они могут вызвать удушье.
- снимите с чепчиков, распашонок все шнурки и завязки;
- не вешайте на шею цепочки, зацепившись, кроха может задохнуться;
- не разрешайте малышу бегать с пищей во рту.

- **Инородные тела в глазу.** Частенько ребенок трет глаза при попадании инородного тела. Летом это могут быть мушки, пылинки, соринки; дома может попасть в глаз что-то сухое: сахар, соль, пух. В первую очередь нужно промыть глаз. Намочите в кипяченой воде платочек и попытайтесь извлечь попавший предмет. Для удаления мушки мягко проведите пальцем по закрытому веку в направлении века: по слезным канальцам инородное тело может выйти. Если не получается, то потяните веко так, чтобы ресницы попали под веко, чтобы попавшее тело за них зацепилось.

Насекомое можно удалить краешком чистого влажного платка. Если малыш плотно сжимает веки, попробуйте легкими штриховыми движениями прогнать инородное тело от наружного края глаза к внутреннему. Таким же образом можно удалить из глаза соринку или песчинку.

Однако, если вы подозреваете, что в глаз малыша каким-то образом попала железная или деревянная стружка, осколки стекла, никогда не пытайтесь самостоятельно пинцетом либо ваткой удалить эти инородные тела - можно повредить роговицу.

Бывает, что в глаз кто-то укусит. Веко от этого распухает и краснеет. Не стоит паниковать. Сделайте содовые примочки, они помогут снять зуд. Пол-чайной ложки развести в половине стакана кипяченой воды. Марлю, бинтик или носовой платок смочить и прикладывать несколько раз в день на пять минут. Но: на закрытый глаз!

Играя в песочнице, малыш забылся и потер глазик грязной ручкой? Не прошло и пары часов, как глаз покраснел, а кроха жалуется на резь и боль? Скорее всего, у малыша развился конъюнктивит. Несколько раз в день промывайте детские глазки крепко заваренным прохладным чаем, выделите малышу отдельное полотенце для больного глазика и строго следите, чтобы кроха не касался его рукой, иначе инфекция может перейти на другой глаз. Закапывайте несколько раз в день раствор альбуцида, а если через день ситуация не улучшится, отправляйтесь к окулисту.