

Травмы у детей зимой



Консультация педиатра для родителей

Меры предосторожности

В зимнее время необходимо использовать обувь с ребристой подошвой. Если у Вашего ребёнка подошва гладкая, отнесите сапоги или ботинки в обувную мастерскую и попросите помочь приспособить обувь к зимнему времени.

Можно самостоятельно сделать подошву не скользкой. Для этого можно наклеивать на подошву обычный пластырь, но надолго его, конечно, не хватит.

Важно, чтобы зимняя обувь была удобной и нигде не натирала.

Когда на улице гололёд - предупредите ребенка, чтобы он избегал скользких мест.

Помощь при травмах

Важно! Нельзя лечиться самостоятельно, т.е. заниматься самолечением! Помните, при зимних травмах нужно сразу обратиться к врачу!

Растяжение связок

Симптомы: резкая боль при движении, припухлость, кровоподтёки

Помощь: наложить повязку (эластичный бинт), обеспечив неподвижность сустава, и обратиться к врачу. Для уменьшения отёка можно наложить на больное место смоченную в холодной воде ткань или пузырь со льдом (но не более чем на 1-2 часа). Можно принять обезболивающее.

Вывих

Симптомы: сильная боль, отёк, неподвижность, изменение формы сустава.

Помощь: не старайтесь самостоятельно вправить вывихи, это может привести к болевому шоку у пострадавшего и дополнительным повреждениям. Нужно обеспечить неподвижность и покой повреждённого сустава: руку подвесить на бинте, шарфе, ремне, на ногу наложить шину (например, плоские доски) или прибинтовать её к другой ноге.

При вывихе бедра – положить пострадавшего на здоровый бок, не давая двигаться. Для уменьшения боли – приложить к повреждённому месту пузырь со льдом или холодной водой, дать обезболивающее.

В случае крайней необходимости, когда нет возможности вызвать врача, - больного нужно транспортировать в больницу самостоятельно, соблюдая особую осторожность.

Перелом

Симптомы: сильная, резкая боль, усиливающаяся при движении конечностью, чувствительность даже к очень слабому прикосновению. Отёчность и опухание с изменением цвета кожи, изменением формы места перелома.

Помощь: Обеспечить полный покой повреждённой кости, наложить шину из подручных средств или прибинтовать повреждённые конечности друг к другу или к телу. Дать пострадавшему таблетку анальгина, приложить на место травмы что-нибудь холодное. При кровотечении наложить на рану стерильную повязку. Вызвать "скорую", если это возможно – перевезти пострадавшего на попутной машине в ближайшее медицинское учреждение, соблюдая особую осторожность.

Ушибы головы

Симптомы: частичная или полная потеря сознания, тошнота и рвота, замедление пульса, изменение давления.

Помощь: Уложить пострадавшего на спину, повернув голову набок, положить на неё холод. Вызвать "скорую помощь" и не давать пострадавшему двигаться до её приезда.

