**Лето** - самое любимое время года у детей. Это время положительных эмоций. От хорошего настроения дети начинают больше играть, больше двигаться и больше рисковать.

Многочисленная группа травм связана со средствами передвижения - велосипеды, скейтборды, роликовые коньки. Все дети, особенно в подростковом возрасте, очень любят [кататься на велосипедах](http://sonyaclub.ru/pervye-metry-na-velosipede/). Но прежде чем подарить ребенку нового двухколесного «друга», подумайте о безопасности катания на нем.

Даже если он будет кататься во дворе под вашим пристальным наблюдением из окна и не поедет на большую дорогу, опасность травматизма сохраняется. Поэтому неплохо бы в комплекте с велосипедом подарить ребенку шлем. Только подбирать его нужно с примеркой, так как ношение этого индивидуального средства защиты должно быть удобным, не сдавливать лоб и виски, но закрывать уязвимые участки.

Дети постарше любят взрывать хлопушки и фейерверки, экстремально кататься на роликах и «скейтах», заниматься паркуром.

Запретить эти модные занятия, скорее всего, не получится, но важно помочь детям осознать опасность подобных хобби. Покажите им информацию в интернете о том, как печально могут закончиться «забавы» для тех, кто не задумывается о последствиях. Лучше всего попробовать взять под контроль увлечения подростка.

В детских садах и школах детей постоянно учат правилам дорожного движения, но они продолжают попадать под машины. В чем же дело?

Есть несколько причин, из которых самая острая – отрицательный пример взрослых.

В теории дети знают о ПДД почти все: различают многие дорожные знаки, без запинки отвечают, как нужно переходить трассу, в каких местах следует быть особенно внимательными, как поступить при неработающем светофоре и т.д. Но на практике действуют с точностью «до наоборот».

Родители должны научить детей правилам поведения на воде и ни на минуту не оставлять ребёнка без присмотра вблизи водоёмов. Дети могут утонуть менее чем за две минуты, поэтому, чтобы предотвратить неприятности, их никогда не следует оставлять одних в воде или близ воды, не нырять в малознакомых водоёмах. Нужно закрывать колодцы, ванны, вёдра с водой. Детей нужно учить плавать, начиная с раннего возраста. Они должны знать, что нельзя плавать без присмотра взрослых.

Часто дети получают **бытовые травмы**. В современных квартирах много электроприборов. Важно, чтобы все они были исправными и безопасными. Немало трагедий произошло из-за оголенных проводов, сломанных розеток, искрящих контактов.

**Не менее опасен и солнечный травматизм**. Случаются солнечные ожоги или даже тепловые удары (перегрев), если дети на солнце находятся без головного убора. Особенно сильно воздействие солнца, когда ребенок играет в воде, так как вода обладает отражательными свойствами. Здесь особому риску подвержены рыжеволосые и светлокожие детишки. В средней полосе России наиболее опасное время - с 12 до 16 часов, на юге - с 10 до 16 часов. Необходимо сократить время пребывания на солнце в часы его высокой активности. Наилучшее время для приёма солнечных ванн до 10-11 часов утра и после 17.00 вечера. На солнце покрывать голову головным убором.

**Падение** - распространённая причина ушибов, переломов костей, серьёзных травм головы. Чаще всего это падение с высоты: гаражей, заборов, лезут на деревья, открытые люки, самые печальные случаи - это падение из окон. Причём из окон выпадают не только малыши, но и ребята постарше. Их можно предотвратить, если: не разрешать детям лазить в опасных местах, устанавливать ограждения на ступеньках, окнах и балконах. Объяснить ребёнку, почему опасны игры на строительных площадках, участках, где проводят ремонтные работы, в заброшенных зданиях и т.д.

**Также к травмам относятся аллергические и токсические** реакции от укусов насекомых. Если это пчёлы, то происходит впрыскивание слюны, если это осы, то будет впрыскивание яда и возникнет тяжелейшая реакция на токсины. Если вашего ребёнка атаковали пчёлы, не нужно надеяться на самих себя. Травматологические пункты работают круглосуточно, там вам окажут первую медицинскую помощь, помогут предотвратить нежелательные последствия.

 Сохранение жизни и здоровья детей – главная обязанность взрослых. Подавайте детям собственный пример правильного поведения в быту, на улицах и дорогах города.

Конечно, предусмотреть всего нельзя, но последовательные беседы с ребёнком о безопасности принесут свои плоды: он станет осторожнее. Вы не сможете изъять из мира всё, что может причинить ему вред, но вам под силу научить ребёнка не рисковать и беречь самое ценное, что есть у человека, - здоровье и жизнь.

*При подготовке памятки использовались материалы, опубликованные в газете «Комсомольская правда», автор- главный внештатный детский специалист по профилактической медицине*

*департамента здравоохранения министерства здравоохранения Тульской области Корягина Т.Н.*

***Государственное учреждение здравоохранения***

***«Городская клиническая больница № 2 г. Тулы имени Е. Г. Лазарева»***



2020 г.