

ДЕТСКИЙ ТРАВМАТИЗМ И ЕГО ПРОФИЛАКТИКА

Ежедневно во всем мире жизнь более 2000 семей омрачается из-за гибели ребенка по причине неумышленной травмы или так называемого «несчастного случая», которые можно было бы предотвратить.

Что такое травма? Травма определяется как «физическое повреждение, возникающее, когда человеческое тело внезапно подвергается воздействию энергии такого уровня, который превышает порог физиологической переносимости, или же является результатом нехватки одного или более жизненно-важных элементов, например, кислорода».

Детский травматизм - одна из серьезных социальных проблем, которая не только угрожает здоровью детей, но и влечет проблемы для родителей. Чаще травмы возникают дома и на улице; реже травмы связаны с городским транспортом, со случаями в школе, во время занятий спортом еще реже наблюдаются утопления и отравления.

Наиболее опасны три вида травм: бытовые, транспортные и утопление.

Что делает ребенка особенно подверженным травмам?

Дети – это не маленькие взрослые. Их способности и поведение иные, чем у взрослых. Физические и умственные способности детей, степень зависимости, тип активности и рискованность поведения существенно изменяются по мере того как они становятся старше. Но пока дети развиваются, их любопытство и потребность в экспериментировании не всегда соответствуют их способности к пониманию или реагированию на опасность, что ставит их под угрозу получения травмы. Таким образом, детский травматизм сильно связан с типом их активности, а это в свою очередь связано с возрастом и стадией развития.

Возраст. Смертельные случаи от травм среди детей и несмертельные травмы существенно зависят от возраста. Небольшой размер тела детей повышает для них риск в дорожных ситуациях. Дети менее заметны, чем взрослые, и если их сбивает машина, они с большей вероятностью, чем взрослые, пострадают от травмы головы или шеи. В то же время маленьким детям труднее заметить машину, оценить скорость ее приближения и расстояние до нее по звуку двигателя. Кожа ребенка обжигается глубже, быстрее и при более низких температурах, чем более толстая кожа взрослых. Кроме того, определенные физические особенности маленьких детей могут повлиять и на последствия травмы. Например, конкретное количество ядовитого вещества будет более ядовито для ребенка, чем для взрослого, из-за меньшей массы тела ребенка. Изучение поведения детей на дороге показали, что маленьким детям может не хватить знаний, навыков и уровня концентрации внимания для того, чтобы справиться с ситуацией на дороге, независимо от

того, насколько она спокойная. Кроме того, возросшим физическим способностям детей могут не соответствовать их умственные способности. Например, маленькие дети в процессе исследования мира могут упасть с высоты, потому что их способность к лазанью превышает их способности удерживать равновесие или обдумывать шаги.

Дети постарше и подростки могут активно стремиться к риску, чтобы получить ощущение владения ситуацией, а иногда чтобы оказать сопротивление чьему-либо авторитету. Установлено, что стремление к поиску необычного растет в возрасте 9–14 лет, достигая максимума на последней стадии периода полового созревания, чем и обусловлен высокий процент дорожно-транспортного травматизма среди пешеходов и водителей такого возраста.

Несовершеннолетние испытывают более высокое давление со стороны сверстников, чем взрослые. Это подталкивает их к нарушению правил дорожного движения, рискованным развлечениям, употреблению спиртного и наркотиков.

Пол. Травмы у мальчиков встречаются чаще, а их последствия бывают тяжелее, чем у девочек. Для объяснения разницы в уровне травматизма между мальчиками и девочками выдвинуты различные теории. В их числе идея о том, что мальчики участвуют в более рискованных предприятиях, чем девочки, у них более высокий уровень активности, и они ведут себя более импульсивно. В число объяснений входит и предположение, что мальчики социализируются иначе, чем девочки. Их исследовательские действия родители ограничивают реже, как правило, позволяя им уходить на прогулки дальше, и чаще позволяют им играть в одиночку.

Окружающая среда. Дети подвержены травмам также и потому, что живут в мире, в котором их возможности для влияния и контроля невелики. Это еще больше осложняется отсутствием у детей возможности изменять свое окружение. Дети живут в городской и сельской среде, созданной взрослыми и для взрослых. Детские потребности должны быть учтены в окружающем их жизненном пространстве.

Причины травм:

1.Беспечность взрослых - когда взрослый человек ошибочно считает, что ничего страшного не произойдет. В присутствии взрослых произошло 98,7% автотравм, в 78,9% случаев дети получали травмы дома.

Халатность взрослых - невыполнение или ненадлежащее выполнение должностными лицами и родителями своих обязанностей.

Недисциплинированность детей (более 25% случаев).

Несчастные случаи - непредвиденные события, когда никто не виноват(2%).

Убийства (4,5%)-чаще страдают дети до года.

Самоубийства (5%)-чаще подростки 10-15 лет.

Алкоголь. С употреблением спиртных напитков связано от 25 до 50% смертельных случаев во время отдыха детей и взрослых на воде и на берегу. Употребление спиртного взрослыми снижает контроль и внимательность, оставляя поведение и действия детей на произвол судьбы. Употребление спиртных напитков подростками во время такого отдыха может привести к потере ими здравого смысла, ухудшению координации и чувства равновесия, повышая тем самым риск утопления или травмы.

Бытовой травматизм у детей занимает первое место среди повреждений и составляет 70-75%. Основными причинами являются: доступность опасных предметов для детей (батарейки, булавки, монеты, спички, ножи, горячие предметы, доступ к печам и газовым плитам), активные травмоопасные игры, недостаточное соответствие организации окружающей среды возрасту ребенка (острые углы на мебели, электрошнуры на полу, агрессивные или опасные домашние животные). Бытовые травмы снижаются в школьном возрасте и переходят в разряд школьного травматизма.

Школьный травматизм: среди школьников 80% повреждений происходят во время перемен. Обусловлены, в основном, нарушением правил поведения. Несчастные случаи во время физкультуры связаны часто с недостаточной организацией «страховки» во время выполнения спортивных упражнений.

Каникулы! Дети также могут подвергаться более высокому риску утопления и травм во время каникул. Резко повышается количество дорожных происшествий (особенно при катании на велосипедах, самокатах, роликовых коньках и т.д.), травм на детских и спортивных площадках. К этому часто приводит снижение контроля взрослых, занятых на работе, за детьми, имеющими массу свободного времени и зачастую крайне богатую фантазию.

Дорожно-транспортный травматизм. Риск для детей-велосипедистов напрямую зависит от степени их незащищенности при езде. В число других рисков входит неправильное ношение шлема, езда по дороге со смешанным движением, по тротуарам или пешеходным дорожкам, а также узкое поле обзора у велосипедиста. Подавляющее большинство велосипедистов и пешеходов не имеют никакого понятия о правилах дорожного движения и часто являются виновниками ДТП. Стоит помнить, что современный велосипед это высокотехнологичное транспортное средство, способное развивать скорость при незначительных усилиях до 40 км/ч. Недостаточно распространено правильное использование защитного шлема велосипедистами, мотоциклистами и их пассажирами на заднем сиденье, поэтому в случае аварии высока опасность получения черепно-мозговых травм.

Опасность нахождения детей в дорожных системах повышает множество факторов, связанных с ситуацией на дороге. Особая опасность для детей-пешеходов и велосипедистов возникает в том случае, когда:

плотность движения превышает 15 000 автомашин в день;

нет безопасных и эффективных систем общественного транспорта;

транспортные средства движутся с неприемлемо высокой скоростью;

неудовлетворительное землепользование и использование сети дорог приводит к отсутствию детских площадок для игр и разделения пользователей дорог;

протяженные прямые дороги способствуют движению на повышенных скоростях в районах со смешанным землепользованием, включающим жилые дома, школы и торговые точки.

Таким образом можно сделать вывод, что ДТП с участием детей происходят в крупных городах с высоким потоком транспорта и сельской местности, где часто не соблюдается скоростной режим водителями и широко используется велосипедный транспорт.

Утопление. С водой связаны все стороны жизни детей. Она нужна им для роста, ею они умываются, в ней купаются, с ее помощью защищаются от жары – без нее они вообще не могли бы жить. Для большинства детей вода означает забавы, игры и приключения – в бассейне, в пруду, в озере или просто в лужах на дороге после ливня. Тем не менее, вода может представлять опасность. Маленький ребенок может захлебнуться в ведре, где глубина воды всего несколько сантиметров; он может утонуть в ванне.

Что такое утопление? Утопление происходит в том случае, когда дыхательные пути ребенка заполняются жидкостью, что приводит к расстройству дыхания. Исход может быть смертельным или несмертельным, причем некоторые случаи утопления с несмертельным исходом приводят к серьезным неврологическим нарушениям.

Дети младше 5 лет образуют группу наиболее высокого риска утопления, за ними следуют подростки в возрасте 15–19 лет. Поскольку дети до 1 года обычно не имеют доступа к воде, неумышленное утопление в этом возрасте происходит главным образом в результате того, что ребенка оставляют у воды без присмотра или под присмотром человека, непригодного для выполнения этой задачи, например, юного брата или сестры. С другой стороны, дети, которые более подвижны и любознательны, но все еще слишком малы, чтобы у них были развиты навыки предотвращения или понимания опасностей, часто ускользают из-под присмотра взрослых и забираются или падают в близлежащий водоем. Что касается подростков, то их склонность к экспериментированию, принятию рискованных решений и чрезмерной независимости приводят к повышенной опасности утопления. Мальчики больше подвержены опасности утопления, чем

девочки, из-за более частого пребывания в водной среде и рискованного поведения, особенно в подростковом возрасте.

Ожоги. Дети по природе своей любопытны. Едва научившись передвигаться, они начинают исследовать все, что их окружает и играть с новыми предметами. Тем не менее, этот познавательный процесс означает, что они начинают сталкиваться с объектами, которые могут стать причиной тяжелых травм. Игры с огнем или прикосновение к горячим предметам могут привести к ожогам, вызвать острую боль и нередко повлечь за собой долговременные отрицательные последствия.

Ожогом считается травма кожи или другой ткани тела, вызванная высокой температурой. Он возникает в том случае, когда группа клеток или все клетки кожи или других тканей разрушаются под воздействием горячей жидкости (ожог кипятком), горячего твердого предмета (контактный ожог), или огнем (ожог пламенем). Повреждения кожи или других тканей тела в результате радиации, воздействия радиактивности, электрического тока, трения или контакта с агрессивными химическими веществами, также рассматриваются как ожоги.

Ожоги могут приводить к значительным долговременным последствиям, из-за которых – в отсутствие всесторонней и скоординированной программы медицинской реабилитации – у детей могут на всю жизнь остаться рубцы, как физические, так и психические. В число самых распространенных физических долговременных последствий ожога входят серьезные рубцы, ограниченная подвижность или ампутация конечности.

У маленьких детей уровень моторного развития не всегда соответствует интеллектуальному развитию, что с легкостью приводит к ожогам. Младенцы младше 1 года подвержены особой опасности, поскольку в этом возрасте они начинают передвигаться, тянутся к различным предметам, пытаются к ним прикоснуться. Ожоги, которые они получают, обычно становятся результатом ожога горячим напитком в чашке или ожога от прикосновения к радиаторам или трубам с горячей водой. При этом температура воды, достаточная для вызывания ожога у ребенка, намного ниже, чем для взрослого. Ожоги горячей жидкостью – самый частый тип ожогов среди детей до 6 лет. Они часто происходят, когда ребенок тянет сосуд с горячей жидкостью, например, чашку с кофе, к лицу, верхним конечностям или туловищу. Мальчики старше 6 или 8 лет часто проявляют любопытство по отношению к огню, что приводит их к экспериментам со спичками, зажигалками или пиротехническими средствами. Легкий доступ детей к плите, печи или кастрюле с кипящей жидкостью является еще одним дополнительным фактором риска получения ожога.

Пиротехнические средства представляют значительную опасность для детей, особенно для мальчиков-подростков. Во многих странах принято отмечать религиозные и государственные

праздники фейерверками, и во время этих празднеств регулярно случаются крайне серьезные травмы, в большинстве случаев приводящие к инвалидности.

Отравления. Дом и прилегающая к нему территория могут быть опасными для детей, в частности из-за возможности неумышленного отравления. Дети от природы любопытны, исследуют обстановку внутри и снаружи дома. Одним из органов «обследования» для ребенка является ротовая полость. Дети пробуют предметы на вкус, за счет большого количества хорошо развитых рецепторов они могут лучше понять форму и консистенцию предмета, съедобен он или нет. Поэтому зачастую ребенок может проглатывать мелкие (особенно блестящие) предметы. И если простая монета может не принести значимых проблем (особенно у детей старшего возраста), то булавка или батарейка это катастрофа для внутренних органов ребенка.

Вследствие этого ежегодно тысячи детей госпитализируют в отделения реанимации, потому что они по недосмотру употребили внутрь какой-нибудь бытовой товар, предмет, лекарство или пестицид. Большинство этих «случайных» отравлений можно было предотвратить.

Маленькие дети особенно склонны проглатывать ядовитые вещества, особенно жидкие, так как большинство предметов они тянут в рот, очень любознательны и не осознают последствий. С другой стороны, подростки в большей мере осознают возможные последствия своих действий, но давление со стороны ровесников и склонность к рискованному поведению могут привести к тому, что они по неосторожности могут неправильно употребить спиртные напитки или запрещенные наркотики.

Жидкие яды, например, раствор парацетамола представляют большую опасность, чем твердые яды, такие как моющие средства для посудомоечной машины или таблетки, поскольку проглотить жидкость легче. Исследования показывают, что светлые жидкости наиболее привлекательны для детей, так же как и ярко окрашенные таблетки.

Доступность для ребенка ядовитых веществ представляет собой главную предпосылку отравления. Размещение ядовитых веществ в емкостях с крышками, доступными для открывания детьми, повышает вероятность отравления. Даже когда опасные вещества упакованы и промаркированы правильно, маленькие дети подвергаются опасности, если взрослые не хранят емкости должным образом. Кроме того, многие родители не понимают, что надпись на маркировке «недоступно для открывания детьми» не означает «полностью защищено от детей», и маленькие дети, все же, могут открыть упаковку. Поэтому наличие таких крышек не отменяет необходимости надлежащего присмотра за детьми.

Профилактика детского травматизма

Взрослые обязаны предупреждать возможные риски и ограждать детей от них. Работа родителей по предупреждению травматизма должна идти в 2 –х направлениях:

Устранение травмоопасных ситуаций;

Систематическое обучение детей основам профилактики травматизма.

Способы профилактики зависят от возраста ребенка. Маленького ребенка нужно оберегать от опасных предметов, не выпускать из вида. Чем старше ребенок, тем важнее объяснить ему правила техники безопасности. Важно при этом не развивать у ребенка чувства робости и страха, а, наоборот, внушить ему, что опасности можно избежать, если вести себя правильно.

Крайне важно поощрение использования защитных шлемов велосипедистами и мотоциклистами. Велосипедные шлемы уменьшают риск получения черепно-мозговой травмы среди велосипедистов всех возрастов на 63–88%, и они особенно важны для детей по причине их повышенной подверженности опасности на дороге. Подобным образом защитные шлемы мотоциклиста или водителя мопеда (скутера) защищают голову в случае дорожной аварии, снижают риск получения травмы и их тяжесть почти на 72% и риск смертельного исхода на 39%. Шлемы представляют собой единственное и самое эффективное средство уменьшения процента черепно-мозговых травм и смертельных случаев в результате аварий с участием мотоцикла

Мерой защиты служит также использование в транспортных средствах таких защитных средств как детские пассажирские удерживающие системы, дополнительные подушки и ремни безопасности, размещение детей на задних сиденьях.

Ранее обучение детей правилам дорожного движения, яркое обозначение в темное время суток светоотражающими элементами позволяет снизить травматизм пешеходов и велосипедистов на дорогах.

Организация внутреннего обустройства квартир – залог здоровья детей. Отсутствие доступа в электроприборам и розеткам (использование заглушек, недоступные и запирающиеся шкафы), специальные накладки на углы мебели, игрушки, рассчитанные на конкретный возраст ребенка, кровати с боковыми ограничителями, препятствующие падению ребенка во время сна – это те средства безопасности, доступные каждому.

Уменьшение опасной доступности источников воды, в которые могут упасть маленькие дети, снижает показатели утопления. Вокруг плавательных бассейнов необходимо строить и поддерживать в надлежащем порядке изолирующие с четырех сторон ограждения с

самозапирающимися воротами. Доказано, что там, где это осуществлялось на практике, наличие барьеров успешно снижает показатели утопления. Уроки плаванию дают детям старше 5 лет соответствующие навыки, которые в совокупности с объяснением правил профилактики утоплений (не заплывать далеко от берега, не купаться и особенно не нырять в незнакомых водоемах, ограничение купания в холодной воде и т.д.) позволят снизить риск утопления.

Взрослые!

находитесь рядом с ребенком во время пребывания на территории площадки и в транспорте;

ожидаая транспорт, стойте на хорошо освещенном месте рядом с людьми, ребенка всегда держите за руку;

на остановках не поворачивайтесь спиной к дороге, не пытайтесь стать в первом ряду нетерпеливой толпы с ребенком - вас могут вытолкнуть под колеса;

при заходе в транспорт детей в возрасте до трех лет необходимо брать на руки и подобным образом из него выходить.

нельзя пользоваться без надзора взрослых пиротехническими средствами: хлопушками, петардами, фейерверками, можно получить тяжелые ожоги, потерять зрение, искалечиться и даже погибнуть. Более того, нельзя хранить их дома, ведь они отнесены к взрывоопасным средствам;

ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты нельзя хранить в бутылках из-под пищевых продуктов - дети могут по ошибке выпить их. Такие вещества следует держать в плотно закрытых маркированных контейнерах, в недоступном для детей месте;

детей никогда не следует оставлять одних в воде или близ воды.

Очень важен личный пример поведения родителей.

Родители не должны перекладывать ответственность за детский травматизм на педагогов, на учителей физкультуры, труда, именно от родителей зависит правильное поведение детей. Детский травматизм – серьезная проблема и только общими усилиями можно оградить детей от беды.