

Все мы помним свое детство: царапины, вывихи, порезы, кровоподтеки. **Дети** — очень активный народ, который постоянно сталкивается с такими недоразумениями. И если родители без труда могут помочь ребенку с этими проблемами, то сам ребенок зачастую даже не знает, что необходимо делать в таких случаях.

Задача **родителей** — обучить ребенка этому навыку, поскольку ребенок часть дня проводит в школе, бегая по коридорам на переменах, а затем идет гулять с друзьями. Безусловно, взрослые не могут всегда находиться рядом, поэтому придется постараться обучить его азам первой помощи.

Психологическое препятствие.

Зачастую дети начинают испытывать страх, рыдать и тревожиться, когда испытывают **боль**. Даже незначительный ушиб может нарушить спокойствие и тишину. Однако когда поблизости нет взрослых людей, которые по первому зову прибегают и помогут, ребенок должен проанализировать ситуацию и найти выход из нее.

Расскажите ему, что получение **травмы** не является катастрофой. Это может произойти с каждым человеком. По этой причине в первую очередь необходимо успокоиться,

пересиливая болезненные ощущения, осмотреть полученную рану и оценить степень ее сложности. Объясните, что в некоторых случаях своевременная помощь может стать решающей для сохранения жизни или же значительным образом облегчить его состояние.

Научите своего ребенка различать травмы и действовать в зависимости от их вида.

Если малыш ударился головой.

Принимая участие в играх или детских драках, ребенок может удариться. Если **удар** пришелся на голову и на ней стремительными темпами появляется шишка, малыш должен приложить к ней что-то холодное — любой предмет, который окажется под рукой. Главное, чтобы он не был грязным, иначе может в рану попасть инфекция.

Если же ребенок чувствует головокружение или резкую головную боль, тошноту, пусть незамедлительно вызовет **скорую помощь**.

Что делать при ушибе?

Если ребенок ударился и при этом образовался кровоподтек, место удара немного отекло, то, скорее всего, это обычный ушиб. В большинстве случаев у детей страдают локти, колени, попа и остальные мягкие ткани. К месту **ушиба** нужно прикладывать на

несколько минут холодный предмет, потом убирать, а затем снова прикладывать. Это позволит избежать обморожения. После этого ребенок должен зафиксировать место ушиба при помощи эластичного бинта. При этом важно не перетягивать его, поскольку можно нарушить ток крови.

Ребенок и ожог.

Если ребенок нечаянно схватился за горячий предмет или же облился горячей водой, у него может появиться покраснение кожи, жжение и болезненные ощущения на том участке кожи, который пострадал. Это **ожог**. Расскажите, что он не должен снимать с пораженного участка тела одежду, в противном случае не избежать инфицирования.

Место ожога необходимо подержать в холодной воде, пока не появится чувство облегчения. Если образовались волдыри, их нельзя прокалывать, поскольку в рану может попасть **инфекция** и ситуация только усугубиться. Ожог следует спрятать под стерильной повязкой и отправиться в больницу. Если ребенок не может терпеть боль, следует позвонить в скорую помощь.

Кровь из носа.

У детей это встречается часто. Многие дети испытывают страх при виде **крови**, что она течет так сильно и трудно остановить. Важно чтобы ребенок запомнил, что в этом

случае нужно оставаться в вертикальном положении, не запрокидывая голову, поскольку кровь может пойти в носоглотку. Ребенок должен взять что-то холодное и приложить к переносице. Потом нужно зажать нос руками и подержать несколько минут.

Порез.

Иногда случаются и довольно **серьезные травмы**. Если ребенок сильно порезался, необходимо быстро остановить кровотечение. Если он не в состоянии сделать это самостоятельно, он может объяснить своим друзьям, которые находятся рядом, как правильно это сделать. Ребенок должен знать, что если из раны вытекает алая кровь — это **артериальное кровотечение**. Для того чтобы ее остановить, необходимо наложить немного выше пореза жгут. Если нет жгута, можно воспользоваться ремнем или тканью.

Если из раны вытекает густая кровь темного, насыщенного цвета — это **венозное кровотечение**. В данном случае необходима повязка на ранку, которая будет ее сдавливать. При этом повязка должна быть стерильной. Обязательно положите в карман малыша бинт, который может пригодиться при таких травмах.

Если в ране есть стекло или другое инородное тело, ребенок должен сжать место вокруг пореза.

Чтобы эти **действия** не вылетели из головы ребенка, периодически напоминайте ему, что они могут спасти его. Однако при этом не перегибайте палку, так как ребенок может испугаться.

Каждый ребенок должен иметь хотя бы элементарные знания по **оказанию помощи**, ведь это может спасти жизнь не только ему, но и другим людям, попавшим в беду.



«Учим ребенка оказывать себе первую медицинскую помощь»



Составил
воспитатель:
Ситченко П.В.