



**Практические советы
для молодой мамы**



БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Рекомендации ведущих
российских специалистов

Валерия Вячеславовна Фадеева
Безопасность ребенка. Первая помощь

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=333482

*Безопасность ребенка. Первая помощь. : ООО «Издательство Оникс»: ООО «Издательство
«Мир и Образование»; Москва; 2009
ISBN 978-5-488-02267-6, 978-5-94666-552-0*

Аннотация

Курс первой помощи имеет неоценимое значение для каждого родителя. Не всегда есть возможность немедленно обратиться к врачу в чрезвычайной ситуации, и ваша задача суметь самим оказать своевременную и грамотную помощь ребенку.

Из этой книги вы узнаете, какие опасности подстерегают ребенка дома, на улице, на даче, в лесу и в поле, в общественном транспорте и в далеком путешествии, как их предупредить и справиться с последствиями. В книге в доступной форме изложена вся необходимая информация о том, как оказать первую помощь ребенку при отсутствии дыхания и остановке сердца, ожогах, отравлениях, ушибах и переломах, а также при укусах животных, змей и насекомых.

Главное, в сложной ситуации быть спокойным и уверенным, ведь от этого может зависеть жизнь вашего ребенка.

Содержание

Дорогие взрослые!	5
Как защитить своего ребенка	6
Безопасность младенца	8
Опасности, подстерегающие ребенка в возрасте до 1 года	9
Автомобиль	9
Пеленальный столик	9
Детская кроватка	9
Вредные вещества	10
Игрушки	10
Одежда	10
Опасные предметы	11
Детская коляска	11
«Кенгуру»	12
Ходунки и прыгунки	13
Безопасность в доме	15
Как обезопасить для ребенка свое жилище	17
Пол	17
Окна и балконы	17
Электроприборы и розетки	18
Мебель	18
Ковры, мягкие игрушки, занавески	19
Детский стульчик	19
Игрушки	20
Что нужно учесть при покупке игрушек	20
Двери	21
Ящики	21
Телефон	22
Комнатные растения	22
Лестница	22
Химические вещества	22
Лекарства	22
Градусник	22
роительные материалы	22
Плесень	23
Алкоголь	23
Дамские сумочки	23
Разные мелочи	23
Ванная комната	24
Кухня	25
Плита	25
Стол	26
Мусорное ведро	26
Полиэтиленовые пакеты	26
Холодильник	26
Шкафы и шкафчики	26
Средства для мытья посуды	27

Безопасность во время еды	28
Обычные предметы, с которыми ребенок может играть, не подвергая себя опасности	29
Безопасность во время празднования Нового года	30
Ребенок остается дома один	32
Если ваш ребенок – лунатик	33
Животные в доме	34
Собака	34
Кошка	34
Грызуны (декоративная крыса, хомяк, шиншилла, хорек)	36
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Валерия Вячеславовна Фадеева

Безопасность ребенка. Первая помощь

Дорогие взрослые!

Как известно, береженного Бог бережет, поэтому важно всегда заботиться о безопасности своего ребенка, где бы вы с ним ни находились – дома, на улице, на даче, в лесу или в поле, в общественном транспорте или в далеком путешествии...

Очень важно научить ребенка грамотному поведению в различных ситуациях. И в этом большую роль играет ваш личный пример, ведь малыш все время смотрит на вас и копирует ваше поведение.

К сожалению, неприятности могут случиться с каждым. Главное, быть спокойным и уверенным в критических ситуациях и оказать ребенку своевременную и правильную первую помощь. Курс первой помощи имеет неоценимое значение для каждого родителя. Понимание того, что надо делать в случае чрезвычайного происшествия, – гарантия безопасности и возможность спасти жизнь вашему ребенку.

Желаем вам и вашему ребенку всего самого доброго!

Как защитить своего ребенка

Вы не в состоянии полностью оградить своего ребенка от всех опасностей, как бы вам этого ни хотелось. Но вы можете сделать так, чтобы у вас с вашим малышом сложились доверительные, уважительные отношения. Тогда он будет доверять вам свои страхи и тревоги и не будет бояться того, что его накажут, высмеют или обвинят во лжи. И ему не понадобится идти со своими проблемами к более «понимающим» его незнакомым взрослым.

Помните о могуществе мыслей и слов! Не стоит внушать своему малышу, что мир – жестокий и опасный. Слишком беспокоясь за своего ребенка, вы рискуете привлечь к нему неприятности. Думайте, что мир дружелюбен и безопасен, и то же говорите своему малышу. Вера в хорошее необходима для нормального развития ребенка. Она подпитывает его внутренние силы, делает уверенным в себе и награждает оптимизмом. Иначе малыш может вырасти запуганным, тревожным, неуверенным или жестоким человеком.

Ребенку важно быть уверенным в том, что его любят близкие люди, которые всегда готовы его защитить. Поощряйте стремление своего малыша к самостоятельным действиям, к принятию им решений. Помогайте только тогда, когда ребенку требуется ваша помощь. Если же он справляется сам, постарайтесь не вмешиваться и позвольте ему проявить свои умение и фантазию. Если малыш сделал что-либо не так, как было нужно, тактично помогите исправить ошибку. Ограничивать самостоятельность нужно только тогда, когда это действительно необходимо, например если возникает угроза здоровью. Всегда показывайте свою любовь таким образом, чтобы ребенок был уверен в том, что при необходимости вы ему всегда поможете. почаще ставьте себя на его место и смотрите на мир глазами ребенка.

Есть мамы, которые постоянно тревожатся о здоровье и благополучии малыша. Они демонстрируют ему, что мир враждебен и опасности подстерегают на каждом шагу. С раннего возраста малышу многое запрещается. Его постоянно одергивают, ограничивают его порывы. В результате у ребенка не формируется базового доверия к миру, так как он «считывает» со своей мамы постоянную тревогу и волнение. Такие мамы часто подвергают ребенка тщательному медицинскому обследованию без видимых на то причин. Из-за любого прыщика или синяка они готовы поднять такую панику, что начинает тревожиться вся семья. В результате ребенок начинает всего бояться, он становится неуверенным в завтрашнем дне, постоянно находится в настороженном и подавленном состоянии.

Поэтому очень важно научить малыша всегда быть внимательным к опасностям, но ни в коем случае не пугать его ими, и тогда мир не будет ему казаться таким опасным. Никогда не обсуждайте в присутствии ребенка катастрофы, болезни, преступления.

Если вы чувствуете, что не справляетесь с тревогой за ребенка, и понимаете, что она необоснованна, обратитесь за психологической помощью.

Нередко, беспокоясь за своего ребенка, взрослые рисуют в своем воображении страшные картины. Они представляют, как их сын попадает под машину или дочь подстерегают на улице бандиты. На самом деле такие действия могут нанести ребенку непоправимый вред, ведь каждая мысль – это энергия, а, как мы знаем, наши мысли материализуются. Зигмунд Фрейд однажды сказал, что матери являются главными убийцами своих детей, потому что никто столько, сколько они, не вкладывают энергии в жуткие картины гибели своих драгоценных малышей. Поэтому очень важно сразу же прогонять от себя негативные мысли.

Каждый раз, когда жуткая мысль приходит к вам в голову, следует выполнять *упражнение по преобразованию негативной энергии*.

1. На вдохе соберите пугающую мысль в плотный комочек. Неприятное ощущение будет собираться в груди тяжелым сгустком.

2. С медленным выдохом через голову выпустите вверх давящий ком, как темный шарик, и представьте, как он лопається высоко над головой, превращаясь в искры света, в лепестки цветов. Таким образом, вы преобразовываете негативную энергию и разрушаете нехорошую программу.

После этого можно приступить к *созданию благоприятной программы для вашего ребенка*.

1. На вдохе обратитесь к Богу с просьбой о благе для своего ребенка.

2. Соберите в груди сгусток света.

3. Медленно выдыхая, представьте ребенка в хорошей, благоприятной для него ситуации. Тем самым вы притянете созидательную энергию.

При этом важно следить за тем, чтобы ваше программирование не было навязчивым, чтобы оно точно совпадало с личными желаниями маленького человечка и гармонировало с его внутренним состоянием. Иначе ваша энергия может входить в жизнь ребенка чуждой, разрушающей волной и тем самым приносить зло, даже если ваши намерения добрые. Поэтому старайтесь избегать конкретных воображаемых картинок, а давайте просто энергию света. Тем самым вы не станете мешать проявлению внутренних возможностей своего ребенка.

Безопасность младенца

Очень важно предотвращать опасные ситуации.

- ◆ В два месяца ребенок уже умеет хватать предметы, а в три – дотягиваться до них и тянуть к себе. Поэтому в доступных для ребенка местах не должно быть ничего опасного.
- ◆ Не оставляйте кроху одного с бутылочкой – он может захлебнуться.
- ◆ Не оставляйте младенца с другим ребенком: тот может уронить малыша или дать ему что-нибудь опасное.

Опасности, подстерегающие ребенка в возрасте до 1 года

Автомобиль

Начиная с поездки из роддома домой, у малыша всегда должно быть безопасное место в машине. Убедитесь, что выбранное вами автомобильное кресло полностью отвечает правилам безопасности. Оно должно удерживаться на месте с помощью привязного ремня для взрослых. Об автомобильных креслах подробнее см. раздел «Безопасность в путешествии» (Путешествие на автомобиле) на с. 64.

Пеленальный столик

Переодевайте ребенка на полу. Если же вы делаете это на столе или на пеленальном столике, ни на секунду не выпускайте малыша из своего поля зрения, как бы далеко он не находился от краев. Даже самый маленький ребенок может подкатиться или подтолкнуться к краю и упасть.

Детская кроватка

Детская кроватка может стать самым безопасным местом для вашего малыша.

♦ Вертикальные планки или прутья стенок кроватки должны быть установлены на расстоянии не более 6–7 см друг от друга, чтобы детские ручки и ножки не смогли застрять и у малыша не было соблазна просунуть между ними голову.



♦ Выбирайте кроватку с регулируемым по высоте подматрасником, который предусматривает два или три уровня ложа. Самое верхнее положение – для новорожденного ребенка. В таком случае, укладывая малыша в кроватку или вынимая его оттуда, перестилая ему постельку или играя с ним, мама не будет наклоняться слишком низко. Важно, чтобы в этом положении высота бортиков оставалась не менее 50 см от уровня ложа, тогда кроха будет в безопасности. Когда ребенок начнет садиться, дно кроватки следует опустить на «этаж» ниже. А как только он начнет вставать на ножки, ложе необходимо установить на самый нижний уровень, чтобы подросший непоседа не мог выпасть из кроватки, перевесившись через борт.

♦ Обратите также внимание на внешний вид кроватки: должны отсутствовать витиеватые узоры, выступающие детали и острые углы. Поверхность должна быть гладкой и хорошо отполированной, без шероховатостей, зазубрин, сколов и трещин.

♦ Боковая стенка кроватки обычно открывается или опускается для удобного доступа к ребенку. Необходимо, чтобы механизм открывания действовал плавно, бесшумно и был недоступным для малыша. Если откидная стенка фиксируется на кроватке при помощи резинок, то ребенок, открыв кроватку, рискует из нее выпасть. А вот когда фиксирующие защелки расположены в противоположных углах боковой стенки, у малыша просто не хватит размаха рук, чтобы одновременно нажать на защелки и открыть кроватку.

♦ Существуют модели с силиконовыми накладками на верхних бортиках боковых стенок. Это очень полезная деталь. Когда у ребенка будут резаться зубки, ему захочется их «поточить», а накладка не даст обгрызть древесину, лак и краску, убережет его ротик от заноз.

♦ Просите продавца показать сертификат. Сертифицированные кроватки покрыты нетоксичными и безопасными для ребенка лаками и красками.

♦ Положите в детскую кроватку прочный, плотно обтянутый матрас. Не используйте мягкие поверхности.

♦ В постели не должно быть легковоспламеняющихся тканей.

♦ Укоротите завязки на прокладке – «книжке», чтобы они не захлестнулись вокруг шеи ребенка.

♦ Если малыш уже встает, не вешайте погремушки поперек кроватки.

♦ Вместо стеганого одеяла лучше использовать спальный мешок.

♦ Накрывая ребенка одеялом, убедитесь, что во время сна его голова остается открытой.

♦ Не оставляйте кроху в кроватке без присмотра, когда он не спит!

♦ Грудной ребенок может задохнуться, если ему на лицо попадет предмет и закроет рот и нос. Поэтому младенцев не следует укладывать спать на объемные пуховые подушки и перины или обкладывать ими детскую кроватку.

♦ Также не надо оставлять в кроватке крохи большие мягкие игрушки!

Вредные вещества

♦ Краски на мебели и игрушках вашего ребенка не должны содержать свинца и других опасных для организма веществ.

♦ Держите все лекарства в недоступном для малыша месте.

♦ Моющие средства, пестициды, алкогольные напитки и даже косметика должны находиться за пределами досягаемости ребенка.

Игрушки

Игрушки малыша должны быть моющимися, достаточно большими, чтобы малыш не смог их проглотить, без острых краев или небольших частей, которые можно оторвать. Имейте в виду, что все, что попадет в руки к вашему крохе, будет немедленно отправлено в рот. Помните об этом при выборе игрушек. См. также раздел «Безопасность в доме» (Как обезопасить для ребенка свое жилище. Игрушки) на с. 22.

Одежда

♦ Не надевайте на ребенка одежду со шнуровкой.

♦ Не вешайте на шею малыша цепочки и веревочки, ведь под толстым слоем одежды не видно, мешает ему украшение или нет.

- ♦ Соску-пустышку прикрепите к одежде младенца специальной прищепкой.

Опасные предметы

Каждый предмет в вашем доме представляет собой потенциальную опасность для малыша. Опуститесь на пол и поползайте по своему дому. Присмотритесь к опасностям, которые могут подстергать ребенка: острые края у мебели, небольшие вещицы на ковре, отстающие куски стен, легко перевертываемые лампы, столики и т. д. (см. также раздел «Безопасность в доме»).

Детская коляска

- ♦ К коляске должен прилагаться соответствующий сертификат безопасности. Кроме того, должна быть указана гарантия на срок использования.

- ♦ Коляска должна быть устойчивой. Это значит, что на ровной поверхности ни коляска, ни корзина не должны наклоняться в стороны. У моделей-трансформеров должна быть надежная защита от случайного закрытия.

- ♦ Внутренняя отделка коляски должна быть выполнена из натуральных тканей, например хлопка. Она должна легко сниматься и стираться.

- ♦ Дно корзины должно быть ровным и жестким, чтобы позвоночник малыша всегда оставался в правильном положении.

- ♦ Корзина коляски должна располагаться высоко над землей, чтобы малыш был надежно защищен от пыли и мелких брызг.

- ♦ Высота бортиков должна составлять не меньше 20 см. Учтите, что для непосед и подрастающих карапузов она должна быть выше.

- ♦ Старайтесь обходиться без подушек и других лишних предметов, чтобы малыш мог свободно дышать, а при желании и подвигаться.

- ♦ Если ребенок уже в состоянии дотянуться до подвесной гирлянды, ее лучше убрать, иначе, оттянув ее на себя, он может удариться.

- ♦ Если на улице много комаров или мошек, лучше закрыть открытую часть коляски марлей, чтобы насекомые не смогли добраться до малыша.



- ♦ Выбирайте коляску с таким капюшоном, который можно фиксировать в нескольких положениях. Это нужно для того, чтобы защитить малыша от капель дождя и ветра независимо от направления. Капюшон должен быть бесшумным и легким, тогда действия с ним не испугают ребенка и не разбудят, когда он спит. Капюшон должен крепко крепиться к корзине, иначе, если вы наклоните коляску от себя, малыш может выпасть. Хорошо, если капюшон будет с бампером, который защитит голову ребенка от удара в момент наклона коляски. И

капюшон, и фартук должны оставлять простор для наблюдения за малышом и вентиляции воздуха в корзине.

♦ Старайтесь не возить в коляске ничего, кроме малыша. Продукты, лекарства, хозяйственные мелочи могут оказаться совсем небезопасными «соседями». Не кладите в корзину к ребенку цветы и другие растения, ведь они могут вызвать у него аллергическую реакцию.

♦ Не позволяйте домашним любимцам забираться в коляску, даже если малыша в ней нет.

♦ Если вы оставляете коляску на лестничной площадке или в подъезде, закрывайте ее поплотнее, чтобы в ваше отсутствие в ней не хозяйничали бездомные или соседские животные.

♦ Никогда не кладите в коляску зажигалки и не курите рядом.

♦ Не ставьте коляску под окнами и балконами домов.

«Кенгуру»

Многие родители используют «кенгурушку» для переноски младенца. В таком случае малыш рядом и ваши руки свободны.



Однако врачи считают, что если вашему ребенку еще нет 6 месяцев, усаживать его в «кенгурушку» не стоит. До тех пор пока малыш не будет самостоятельно уверенно сидеть, переносить его сидящим в «кенгуру» нельзя! Дело в том, что опорно-двигательный аппарат младенца еще не готов к длительному передвижению в вертикальном положении. Природой не предусмотрена такая нагрузка на неокрепший позвоночник, а мышцы, которые его держат, еще слабы. Кроме того, вибрация, которая возникает в такт шагов взрослого, существенно усиливает нагрузку. Малыш старается подсознательно выбрать удобное положение.

При этом он изгибается, принимает неестественную для него позу. Таким образом, начинают формироваться разнообразные искривления позвоночника.

Разумной альтернативой может стать переноска малыша в горизонтальном положении – в другой модели «кенгуру» или в перевязи (слинге), представляющей собой кусок ткани, перекинутой через мамино плечо. Но и эти «транспортные средства» нельзя считать идеальными, так как они не создают твердой опоры для малыша и тем самым вынуждают кроху находиться в неестественном, напряженном состоянии. Поэтому рекомендуется в пути делать остановки, во время которых следует присесть, положить малыша на колени и дать ему отдохнуть.

Когда малыш немного подрастет и будет уверенно сидеть сам, можно начать путешествовать в «кенгурушке». Выбирая ее, обратите внимание на модели с жесткой спинкой и широкими лямками, регулирующимися по росту взрослого. Тогда малыша смогут носить и мама, и папа.

Ходунки и прыгунки

Все родители хотят, чтобы их ребенок рос здоровым и сильным. Поэтому они стремятся как можно раньше заняться его физическим развитием. Именно с этой целью чаще всего и приобретаются прыгунки и ходунки, ведь это – отличные тренажеры для ребенка. Они развивают, закаляют, дают хорошую нагрузку на опорно-двигательный аппарат.

♦ Перед использованием ходунков или прыгунков обязательно проконсультируйтесь с врачом.

♦ Сажать в ходунки и прыгунки следует малыша, который сам уже хорошо сидит.

♦ Врачи рекомендуют сажать кроху в прыгунки обязательно в обуви, которая фиксирует голеностопные суставы.

♦ Ходунки и прыгунки необходимо правильно отрегулировать по высоте. Ножки малыша должны упираться в пол всей стопой таким образом, чтобы они чуть-чуть сгибались в коленных и тазобедренных суставах.

♦ И ходунки, и прыгунки нельзя использовать долгое время. Следите за тем, чтобы малыш находился в них не более 20–30 минут два раза в день.

♦ Находясь в ходунках или прыгунках, ребенок должен постоянно быть под присмотром взрослых и вдали от опасных мест (в первую очередь лестницы).

♦ Постарайтесь оборудовать место занятий таким образом, чтобы малыш при всем желании не смог достать до ручек шкафов, острых углов или других опасных предметов. Под прыгунками постелите мягкий коврик.

♦ Не превышайте максимально допустимую нагрузку, указанную в паспорте, соблюдайте ограничения по весу и росту. Для ходунков это соответственно 12–15 кг и 78–85 см; прыгунки рекомендуются детям до 12–15 месяцев при весе не более 11–12 кг.

♦ Все крепления в ходунках и прыгунках должны быть исправными и надежно зафиксированными.

♦ Если ребенок уже неплохо ходит самостоятельно, целесообразно прекратить использование ходунков.



♦ При первых же признаках утомления (гиперактивность, покраснение кожи, учащенное дыхание или, наоборот, вялость, апатия) занятия на тренажере необходимо тут же прекратить.

♦ Любые физические нагрузки нежелательны сразу после еды, поэтому, чтобы не навредить пищеварению, не сажайте малыша в прыгунки после обеда.

***При покупке этих тренажеров нужно
учитывать следующие особенности.***

Основание ходунков должно быть достаточно широким и устойчивым для того, чтобы избежать опрокидывания. Желательно, чтобы был предусмотрен передний бампер для защиты от столкновений, а также были стопоры, фиксирующие их. Колесики должны легко вращаться во все стороны. Чем их больше, тем устойчивее конструкция. Сиденье должно быть глубоким, чтобы ребенок погружался в него большей частью тела. Оно должно быть достаточно широким, не слишком твердым, не слишком мягким и легко моющимся. Важно, чтобы спинка имела твердый каркас. Уровни предусмотрены для регулирования ходунков по высоте. Большое количество уровней позволяет подобрать удобное и безопасное положение.

Крепление прыгунков бывает на крючках и скобах-зажимах. В первом случае крепеж вкручивается в дверной проем и прыгунки привязываются к одному месту. Это не очень надежно и удобно. Лучше всего выбрать прыгунки с креплением на скобах-зажимах. Тогда их можно будет быстро и надежно прикрепить к любой дверной коробке. Пружина – менее надежный вариант крепления прыгунков по сравнению с резинками. Причем для большей безопасности через металлическую пружину может быть пропущен страховочный тросик. Сиденье прыгунков бывает выполнено в форме штанишек и должно плотно обхватывать малыша, прочно фиксировать его позвоночник ремнями или дополнительным корсетом. Также сиденье может быть снабжено мягкими поддерживающими подмышечными валиками. Существуют модели с высокой ортопедической спинкой. Столешница и бампер делают прыгунки более безопасными. Они предохраняют ребенка от удара о стену или дверной проем.

Безопасность в доме

Начав ходить, ребенок хочет как можно больше узнать об окружающем мире. Ему необходимо все потрогать, попробовать на вкус. Как только ваш малыш сделает свои первые шаги, вы сразу поймете, насколько сильно он нуждается в безопасном пространстве.

Будьте готовы к началу времени шишек и падений. Не переживайте понапрасну – такова одна из неизбежных сторон роста. И хотя время от времени сердце у вас в груди будет замирать, вы будете с удовольствием наблюдать, как малыш исследует территорию.

Не пытайтесь оградить ребенка от всего на свете, позвольте ему расти и познавать новое самостоятельно. Не говорите ему на каждом шагу «этого нельзя!», «того нельзя!», «не трогай!». Все, что ребенок видит, он непременно хочет потрогать, подвигать, перевернуть и посмотреть, что же будет. Поэтому самое лучшее, что вы можете сделать, – это помочь маленькому исследователю. Держите все его затеи под контролем. Если ваш малыш хочет забраться в шкаф, забирайтесь туда с ним, хочет поковырять ящики стола, помогите ему сделать это. Помните о том, что время малыша очень дорого. Ведь ни один взрослый не способен обрести столько знаний, скажем, за месяц, сколько получает их ребенок. Поэтому обидно, если малыш будет терять время, слыша ваше очередное «нельзя!». Кроме того, если малышу постоянно твердить «нет, нельзя, не трогай», он почувствует, что ему все запрещено, и будет всего бояться. Постоянные запреты вредны и ведут к торможению исследовательских инстинктов ребенка, ведь, изучая предметы, он осваивает окружающий мир.

Не стремитесь приобрести полную власть над ребенком. Если малыш оказался поблизости от горячего утюга, ножа или выбежал на обледеневшую дорожку, не стоит кричать ему испуганно-строгим голосом: «Смотри, не обожгись, не поскользнулся или не порежешься!». Таким образом можно спровоцировать несчастный случай. Дело в том, что у ребенка контроль за внешними раздражителями осуществляет правое полушарие, которое не воспринимает отрицательные частицы «не» и «нет». Подобные призывы к осторожности оно воспринимает как приказ нанести себе повреждение. Специалисты называют это явление нейролингвистическим программированием. Поэтому в своих запретах старайтесь обходиться без «не». Скажите ребенку: «Отойди оттуда, иначе можно обжечься». А лучше подойдите к нему и уведите из того места, где малышу не следует находиться.

Естественно, вы не можете постоянно участвовать во всех исследованиях наравне со своим непоседой, а любознательность и желание экспериментировать у всех нормальных детей выходят далеко за пределы их опыта, здравомыслия и осторожности. Поэтому сделайте так, чтобы в доме, в котором малыш живет, играет и постигает новое, его не подстерегали опасности. Тем не менее старайтесь, чтобы ребенок играл под вашим присмотром.

Чтобы не дать страху закрепиться, лучше, как это ни парадоксально, самому создать опасную ситуацию. Проведите с малышом небольшой эксперимент, показав ему, что такое ожог или укол. Для знакомства с огнем вполне достаточно приблизить его руку к очень горячему предмету, например к неостывшему чайнику. Что касается укола, дайте ребенку небольшой острый предмет, не переставая наблюдать за ним.

Объясняйте все свои действия. Это и будет первая ступень обучения малыша. Будет замечательно, если вы превратите курс техники безопасности в игру. Постарайтесь вместе с ребенком изучить самые «горячие точки» квартиры, объясните ему, чем может грозить баловство. Поиграйте так несколько раз, пока не удостоверитесь, что малыш твердо выучил азы техники безопасности.

В возрасте от 2 до 7 лет малыши время от времени чего-то боятся. А, как известно, страх действует парализующе. По данным МЧС России чаще всего на пожарах дети гибнут от того, что в ужасе они забиваются под кровать или прячутся в шкафу и их находят слишком

поздно. А ведь этого бы, наверняка, не случилось, если бы ребенок знал, что при вспыхнувшем пожаре ему надо позвать взрослых, а если такой возможности нет, выйти на лестничную площадку или балкон, плотно прикрыть за собой дверь и позвать взрослых на помощь.

Нельзя пугать ребенка колдунами, чужими дядями, которые придут и заберут его... Не разрешайте малышу смотреть страшные мультфильмы или фильмы с печальным концом.

Чаще повторяйте ребенку, что вы всегда будете рядом и защитите его.

Дети не растут с вакууме, и поэтому ваша задача – избавить малыша от возможного страха при помощи игры и научить его правильно действовать в чрезвычайных ситуациях. Проигрывайте с ним различные ситуации, которые могут случиться в жизни, с помощью кукол и мягких игрушек. Помогите мишке спастись от пожара, вылечите зайчика, перевяжите ему лапку, переведите кошечку через дорогу.

Для обучения поведению в чрезвычайных ситуациях можно также использовать и специализированные мультфильмы. Смотрите их вместе с крохой и объясняйте ему каждый шаг героев. Тогда он лучше запомнит алгоритм действий.

Конечно, нелегко уберечь ребенка от травм, но профилактика очень важна. Необходимо правильное воспитание. Оно заключается в том, чтобы объяснить ребенку, как вести себя, чтобы избежать травм. Даже простое слово «нельзя» может сыграть большую роль, если его смысл понятен ребенку. Научите ребенка выставлять руки вперед при падении, так как это поможет ему избежать травм лица.

Самые распространенные травмы у малышей до 2 лет – отравления, ожоги, поражение электротоком. Дети часто засовывают в розетки металлические предметы и, подражая родителям, самостоятельно включают бытовую технику.

Чтобы избежать проблем, необходимо обезопасить свою квартиру или дом.

Как обезопасить для ребенка свое жилище

- ◆ Уберите или надежно закрепите бьющиеся предметы, чтобы их нельзя было опрокинуть.
- ◆ Уберите с пути ребенка неустойчивые предметы мебели.
- ◆ Не разбрасывайте незакрепленные веревки, шнуры и ленты по всему дому.
- ◆ Батареи должны быть защищены экранами из пластика, металла или дерева, чтобы ребенок не обжегся.
- ◆ Не оставляйте в доступном для ребенка месте сигареты, спички, зажигалки, спиртные напитки, лекарства, иголки и монеты.
- ◆ Уберите со столов скатерти и другие предметы (вазы, книги, шкатулки с нитками и иголками и др.). Потянув за край скатерти, малыш может уронить все, что на ней стоит.
- ◆ Уберите подальше шкатулки с украшениями, флаконы с духами, утюг, а также различные хрупкие безделушки.
- ◆ Ребенок не должен иметь возможности свободно попасть в гараж, мастерскую, на чердак, в оранжерею или пристройку в саду.
- ◆ Уберите подальше пульты дистанционного управления. Если они попадут в руки малыша, он обязательно попытается их разобрать. Кроме мелких деталей, которые ребенок может, например, проглотить, пульты содержат еще и батарейки, а они небезопасны из-за токсичного щелочного содержимого.
- ◆ Ребенок должен находиться все время в поле зрения родителей. Поэтому лучше освободить центральную часть комнаты, расставив кресла, журнальный столик и тумбочки так, чтобы его было хорошо видно.
- ◆ Разъясните ребенку, что розетка и газовая плита – это больно и опасно. Уже в 2,5 года кроха может понять, что спички – не игрушка и что ток может убить.
- ◆ Не допускайте, чтобы малыш облизывал растения и плоды, обработанные химикатами.
- ◆ Следите за тем, чтобы ребенок мыл руки после посещения улицы, туалета и перед едой.
- ◆ У вас под рукой всегда должны быть телефоны экстренных и аварийных служб.

К сожалению, не все источники опасности сразу бросаются в глаза. Поэтому обратите внимание на следующее.

Пол

На кафельной плитке можно легко поскользнуться. Поэтому положите на пол в ванной комнате и на кухне коврики с противоскользящей подложкой. Учтите, что на лакированном паркете или ламинате ребенку учиться ходить небезопасно из-за того, что такие полы скользкие. О края ковров можно споткнуться и потерять равновесие. Поэтому лучше положить на пол надежно закрепленное ковровое покрытие.

Окна и балконы

- ◆ Если на окнах установлены жалюзи, повыше уберите шнуры, управляющие их движением, иначе ребенок может в них запутаться.

- ♦ Поставьте на окна ограничители, чтобы створки только чуть-чуть приоткрывались.
- ♦ Открытое окно – источник опасности для маленького ребенка. Даже если вы уверены, что малышу ни за что не взобраться на подоконник, примите меры безопасности. Поверьте, ваш великий первооткрыватель, если захочет, найдет способ добраться до любого интересного ему местечка. Установите на окна металлическую сетку или решетку, а лучше не открывайте окон, когда малыш дома.
- ♦ Балконы должны быть зарешечены, чтобы ребенок не мог перелезть через перила. Уберите с балкона стулья, столы и горшки с цветами, чтобы он не использовал их в качестве подставки.

Электроприборы и розетки

- ♦ Ребенок может грызть провода, тянуть за них и просто споткнуться. Чтобы этого избежать, прикрепите провода к стене специальными гвоздиками или найдите место, куда их спрятать: под ковер, за мебель и т. д.
- ♦ Не оставляйте включенным в розетку адаптер мобильного телефона. Если ребенок возьмет в рот свободный конец, он рискует получить ожог.
- ♦ Не оставляйте включенными электрические приборы (например, депилятор или фен) в ванной комнате.
- ♦ Редкий ребенок избежит соблазна проверить, что же таится в двух заманчивых черных дырочках. Поэтому лучше не искушать судьбу, а закрыть розетки заглушками. Вы можете купить их в хозяйственных магазинах. Чем невзрачнее на вид они будут, тем лучше, так как яркие цвета и необычные формы только привлекут внимание малыша.
- ♦ Не позволяйте маленькому ребенку самостоятельно включать электрические приборы.
- ♦ Следите за тем, чтобы малыш не дергал за провода. Не оставляйте включенными в розетку тройники и удлинители.
- ♦ Если вы пользуетесь электронагревателями, ставьте их как можно дальше от ребенка.
- ♦ Откажитесь от электрокамина.
- ♦ Лучше чем-нибудь закрыть приборы, имеющие отверстия, в которые ребенок может засунуть руку или пальцы.
- ♦ Миксеры, утюги, кухонные комбайны и другие электроприборы в «нерабочее» время должны быть выключены из розетки. Даже у неработающего, но подсоединенного к сети прибора вокруг провода постоянно имеется электромагнитное поле.
- ♦ Регулярно проверяйте электропроводку.

Мебель

- ♦ Об углы мебели малыши часто набивают синяки и шишки. Чтобы смягчить удар, приобретите устойчивую мебель без острых углов или же наклейте на них с помощью клейкой ленты специальные накладки из силикона, поролона или пластика.
- ♦ Комоды и шкафы должны быть закрыты на ключ или с помощью блокираторов.
- ♦ Оборудуйте предохранительными защелками выдвижные ящики и шкафы.
- ♦ Если в шкафах или дверях есть стеклянные вставки, поменяйте их на стекла с проволочной арматурой или оклейте их прозрачной защитной пленкой с хорошо различимыми цветными полосками. Можно заменить стекло на закаленное – оно не разобьется на кусочки и никого не порежет.

♦ Ухватившись за столик или стеллаж, малыш рискует опрокинуть на себя не только его содержимое, но и сам предмет обстановки, поэтому все шкафчики должны обязательно крепиться к стене.

♦ Журнальный столик должен быть устойчивым. Столик на колесиках на время лучше убрать. Не оставляйте на столе горячие и острые предметы – ваш малыш может до них дотянуться.

♦ Телевизор, музыкальный центр, DVD-проигрыватель должны быть установлены на устойчивой полке или в шкафчике, но не на шатающемся столике. Кроме того, следите за тем, чтобы аппаратура была хорошо закреплена, иначе ребенок может попытаться использовать ее в качестве опоры и перевернуть.

♦ Следите за тем, чтобы в момент включения музыкального центра малыш находился подальше от динамиков, иначе громкий звук может не только испугать его, но и повредить слух.

♦ Телевизор поставьте так, чтобы малыш не мог добраться до его задней панели.

♦ Не стоит оставлять тяжелые предметы и книги на неустойчивых деталях мебели (например, на тумбочках и выдвижных полках).

Ковры, мягкие игрушки, занавески

Из домашней пыли на них оседают микроскопические клещи, вызывающие аллергию. Поэтому чаще пылесосьте ковры, половики, занавески и обивку мягкой мебели, протирайте полы влажной тряпкой, проветривайте подушки и одеяла.

Детский стульчик

♦ При покупке стульчика необходимо проверить его на устойчивость. Представьте себе своего малыша, который крутится в нем как юла и свешивается с него в самых невообразимых позах. Поэтому было бы неплохо провести эксперимент в магазине: попытаться опрокинуть стульчик, добавив сверху груз 10–15 кг.



♦ Обязательно проверьте, насколько надежны крепления, которыми вы будете пристегивать к стульчику ребенка. Они должны быть пятиточечные – из всех других малыш просто выскользнет.

♦ Рамы должны быть жестко закреплены, чтобы ребенок не прищемил пальцы.

♦ Хорошо, если у стульчика есть анатомический выступ-разделитель между ног, так как он дополнительно удерживает малыша, не позволяя ему соскользнуть под стол.

♦ Столик должен быть гладким.

♦ Сейчас многие стульчики выпускаются на колесиках. Очень важно, чтобы хотя бы на задних колесах были удобные и надежные фиксаторы-тормоза. Желательно, чтобы стопоры были на каждом колесе.

♦ Если вы не хотите, чтобы вы и ваш малыш были в синяках, выбирайте модели с обтекаемой формой, без острых углов.

♦ Никогда не оставляйте малыша в стульчике непристегнутым, даже если вы просто отвернулись на минутку помешать кашу. По наблюдению врачей, именно падение со стула – одна из наиболее распространенных причин детского травматизма. Привычка пристегивать малыша пригодится вам также при использовании прогулочной коляски и автомобильного кресла, так что лучше выработать ее с самого начала.

Игрушки

♦ Храните игрушки в тумбочке, на нижних полках или в специальных ящиках, чтобы ребенок сам мог их достать. Если малышу придется за ними тянуться, он может упасть или перевернуть на себя предмет, на котором лежит заинтересовавшая его вещь.

♦ Если в доме есть старшие дети, то их игрушки лучше хранить отдельно, так как они могут иметь небезопасные для малышей мелкие детали.

♦ Поддерживайте игрушки малыша в хорошем состоянии. Без сожаления выбрасывайте все сломанные игрушки и их части. Поврежденная игрушка может стать опасной – разогнутыми кусками жести можно поранить, защемить пальцы, губы и язык ребенка. А тонкие и жесткие пластмассовые изделия разбиваются на острые, режущие куски.

♦ По законодательству производители и импортеры игрушек обязаны указывать срок, после которого игрушки становятся опасными. Эти указания необходимо строго соблюдать.

♦ Мягкие звери милы, но только не те, у которых длинный ворс. Лучшая компания для малыша – велюровые или плюшевые игрушки.

♦ Не давайте ребенку игрушки, которые работают от электросети.

Не держите в доме:

- бьющиеся игрушки;
- игрушки с острыми краями или концами;
- игрушки с маленькими частями (конструкторские наборы, шашки, шарики и бисер), которые ребенок может засунуть в рот, нос или ухо;
- игрушки, изготовленные из токсичных материалов.

♦ Фломастеры и краски, которыми пользуются взрослые, иногда бывают ядовитыми (а пятна, оставленные ими, часто не выводятся). Только предметы, изготовленные специально для детей, не представляют никакой опасности.

♦ Игрушки, набитые волокном или опилками, маленькими пластмассовыми шариками, могут незаметно распороться и стать ядовитыми и опасными.

♦ Помните: ребенок должен играть только под вашим присмотром!

♦ Регулярно мойте и сушите все игрушки. На них скапливаются пыль и грязь, не говоря уже о детской слюне, соплях и остатках еды – все это в результате оказывается у ребенка во рту.

Что нужно учесть при покупке игрушек

Если вы решили порадовать своего ребенка новой игрушкой и для этого отправились в магазин, помните о следующих правилах.

♦ Обращайте внимание на качество товара. Фирменную вещь можно узнать не только по лейблу, но и по соответствующей качеству стоимости.



♦ Убедитесь, что при производстве игрушки, которую вы собираетесь купить, не использовался поливинилхлорид (ПВХ) – опасное вещество, вызывающее у детей заболевания печени, почек, иммунной и репродуктивной систем (в Европе его запретили использовать при изготовлении игрушек еще 10 лет назад).

♦ Внимательно осматривайте игрушки перед покупкой. Избегайте ослепительно-ярких игрушек. Ядовитые цвета вредны для зрения. Кроме того, в состав чрезмерно ярких красителей входят вредные кадмий и свинец, которые могут вызвать отравление. Потрите пальцем окрашенные поверхности. Краска не должна слезать, иначе она может запросто оказаться во рту у малыша. Обратите внимание на форму игрушки и качество ее исполнения. Не должно быть никаких заусенцев, острых краев, мелких деталей, которые ребенок может проглотить. Потяните игрушку за все, что, по вашему мнению, могло бы оторваться, чтобы потом это за вас не сделал ваш малыш и не случилось никаких неприятностей.

♦ Учитывайте сведения, указанные на этикетке, о том, на какой возраст рассчитана игрушка. Она не должна сильно опережать возможности ребенка. Нередко родители из тщеславия приобретают игрушки для более старших детей. На самом деле производитель, маркируя игрушку, ориентируется не столько на интеллект маленьких потребителей, сколько на безопасность игрушки для того или иного возраста.

Двери

♦ Застекленные межкомнатные двери лучше закрыть небольшими листами фанеры, хотя бы до уровня роста ребенка. Также можно вставить в них стекла с проволоочной арматурой или небьющиеся или оклеить их прозрачной защитной пленкой с хорошо различимыми цветными полосками.

♦ Дети нередко получают травмы, прищемляя пальчики дверями. Результатом такой травмы может стать даже ампутация. Чтобы этого избежать, купите в хозяйственном магазине специальные амортизаторы. Они не дадут дверям захлопнуться. Вместо амортизаторов с этой же целью можно использовать полотенца. Их сворачивают в трубочку и перебрасывают через створки, чтобы те не закрывались до конца.

♦ Если в вашей двери есть замок, обратите внимание на то, чтобы он открывался с двух сторон или имел блокировку, иначе малыш может запереться в комнате.

Ящики

Особенную опасность для малыша представляют ящики на роликах, которые резко закрываются. Чтобы этого избежать, ящики и дверцы шкафов оснастите замочками или заклейте скотчем. Блокиратором дверей шкафа может послужить и обычная резинка, надетая на ручки створок.

Телефон

Телефон порой становится причиной несчастья. Малыш может упасть, зацепившись ногой за шнур, запутаться в телефонном проводе, обмотать его вокруг шеи, телефон может упасть на малыша. Зафиксируйте шнур и сам телефон. Не стоит поощрять игры ребенка с настоящим телефоном, лучше подарите ему игрушечный.

Комнатные растения

♦ Избавьтесь от следующих ядовитых комнатных растений: *диффенбахии, молочая блестящего, кливии, примулы обконика, олеандра*.

♦ Комнатные растения уберите повыше. Не стоит ставить их на подвижные и шатающиеся подставки, чтобы ребенок не уронил горшок на себя.

Лестница

Научите ребенка подниматься и спускаться по лестнице, держась за перила. Не оставляйте ничего валяться на ступеньках. Установите защитный барьер наверху и внизу лестницы, чтобы ребенок не мог попасть на нее сам. Приклейте коврик, мешающий скользить, на ступеньках лестницы, если они скользкие.

Химические вещества

♦ Ребенок не должен иметь доступ к химическим веществам, используемым в быту. Уксусная эссенция, различные моющие и чистящие средства, лекарства, косметика должны храниться в шкафах, которые малыш не сможет открыть сам.

♦ Во время уборки квартиры никогда не оставляйте моющие средства на виду, чтобы ребенок не решил использовать их в качестве своих игрушек.

Лекарства

Особенно опасны препараты для снижения давления и снотворное. Поэтому домашнюю аптечку храните в месте, недоступном для ребенка, например в запирающихся или высоко висящих шкафчиках.

Градусник

Храните градусник в таком месте, чтобы ребенок не смог его достать и разбить. Если такое все же случилось, действовать придется быстро. Пары ртути ядовиты и могут нанести серьезный вред здоровью ребенка. Подметать или собирать шарики ртути самостоятельно не следует. Вызовите специалистов из санитарно-эпидемиологической станции, а сами вместе с ребенком покиньте помещение.

Ст

строительные материалы

Если вы затеваете ремонт, то постарайтесь, чтобы в это время вашего малыша не было в доме. Внимательно выбирайте строительные материалы (обои, линолеум, краска и др.). Убедитесь, что они являются экологически чистыми.

Все краски на свинцовой основе высокотоксичны и запрещены к употреблению во многих странах!

Если же ваш ребенок все-таки надышался краской, лаком, ацетоном, клеем или другими токсичными веществами, немедленно обратитесь к врачу.

Плесень

Обычно плесень появляется от сырости и у некоторых детей может вызвать аллергию. Чтобы предупредить появление плесени, чаще проветривайте квартиру. Мойте холодильник и кафель в ванной комнате специальными средствами.

Алкоголь

Даже малые дозы алкоголя могут причинить вред вашему малышу. Не оставляйте на столе бокалы и рюмки с недопитыми напитками и следите за ребенком, когда угощаете взрослых. Храните бутылки в хорошо закрывающихся шкафах.

Дамские сумочки

Сумка, стоящая на полу или лежащая на диване, представляет для любопытного малыша великий соблазн. А там – и таблетки, и монеты, и острая пилочка для ногтей, и булавки...

Разные мелочи

Бусинки и пуговицы ребенок обязательно потянет в рот. Чтобы этого избежать, держите квартиру в порядке и помните: от этого зависят здоровье и жизнь маленького человечка.

Ванная комната

- ♦ Всегда тщательно закрывайте двери ванной комнаты и туалета.
- ♦ Используйте специальный резиновый коврик, который крепится на дно ванны, – он обезопасит кроху от скольжения и неожиданного падения.
- ♦ Вода должна быть не горячее 35 °С, причем сначала нужно наливать холодную.
- ♦ Прежде чем посадить ребенка в ванну, измерьте температуру воды.
- ♦ Закрывайте радиаторы полотенцами.
- ♦ Держите бытовую химию и щетки в шкафчике с пружинной защелкой.
- ♦ Убирайте подальше косметику, фен, эпилятор, маникюрный набор, бритвы, дезодоранты.
- ♦ Держите глубокую посуду с водой вне зоны досягаемости крохи.
 - ♦ Чтобы не случилось беды, не разрешайте ребенку одному заходить в ванную комнату.
 - ♦ Ни на секунду не оставляйте ребенка в ванне или бассейне без присмотра, даже если рядом с ним находится его старший братик или сестренка.
 - ♦ Никогда не доливайте горячую воду, если ребенок уже сидит в ванне: он может обвариться. Следите за тем, чтобы из крана не капала горячая вода.

Ванна, туалет, надувной бассейн, аквариум и даже ведро с водой представляют собой потенциальную опасность для малыша. Иногда происшествие случается, когда мама отворачивается от малыша всего на пару секунд. Этого вполне хватает для того, чтобы кроха успел оказаться ниже уровня воды во время купания или игр в воде.

Имейте в виду, что даже подробные объяснения и многократные предупреждения об опасности не остановят любопытного ребенка.

Кухня

Самым опасным местом для ребенка в квартире или доме является кухня. Здесь происходит треть несчастных случаев. В значительной мере в них повинны технические предметы домашнего обихода: утюги, кипятильники, фритюрницы, пароварки, миксеры, тостеры, электромясорубки и др. Родители часто недооценивают их опасность для детей. Поэтому после использования немедленно убирайте эти предметы в такое место, куда ребенок не может добраться! Опасны также кипяток и другие горячие жидкости на плите, могущие вызвать тяжелые ожоги. Здесь родители должны проявлять особую бдительность. Кроме того, во всей квартире, в том числе на кухне, розетки должны быть снабжены специальным защитным устройством.

♦ Занимаясь приготовлением пищи, держите малыша подальше от плиты и кухонного стола. Для этого вполне подойдет детский стульчик.

- ♦ Помните, что конфорки, кастрюли и утюги остывают долго.
- ♦ Держите все приправы и уксус в шкафчике, закрытом на защелку.
- ♦ Постелите на пол нескользящее покрытие.
- ♦ Сразу же вытирайте все пролитое.
- ♦ Купите спиральные провода для электроприборов или укоротите имеющиеся.
- ♦ Храните пластиковые мешки и пакеты где-нибудь повыше.
- ♦ Убирайте подальше острые предметы (ножи, вилки, штопоры, ножницы), миксер, электромясорубку, кофемолку.

Ни в коем случае не оставляйте ребенка одного без присмотра на кухне в то время, когда там готовится на плите еда или включена духовка!

♦ Чтобы первые кулинарные опыты малыша не запомнились всей семье не только рассыпанной по всей кухне мукой, но и более серьезными неприятностями, будьте внимательны.

- ♦ Самое важное правило: кухня – это не место для шалостей и игр.
- ♦ Лучше всего, пока ребенок совсем маленький (до 2–3 лет), вообще не пускайте его на кухню во время приготовления еды.

Плита

Спокойно объясните своему ребенку, что нельзя подходить к газовой плите, иначе можно обжечься. Чтобы ему было понятнее, можете приложить его ручку к горячей, но не обжигающей плите. Но постарайтесь не переступить тонкую грань: вам не следует запугивать малыша близостью огня, вы должны дать ему понять, что огонь может быть опасен.

Дети очень часто получают ожоги кипятком. Чтобы этого избежать, оснастите плиту бортиком безопасности. Эта защитная решетка убережет кроху от ожогов, и он не сможет добраться до раскаленных конфорок или кастрюль, стоящих на плите. Если такого экрана у вас пока нет, придерживайтесь следующих правил безопасности.

- ♦ При возможности отключайте электроплиту от розетки, когда она не используется.
- ♦ Над газовой плитой перекрывайте газ.
- ♦ Не позволяйте ребенку баловаться с переключателями плиты, даже если она выключена, так как ему может понравиться такая опасная игра.
- ♦ Всегда ставьте кастрюли и сковородки с готовящейся пищей на дальние конфорки. Поворачивайте ручки сковородок к стене.
- ♦ Установите специальные заглушки на выключатели.

- ◆ Закрывайте сковороды крышками, тогда брызгающий жир не обожжет малыша.
- ◆ Следите за тем, чтобы закипающая жидкость не выплескивалась из кастрюль. Брызги могут не только обжечь, но и залить огонь конфорок. В таком случае ребенок рискует надыхаться газом, который опасен для его организма. По этой же причине перекрывайте вентиль подачи газа, если на выключателях плиты нет заглушек.
- ◆ Духовка должна иметь систему термозащиты или экран на дверце.
- ◆ На дверцу духовки установите специальный фиксатор, чтобы ребенок не смог заглянуть внутрь.
- ◆ Не позволяйте малышу дотрагиваться до дверцы духового шкафа.
- ◆ Не открывайте духовку, если ребенок стоит рядом, иначе горячий воздух может обжечь его дыхательные пути и глаза. Даже после выключения духовка еще долго остается горячей, поэтому следите, чтобы малыш к ней не подходил.

Стол

- ◆ Накрывая на стол, не ставьте на край кастрюли, тарелки и чашки с горячим содержимым, а ножи, вилки и другие острые предметы кладите ближе к центру, чтобы малыш не мог до них дотянуться.
- ◆ Детский стульчик поставьте так, чтобы он не соседствовал с плитой и не мешал вам сервировать стол, иначе вы можете обжечь ребенка.
- ◆ Постарайтесь обойтись без скатерти: малыши имеют привычку стаскивать скатерть вместе со всей стоящей на столе посудой на пол. При этом они себя подвергают опасности, так как в числе упавших со стола предметов может оказаться горячий чайник или кастрюля.

Мусорное ведро

Мусорное ведро ставьте в такое место, где малыш до него не доберется. Все, что находится в ведре, – консервные банки, осколки стекла, испорченные продукты, – может привлечь внимание ребенка и стать причиной серьезных неприятностей. Острый и опасный мусор лучше сразу отправлять в мусоропровод или мусорные баки.

Полиэтиленовые пакеты

Полиэтиленовые пакеты держите под строгим контролем. Дети часто надевают их себе на голову! При этом существует риск задохнуться.

Холодильник

- ◆ Поставьте блокиратор на дверцы холодильника и морозильной камеры. Тогда ребенок не сможет попробовать то, что лежит на нижних полках и ему не предназначено.
- ◆ Не ставьте на край полок и полочки дверцы тяжелые емкости и бутылки, чтобы они не упали, пока вы будете их открывать.
- ◆ Не храните на тех полках холодильника, до которых ребенок может дотянуться, лекарства и алкоголь.

Шкафы и шкафчики

- ◆ Снабдите дверцы шкафов блокираторами или замками, иначе на нижних полках вы сможете оставлять только безопасные для ребенка предметы.

- ♦ Расставьте посуду и кухонные принадлежности таким образом, чтобы они не выпали наружу, когда вы открываете дверцу.

- ♦ Ящик со столовыми приборами (ножами, ножницами и др.) оснастите фиксатором, который не позволит выдвинуть его полностью.

- ♦ Поставьте на дверцу шкафа со столовыми приборами и сыпучими веществами блокиратор створок, чтобы ребенок не смог его открыть. Чтобы малыш не прищемил пальцы дверью, поставьте на нее фиксатор.

Средства для мытья посуды

Имейте в виду, что в состав жидкости для мытья посуды входит каустическая сода, которая, если попадет в пищевод и желудок, может вызвать ожоги. Таблетки для посудомоечных машин также опасны. Поэтому спрячьте их подальше от своего малыша, чтобы он случайно не принял их за конфеты. Другие моющие средства тоже убирайте в недоступные для ребенка места.

Безопасность во время еды

Прежде всего следует придерживаться следующих правил.

♦ Для детского питания можно использовать только доброкачественные и свежие продукты.

♦ Во время приготовления пищи надо соблюдать самые строгие санитарные правила. Прежде чем приготовить овощи и фрукты, тщательно вымойте их и обдайте крутым кипятком.

♦ Нельзя давать ребенку блюда, приготовленные накануне.

Также очень важно соблюдать *правила безопасности во время принятия пищи*.

♦ Перед кормлением всегда удостоверьтесь, что малышу удобно сидеть у вас на коленях или на стульчике. Если малыш сидит на своем детском стульчике, убедитесь в том, что он надежно к нему пристегнут.

♦ После кормления не спешите класть младенца на спинку, подержите его несколько минут в вертикальном положении, давая ему возможность отрыгнуть. Иначе он может захлебнуться молоком, которое срыгнул.

♦ Если младенец сидит у вас на руках, в «кенгуру» или слинге, откажитесь от употребления горячих блюд и напитков – при первом неосторожном движении горячая жидкость может стать причиной ожога у крохи.

♦ Уберите подальше от проворных ручек малыша и горячий кофейник, и острый нож. Давайте ребенку теплые блюда, а не горячие, чтобы он не обжегся.

♦ Приучите своего малыша молчать во время еды. Тогда уменьшится вероятность того, что ребенок захлебнется или подавится. Не случайно есть такая старинная русская поговорка: «Когда я ем, я глух и нем».

♦ Пусть ваш малыш всегда будет под присмотром. Не оставляйте ребенка одного за столом, если на нем стоят горячие блюда, так как он может их опрокинуть.

♦ Все украшения для детского стола должны быть съедобными, красители – натуральными, а способы соединения – безопасными. Будьте осторожны с острыми зубочистками!

♦ Помните, что малыш наблюдает за вами и копирует ваше поведение за столом.

♦ Чтобы пища приносила пользу, есть надо в хорошем настроении, с добрыми мыслями. Совершенно недопустимо устраивать ссоры и семейные разборки за столом.

♦ Популярный сейчас леденец «Чупа-чупс» может быть опасным! Медики всего мира отмечают рост травм дыхательных путей этими леденцами. Повреждения гортани во время падения, выбитые зубы от случайного удара по палочке, торчащей изо рта, удушение карамелькой, попавшей «не в то горло», – вот лишь часть опасностей, которые скрываются в этом лакомстве. Поэтому, прежде чем дать «Чупа-чупс» своему малышу, обязательно договоритесь с ним о том, что он будет сосать его только в спокойной обстановке и сидя.

Обычные предметы, с которыми ребенок может играть, не подвергая себя опасности

Такие предметы можно найти в разных комнатах вашего дома. Оглянитесь, и вы найдете много подходящих безопасных предметов.

На кухне:

- коробки от печенья;
- пластмассовые емкости с крышками, которые можно укладывать друг на друга, вкладывать один в другой, подбирать по цвету или размеру;
- кухонный таймер, у которого можно вращать шкалу и устанавливать звуковой сигнал.

В ванной комнате:

- губки и мочалки, которые можно скручивать и протирать ими поверхности;
- емкости и бельевые прищепки, которые можно вкладывать и вынимать из емкостей или цеплять к краям.

В спальне:

- ваши чистые носки, которые малыш может натягивать на себя или, скатав из них шарик, кидать в пустую емкость;
- пустые сумочки или небольшие чемоданы, которые можно открывать и закрывать, закладывая в них игрушки и другие предметы и вынимая их оттуда.

Безопасность во время празднования Нового года

Чтобы праздник получился замечательным, важно подумать о безопасности вашего ребенка. Перед Новым годом внимательно осмотрите свой дом. Спрячьте от малыша подальше бытовую химию, колюще-режущие предметы, бытовые приборы.

Проверьте, хорошо ли закреплена сосна или елка. Она должна быть очень устойчивой! Следите за своим ребенком, когда он к ней приближается. Нарядная елка, украшенная стеклянными игрушками и мишурой, очень привлекательна для малыша. Естественно, у него возникает соблазн пожевать такую красоту. Таким образом, велик риск, что несъедобные предметы окажутся у малыша во рту, и в случае их попадания в желудок потребуются хирургическое вмешательство. Стеклянные елочные игрушки также представляют опасность для малыша. Он из любопытства может взять их в рот, разбить и при этом пораниться. Поэтому, чтобы этого избежать, возможно, стоит заменить стеклянные игрушки небьющимися или пластиковыми, при этом желательно, чтобы они были без мелких деталей. Хороши и нарядные атласные банты, украшения из фольги или бумаги.

Новогодняя елочка таит еще одну опасность – электрические гирлянды. Из-за резкого выдергивания шнуров и проводов можно получить электротравму. Обязательно проверьте исправность гирлянды во избежание пожара. Кстати, не только она может стать причиной пожара. В праздники в квартирах и домах одновременно работают телевизоры, магнитофоны и другие бытовые приборы. Зачастую электропроводка не выдерживает такой нагрузки.

Продумайте праздничное меню для детей. Несмотря на торжество, необходимо придерживаться диеты, которая полагается ребенку по возрасту. Иначе, отведав «взрослое», новое для него блюдо, он рискует получить расстройство желудка. А если ваш малыш страдает аллергией или другим заболеванием, то вам нужно быть особенно внимательными, чтобы он не попробовал какой-нибудь продукт, находящийся для него под запретом. Помните, у аллергии (и других хронических заболеваний) не бывает выходных или праздников!

Не оставляйте малыша наедине с домашними животными независимо от того, насколько они малы и безобидны. Ведь Новый год для животного – определенный стресс, который может сказаться на малыше не лучшим образом. Поэтому не стоит рисковать.

Периодически поглядывайте на ребенка, даже когда вместе с ним играют другие приглашенные дети. Во время праздника малышу требуется не меньше внимания, чем обычно, а может быть, даже больше.

Неотъемлемые атрибуты новогодних праздников – петарды и бенгальские огни. Не позволяйте малышу самому их зажигать, так как игрушка может взорваться в его руках. Покупайте пиротехнические изделия только заводского производства. К ним должна прилагаться инструкция по использованию и хранению. Информация об импортных изделиях должна быть на русском языке.

Если вы решили выйти на прогулку, возьмите с собой ребенка, не оставляйте его дома одного. На улице вам следует быть очень внимательными. Кроме нетрезвых граждан вы «можете встретить» взрывы петард и хлопушек. Малыш может испугаться неожиданного резкого звука, и, помимо этого, эти «чудеса пиротехники» действительно могут поранить. Поэтому следует держаться от них подальше. Не оставляйте своего ребенка без присмотра ни на минуту. Ежегодно в медпункты поступают малыши, выехавшие на санках на проезжую часть и попавшие под машину. Часты случаи ожогов, черепно-мозговых травм, сломанных зубов.

Особенно важно заранее объяснить малышу, что можно, а что нет. Если вы будете разговаривать с ним, как со взрослым, он, наверняка, это оценит и послушается вас.

Ребенок остается дома один

Наступит время, когда вам придется оставлять ребенка дома одного. В каком возрасте вы сможете это сделать, зависит в основном от вашего ребенка, но, наверное, он в состоянии прекрасно провести несколько часов в такой ситуации, когда ему исполнится 9—10 лет. *Важно, чтобы ребенок усвоил правила безопасности.*

♦ Научите ребенка пользоваться электроприборами. Напомните о том, что необходимо их выключать после того, как они «выполнили всю необходимую работу». И все-таки лучше, если ребенок не будет пользоваться некоторыми из них, например утюгом, в ваше отсутствие.

♦ Оставьте ребенку все необходимые телефоны, по которым он сможет найти вас или обратиться за помощью к другим людям. Ребенок должен знать, как и в каких случаях надо звонить в «скорую помощь», милицию и пожарную службу. У него обязательно должны быть телефонные номера соседей, родственников и ваших друзей. Чтобы ребенок смог легче в этом сориентироваться, вместе с ним изготовьте красочный плакат. Рядом с номерами спасательных служб поместите соответствующий рисунок или приклейте картинки – пожарную машину, врача, милиционера. Рядом с телефонами родственников можно поместить их фото или подписать их имена.

♦ Научите ребенка правильно отвечать на телефонные звонки. Объясните, почему нельзя называть звонящему свое имя, фамилию и адрес и говорить, что взрослых нет дома. Можете установить автоответчик. Тогда вы будете уверены в том, что он ответит так, как хочется вам.

♦ Научите своего ребенка пользоваться дверным глазком. Объясните, что нельзя открывать двери никому, даже соседям и другим взрослым, как бы они ни представились и что бы ни предлагали (сладости, игрушки и др.). Напомните ребенку те сказки, в которых коварные злодеи приходят в дом под различными предлогами и герой сказки попадает в беду.

♦ Перед тем как уйти, позаботьтесь о том, чем бы интересным мог заняться ребенок. Вместе с ним спланируйте его дела в ваше отсутствие, например «Ты можешь посмотреть мультфильмы, а потом порисовать. Когда я приду, я буду рада посмотреть твои новые рисунки».

♦ Не стоит пытаться убедить ребенка в том, что бояться нечего и вскоре он привыкнет быть дома один. В таком случае ребенок, возможно, и привыкнет, но не будет этому рад. Поэтому поговорите с ним о его страхах и опасениях. Таким образом, вы покажете ему, что вам безразличны его чувства. После этого заверьте ребенка, что все будет в порядке.

♦ Никогда не наказывайте ребенка перед своим уходом из дома. Ведь для любого человека нет ничего хуже, чем быть брошенным любимыми ему людьми. А для ребенка это означает еще и наказание беспомощностью. Именно так он себя чувствует, оставшись наедине со своими страхами. Когда в следующий раз вам понадобится оставить ребенка дома одного, он посчитает это несправедливым наказанием. В результате одиночество может начать ассоциироваться у него с чувством вины, обиды и злости.

Если ваш ребенок – лунатик

Сомнамбулизмом (снохождением) страдают впечатлительные и утонченные натуры. Причина состоит в нарушении работы нервной системы в то время, когда человек погружается в глубокий сон.

Если подобное повторяется 2–3 раза в год, то не стоит опасаться за психическое здоровье малыша. Скорее всего ночные приключения прекратятся сами по себе, когда укрепится нервная система. Имейте в виду, что подтолкнуть ребенка к прогулкам во сне могут эмоциональные перегрузки, болезни, долгое сидение перед экраном компьютера или телевизора.

Снохождение не требует специального лечения. Несмотря на это, нельзя быть уверенным в полной безопасности ребенка. Во время ночных хождений могут возникнуть опасные ситуации. Тяжелые травмы, которые малыш получает во время своих ночных хождений, – довольно частое явление, поэтому нужен контроль за тем, как ребенок ведет себя в такие моменты. Для того чтобы уследить за малышом, который захотел «прогуляться» среди ночи, снабдите дверь детской комнаты звонким колокольчиком. В целях безопасности покрепче запирайте окна в спальне малыша или установите на них плотные противомоскитные сетки. Уберите возможные препятствия на пути его блужданий. Если вы живете в двухэтажном доме, а детская комната находится на втором этаже, ставьте на ночь заградительные перила для лестницы, чтобы малыш во сне не упал вниз.

Так как вам нужно действовать, если вы проснулись ночью и видите, что ваш ребенок разгуливает по квартире с закрытыми глазами? Важно не волноваться и не паниковать. Будить лунатика нет смысла. Это лишь приведет его в замешательство. Постарайтесь не испугать ребенка. Обращаясь к малышу тихим ласковым голосом, осторожно отведите его к кровати, уложите. Утром не напоминайте ребенку о ночном происшествии. Сам он скорее всего о нем и не вспомнит.

Животные в доме

Многие малыши настойчиво требуют завести дома собаку, кошку, хомячка, рыбок, попугайчика... Ребенку хочется иметь домашнее животное, в основном чтобы самому кого-то любить, а не получать чью-то любовь. Он знает, что это незащищенное существо будет целиком от него зависеть, как он зависит от родителей. Оно займет важное место в жизни малыша и быстро сделает его своим другом.

Если вы согласны, постарайтесь повлиять на выбор ребенка, чтобы взятое в дом животное могло вписаться в ваш образ жизни. А кроме того, важно позаботиться о безопасности и физическом здоровье вашего малыша. Дело в том, что «домашний зверинец» может быть вреден и опасен для ребенка. Ведь зачастую домашние любимцы являются переносчиками многих патогенных микроорганизмов, вызывающих различные заболевания. Например, играя с больной кошкой или собакой, малыш может заразиться круглыми червями. А царапины кошек вызывают инфекционное воспаление лимфатических узлов – болезнь кошачьих царапин.

Если у вас в доме живет «живность», то, чтобы избежать неприятностей, относитесь к ней как к члену семьи: следите за чистотой, вовремя делайте прививки, выводите глистов, регулярно показывайте ветеринару, определите для своего любимца собственное место и следите за совместной игрой с ребенком. Но имейте в виду, что *малышу, страдающему аллергией, общение с животными вообще противопоказано.*

Собака

Кинологи советуют не заводить собак бездумно. Не все породы подходят для содержания в семьях, где есть дети. Важно узнать как можно больше о повадках животного и о грамотном уходе за ним.

Например, *стаффордшир-терьеры* страдают вспышками ярости, а *доберманы* часто имеют нестабильную психику. Некоторые собаки, даже отнюдь не бойцовских пород, могут укусить в ответ на самое нежное поглаживание. Такая собака чувствует себя вожаком стаи, которую для нее представляет человеческая семья.

Собаками-няньками традиционно считаются *леонбергеры, лабрадоры, бобтейлы, сенбернары, ньюфаундленды, колли.*

Что касается безопасности, то, если вы правильно ухаживаете за собакой, если уверены, что она здорова и от нее ребенку не передается инфекция, это не опасно. Но все-таки будет разумнее держать собаку подальше от малыша.

Кошка

Кошки способны весьма «оригинально» играть: кидаться на ноги из-за угла, впиваясь когтями в икры. Кошка может прыгнуть вам на колени, прося о ласке. Вы радостно принимаетесь гладить животное. И вдруг без всяких видимых причин кошка впивается когтями вам в руку. Ей просто надоели ваши ласки.

Существует довольно распространенное инфекционное заболевание, которое передается исключительно кошками, – **болезнь кошачьих царапин**. Именно поэтому врачи назвали его *фелинозом* – от латинского *felis*, что в переводе означает «кошка».

Ребенок зачастую даже не замечает лишнюю царапину, пополнившую длинный список его «боевых заслуг». А ведь именно через травмированную кожу возбудитель заболе-

вания попадает в организм человека. И поэтому любое повреждение, нанесенное малышу кошкой, может стать «входными воротами» для инфекции. Болезнетворные микробы живут в ротовой полости животного и при укусе легко проникают в кровь. Кошачьи царапины тоже представляют серьезную опасность, так как небольшое количество слюны попадает на когти животного при вылизывании лап.

Болезнь проявляется следующим образом: инфицированный укус постепенно заживает и ребенок чувствует себя как обычно. Но через 3—10 дней у малыша поднимается температура и увеличиваются лимфатические узлы, расположенные вблизи от укуса. Если кошка оцарапала руку ребенка, то у него распухают локтевые и подмышечные узлы, если ногу – то коленные и паховые. Эти припухлости не болят и не доставляют малышу неудобств. Но при этом повышается температура до 38 °С и держится в течение 7—10 дней. Иногда температура может достигать 38–39 °С и сохраняться до 3–4 недель. Сбить температуру очень трудно, так как антибиотики практически не действуют на возбудитель. Очень ярким симптомом болезни является воспаление уже зажившего укуса. Сначала появляется красное пятно, которое довольно быстро превращается в небольшой пузырек. Через несколько дней он лопається, и на месте царапины появляется маленькая язвочка, которая постепенно покрывается коркой. Это – единственный специфический признак заболевания, так как и лихорадка, и увеличение лимфоузлов встречаются и при других инфекциях.

В большинстве случаев больных детей не госпитализируют. Им рекомендуют постельный режим, обильное питье, жаропонижающие и местную терапию, которая уменьшает отек и воспаление лимфатических узлов. Если они нагнаиваются, то их пунктируют. В это время кошку необходимо изолировать от малыша, так как повторная царапина может привести дополнительную инфекцию, что осложнит течение болезни. Зато после выздоровления ваш малыш сможет спокойно играть со своим любимцем. После фелиноза у ребенка формируется стойкий иммунитет на всю жизнь.

Как известно, любую болезнь легче предупредить, чем вылечить, и поэтому большое значение нужно уделять профилактике.

Возбудитель фелиноза передается кошкам через блох. Поэтому нельзя подбирать уличных животных. Многие из них изначально являются носителями болезнетворных микробов и потенциально опасны для здоровья ребенка. Инфекционисты рекомендуют вымыть только что «приобретенного» кота «антипаразитным» шампунем и регулярно в течение 1–2 месяцев проверять его на наличие блох.

Объясните своему малышу правила обращения с кошкой: ее нельзя трогать, когда она ест, спит или озабочена потомством.

Если же животное все-таки оцарапало малыша, обработайте ранку перекисью водорода, а потом смажьте ее раствором йода. Это существенно уменьшит риск заболевания.

Английские зоологи считают, что характер кошки зависит от ее цвета.

Так, в результате многолетнего наблюдения выяснили, что *черно-белые кошки, черные и серые тэбби* (так называется окрас с любым рисунком) практически всегда дружелюбны и ласковы, они лучше других справляются со стрессами, они замечательные компаньоны.

Черные коты практически лишены агрессии, чего не скажешь о *трехцветных кошках* – именно их хозяева чаще всего жалуются на характер питомца.

Белые кошки с голубыми глазами тихие и робкие. Зоологи объясняют это тем, что они глуховаты.

Бурые тэбби ласковы, игривы и покладисты, легко мирятся с вычесыванием и купанием.

Длинношерстные кошки мягче, чем короткошерстные. Это идеальные домашние питомцы.

Голубые кошки (тэбби, одноцветные или с белым) дружелюбны, легко идут на контакт.

Покладистым характером обладают и *двухцветные кошки*.

А вот *рыжий цвет* в окрасе кошки говорит о ее дерзком нраве. Как правило, чем больше рыжего цвета, тем труднее с кошкой договориться. Если вашему рыжику покажется, что хозяева уделяют ему мало внимания, он может и отомстить.

Грызуны (декоративная крыса, хомяк, шиншилла, хорек)

Если вы хотите завести какого-нибудь грызуна, имейте в виду, что нередко эти животные являются источником *иерсиниоза*. Это довольно распространенная болезнь, вызываемая бактериями-иерсиниями, которые выделяются с испражнениями грызунов и остаются на шерсти. Животные болеют легко, а вот малышу может прийти несладко. Через 1–3 недели после заражения у ребенка возникает обычная кишечная инфекция, затем воспаляются лимфатические узлы в животе, вызывая боли, как при аппендиците. Нередко ребенка оперируют. Иерсинии вызывают поражения суставов и стойкую лихорадку. Но заразиться можно только от больного животного.

Диагноз несложно подтвердить определением антител. Его удастся поставить вовремя, если родители вспомнят о контакте с грызуном. Как правило, болезнь лечат антибиотиками.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.