

Правила предотвращения травматизма

- Нельзя играть и находиться в опасных местах: на стройках, в промышленных зонах, заброшенных домах, на крышах, чердаках, деревьях.
- Избегай контакта с электрическими проводами: это опасно для жизни и здоровья, т.к. провода могут находиться под напряжением.
- При грозе и молнии опасайся открытых пространств и не укрывайся под деревьями и высокими сооружениями. Лучше всего переждать непогоду в закрытом помещении, подальше от окон и дверей.
- Соблюдай правила безопасности при пользовании аттракционами и качелями: нельзя вставать во время движения аттракциона или во время раскачивания, не раскачиваться на большую высоту и т.п.; используй все страховочные приспособления.
- Не фотографируйся на высоте. При фотографировании на высоте (особенно селфи) высок риск падения.

- При катании на велосипеде, мопеде, скутере, роликах, скейтах и т.п. соблюдай правила движения: катайся в специально отведенных местах, избегай катания в местах движения транспортных средств, используй защитные средства: шлем, налокотники и наколенники; правильно выбирай снаряжение; прежде чем начать кататься, научись способу торможения; избегай высоких скоростей, следи за рельефом дороги, условиями на дороге.
- Железнодорожный транспорт – не место для испытания себя и получения адреналина. Соблюдай правила проезда в железнодорожном транспорте: нахождения на платформах, посадки и высадки пассажиров из вагона, поведения в вагонах; строго запрещено находиться на железнодорожных узлах, развязках и т.п., кататься на крышах, подножках, переходных площадках вагонов; переходи железнодорожные пути только в специально отведенных местах. Зацеперство – неадекватный способ самовыражения эмоционально незрелых людей, не пополняй их ряды!

Действия в ситуациях получения травм

- В любой ситуации травмы необходимо обратиться за помощью к взрослому и медицинским работникам.
- Сразу после травматизации, прежде всего, необходимо успокоить пострадавшего, понять находится ли он в сознании и какова степень тяжести травмы; нельзя оставлять пострадавшего без помощи.
- При незначительных ушибах и повреждениях можно оказать первую помощь пострадавшему в виде обработки раны антисептиком, прикладывания холодного предмета к месту ушиба.
- При значительных повреждениях уложить пострадавшего неподвижно, срочно сообщить о несчастном случае взрослому и вызвать скорую медицинскую помощь.
- При солнечном ожоге (ударе) необходимо обеспечить защиту от солнца (создать тень при помощи одежды, веток деревьев и т.п.), уложить пострадавшего в тени, дать воды, затем позвать на помощь взрослого или медицинского работника.
- При ожогах необходимо как можно скорее прекратить воздействие источника ожога, приложить к ожогу холодную, часто заменяемую салфетку, срочно сообщить о несчастном случае взрослому и вызвать скорую медицинскую помощь.
- При травме в результате контакта с электрическим током, наряду с возникновением ожога в месте соприкосновения, отмечаются нарушения в работе сердечно-сосудистой системы в виде аритмичного сердцебиения и прерывистого дыхания, необходимо незамедлительно вызвать скорую медицинскую помощь.

Лето – прекрасная пора, и при соблюдении элементарных правил безопасности оно будет источником счастливых впечатлений!