



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГБПОУ «СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
ЦЕНТР ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



Правила поведения на зимних каникулах



Врач-педиатр Центра охраны здоровья детей и подростков
ГБПОУ «Свердловский областной медицинский колледж»

Вольхина Инна Викторовна



Правила поведения в общественных местах во время проведения новогодних елок и в других местах массового скопления людей

1. На новогоднем представлении с не отходите далеко от детей, т.к. при большом скоплении людей легко затеряться.



2. В местах проведения массовых новогодних гуляний старайтесь держаться подальше от толпы, во избежание получения травм.



В людных местах необходимо:

Подчиняться законным предупреждениям и требованиям администрации, полиции и иных лиц, ответственных за поддержание порядка, пожарной безопасности.

Вести себя уважительно по отношению к участникам массовых мероприятий.

Не допускать действий, способных создать опасность для окружающих и привести к созданию экстремальной ситуации.

Осуществлять организованный выход из помещений и сооружений по окончании мероприятий.

При получении информации об эвакуации действовать согласно указаниям администрации и сотрудников правоохранительных органов, ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдая спокойствие и не создавая паники.



Правила поведения на общественном катке

Коньки нужно подбирать точно по ноге: только в этом случае голеностопные суставы получат хорошую поддержку, а вывихи и растяжения суставов будут практически исключены.

Лучше всего надевать коньки на шерстяные носки.

Шнуровать коньки нужно тщательно.

Коньки должны сидеть плотно, но перетягивать шнуровку нельзя, иначе ноги онемеют.

А потом смело вставай на коньки и катайся в свое удовольствие.



Во время нахождения на катке ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Бегать, прыгать, толкаться, баловаться, кататься на высокой скорости, играть в хоккей, совершать любые действия, мешающие остальным посетителям;
2. Бросать на лёд мусор или любые другие предметы. Пожалуйста, пользуйтесь мусорными баками;
3. Портить инвентарь и ледовое покрытие;
4. Выходить на лед с животными.
5. Применять взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества (в том числе пиротехнические изделия).
6. Во время катания на льду могут появляться трещины и выбоины. Во избежание неожиданных падений и травм нужно быть внимательными и аккуратными.



Безопасная горка



Выбор места для катания



Дети под присмотром



Используемое оборудование



Использование защиты



Положение при катании



Время катания



Одежда для катания

Правила пожарной безопасности во время новогодних праздников

1. Не украшайте елку матерчатыми и пластмассовыми игрушками.
2. Не обкладывайте подставку ёлки ватой.
3. Освещать елку следует только электрогирляндами промышленного производства.
4. В помещении не разрешается зажигать бенгальские огни, применять хлопушки и восковые свечи. **Помните, открытый огонь всегда опасен!**
5. Не следует использовать пиротехнику, если вы не понимаете как ею пользоваться, а инструкции не прилагается, или она написана на непонятном вам языке.
6. Нельзя ремонтировать и вторично использовать не сработавшую пиротехнику.
7. Категорически запрещается применять самодельные пиротехнические устройства.



Правила поведения зимой на открытых водоемах

1. Не выходите на тонкий неокрепший лед.

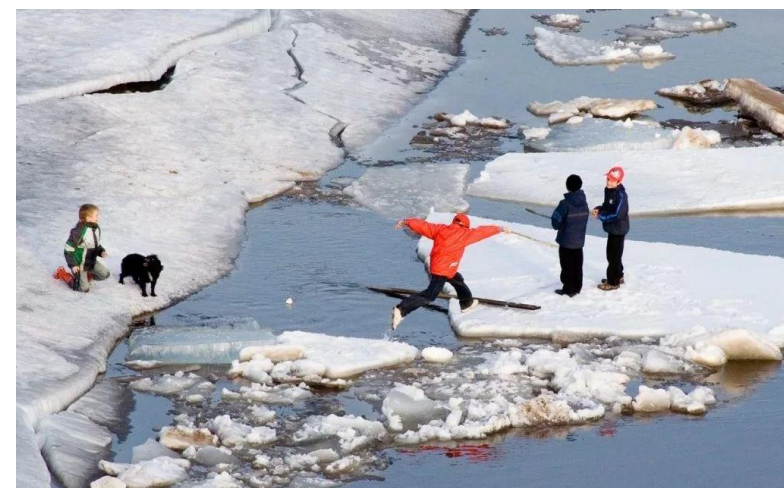
2. Места с темным прозрачным льдом более надежны, чем соседние с ним — непрозрачные, замерзавшие со снегом.

3. В случае крайней необходимости перехода опасного места на льду завяжите вокруг пояса шнур, оставив за собой свободно волочащийся конец, если сзади движется товарищ.

4. Помогая провалившемуся под лед товарищу, подавайте ему в руки пояс, шарф, палку и т. п.

5. Попав случайно на тонкий лед, отходите назад скользящими осторожными шагами, не отрывая ног ото льда.

6. При провале под лед не теряйтесь, не пытайтесь ползти вперед и подламывать его локтями и грудью.



Что делать, если Вы провалились под лед?

- не паниковать, не делать резких движений, стабилизировать дыхание;
- широко раскинуть руки в стороны и постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой;
- по возможности перебраться к тому краю полыньи, где течение не увлечет Вас под лед;
- попытаться осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, наползая грудью, лечь на край льда, забросить на него одну, а затем и другую ногу. Если лед выдержал, медленно, откатиться от кромки и ползти к берегу;
- передвигаться нужно в ту сторону, откуда пришли, ведь там лед уже проверен на прочность.



Дорожно-транспортный травматизм



Травмы на железнодорожном транспорте



Правила безопасности при общении с ЖИВОТНЫМИ

- Не кормите чужих собак и не трогайте их во время еды или сна.
- Не подходите к собаке, сидящей на привязи.
- Не приближайтесь к большим собакам охранных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, приблизившихся на определенное расстояние.
- Не делайте резких движений, общаясь с собакой или с ее хозяином. Собака может подумать, что вы ему угрожаете.
- Не трогайте щенков и не пытайтесь отобрать предмет, с которым собака играет.
- Всегда лучше отойти в сторону и пропустить идущих навстречу собаку с хозяином. Особенно если это происходит где-нибудь в узком месте.
- Не надо считать, что помахивание хвостом говорит о выражении собакой своего дружелюбия. Иногда это говорит о ее недружелюбном настрое.



Если собака нападет на вас



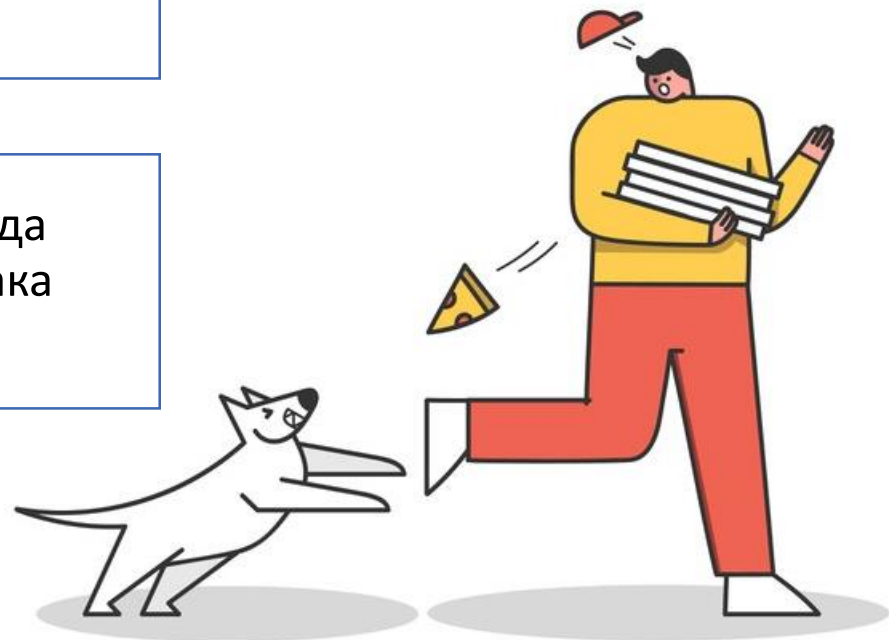
Если собака собирается напасть, иногда могут помочь твердо сказанные команды: «Фу!», «Стоять!», «Сидеть!».



Особенно следует опасаться приседающей собаки —она готовится к прыжку. На всякий случай лучше сразу защитить горло —для этого надо прижать палку или портфель.



Самое чувствительное место у собаки —нос. Иногда достаточно чем-нибудь попасть в него, чтобы собака убежала.



Если укусило животное

Если есть возможность, нужно тщательно промыть рану.

После этого постарайтесь остановить кровотечение, положите на рану стерильную повязку и обязательно обратитесь к врачу!



Признаки и симптомы обморожения:

Признаки переохлаждения:

- озноб и дрожь;
- нарушение сознания (заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение);
- посинение или побледнение губ;
- снижение температуры тела

Признаки обморожения конечностей:

- Потеря чувствительности поражённых участков;
- Ощущение покалывания или пощипывания;
- Побеление кожи (1-я степень обморожения);
- Волдыри (2-я степень обморожения);
- Потемнение и отмирание (3-я степень обморожения).



I степень



кожа белеет, затем краснеет и припухает, появляются покалывание и боль;

II степень



образуются волдыри с кровяным содержимым, возникает сильная боль;

III степень



происходит омертвление кожи и подкожных тканей;

IV степень



развивается омертвление глубоко расположенных тканей и костей.

Первая помощь при обморожении:



1. Уйти с холода. На морозе растирать и греть поражённые участки тела бесполезно и опасно.



2. На поражённую поверхность наложить теплоизоляционную повязку, например, такую: слой марли, толстый слой ваты, снова слой марли, а сверху клеёнку или прорезиненную ткань, обернуть шерстяной тканью.



3. Обмороженную руку или ногу можно согреть в ванне, **постепенно повышая температуру воды с 20 до 40 градусов и в течении 40 минут нежно (!) массируя конечность.**



4. Выпить тёплый и сладкий чай.

Необходимо отслеживать общее состояние и место обморожения в течение суток. Если появились симптомы 2-й и 3-й степени обморожения, срочно обратитесь к врачу.

Что НЕ следует делать при обморожении:

- **Растирать обмороженные участки тела снегом** (кровеносные сосуды кистей и стоп очень хрупки и поэтому возможно их повреждение, а возникающие микроссадины на коже способствуют внесению инфекции);
- **Быстро отогревать обмороженные конечности у костра или горячей воде** (это способствует тромбообразованию в сосудах, углубляя процессы разрушения поражённых тканей);
- **Употреблять алкоголь** (он расширяет сосуды и лишь даёт ощущение тепла, но не согревает на самом деле);



A festive Christmas border surrounds the central text. It features green pine branches, red and gold glittery ornaments, brown pinecones, and large red felt stars. The background is a plain white surface.

Благодарю за
внимание!