Как научить ребенка оказывать себе первую помощь?

Как научить ребенка оказывать себе первую помощь при порезах, ушибах и ссадинах? Разбитые коленки, порезы, ушибы и синяки - это непременные спутники веселого детства.

Если мама может справиться с этими проблемами довольно легко, потому что к ним привыкла, то сам ребенок очень редко знает, как оказать себе первую помощь.

Довольно часто дети начинают плакать и переживать, когда им больно. Даже маленький ушиб, может стоить всем окружающим покоя и тишины. Но, когда рядом нет взрослых, которые быстро прибегут на помощь, ребенку нужно научиться трезво смотреть на проблему и уметь с ней совладать. А это очень важно сформировать к поступлению в школу.

Важно рассказать ребенку о способах спасти себе жизнь так, чтобы не напугать его. Мы ведь в нём не панику хотим посеять в трудной ситуации. Объясните, что он может удариться, ему может быть больно, будет желание поплакать и пожалеть себя, но, если он видит, что рядом нет взрослых, придется самому быть взрослым. Дайте ребенку понять, что в некоторых ситуациях просто необходимо быть сильным и решить проблему, а не просто смотреть на неё. Основная информация, которую должны усвоить самые младшие дети – поставить в известность родителей, взрослых, детей старше себя по возрасту. Срочно звать всех, кто рядом. Кроме того, ребёнок должен знать, что в любой критической ситуации набирать телефон единой службы спасения **«112»** для вызова помощи.

Ребенок ударился головой.

Довольно часто в детских играх кто-то может удариться. Если ребенок ударился головой и чувствует, что у него растет шишка, пусть приложит к месту удара ткань и пакетик со льдом. Если таковых под рукой не оказалось, это может быть любой холодный предмет. Главное - чтобы он был чистым и не мог занести инфекцию.

Объясните своему непоседе, что если его вдруг начнет тошнить или появится сильная головная боль, нужно срочно звонить родителям и в скорую помощь.

У ребенка ушиб.

Если ребенок ударился, увидел кровоподтек, небольшой отек, то это ушиб. Чаще всего страдают коленки, локти, ягодицы и другие мягкие ткани. К пострадавшему месту нужно прикладывать холод: лед или другие подручные средства. 5 минут холода - 5 минут отдыха, чтобы не было обморожения. Затем ушибленное место нужно обмотать фиксирующим эластичным бинтом, но не сильно перетягивая, чтобы не нарушить кровоток.

Ребенок обжегся.

Если малыш заметил покраснение, припухлость, жжение и боль на месте, которым он только что прикоснулся к горячему чайнику, это ожог. Место ожога нужно подержать под струей холодной воды, пока боль не утихнет. Если появились волдыри, пусть ни в коем случае их не прокалывает - это чревато занесением инфекции и усугублением проблемы.

Место ожога нужно накрыть стерильной повязкой и обратиться к врачу. Если ожог серьезный, нужно срочно звонить в скорую помощь!

Кровотечение из носа.

Так у детей тоже бывает часто. Многие пугаются вида крови, переживая, что её так много, и остановить не получается. Важно запомнить: при кровотечении из носа нельзя ложиться и запрокидывать голову назад, потому что так можно захлебнуться кровью!

Нужно приложить к переносице смоченный в холодной воде платок или лед (если есть под рукой). После этого пусть возьмет себя за нос и крепко зажмёт его на 4-5 минут. Если кровотечение не остановилось - срочно звонить в скорую помощь!

ПУСТЬ ВАМ ВСЁ ЭТО НИКОГДА НЕ ПРИГОДИТСЯ!!!!