

FIRST AID

FOR THE UNDER 5s



Сделайте Ваш дом безопасным
Полезная информация



Третье издание

Russian

Полезная информация для обеспечения безопасности Вашего дома

Многие опасности легко заметить, но некоторые не так очевидны. Осмотрите Ваш дом и дома, которые Вы посещаете, всегда помните о том, что Вы можете предотвратить несчастный случай!

Безопасность в гостиной.

- Никогда не оставляйте ребенка на кресле, диване, кровати, т.к. они могут скатиться оттуда (уже в 2 месяца дети достаточно подвижны для этого).
- Все стеклянные двери и низко расположенные окна должны быть из безопасного стекла либо покрыты безопасной пленкой.
- Вся мебель, расположенная недалеко от окон, должна быть отодвинута так, чтобы не дать ребенку забраться по ней.
- Отключите розетки и накройте их защитными колпаками.
- Горячий напиток может обжечь ребенка даже через 15 минут после того, как Вы его приготовили. Держите горячие напитки вне зоны досягаемости детей, подальше от края стола либо рабочей поверхности и не оставляйте чашки на низких столиках.
- Никогда не держите ребенка и горячий напиток одновременно.

Безопасность в прихожей и на лестницах.

- Установите защитные ворота сверху и внизу лестницы.
- Лестницы всегда должны быть хорошо освещены. Не допускайте скопления вещей на лестнице.
- Держитесь за перила, когда спускаетесь по лестнице.

Безопасность в ванной комнате.

- Всегда наполняйте ванну сначала холодной водой, обязательно проверьте температуру воды локтем. Она не должна быть ни слишком холодной, ни слишком горячей.
- В ванной и душе должен использоваться коврик, который не даст Вам поскользнуться.
- Всегда сопровождайте ребенка в ванную комнату.

Безопасность в спальне.

- Не ставьте кроватку в непосредственной близости от радиатора чтобы не вызвать перегрева.
- Подберите матрас правильного размера для кроватки (расстояние между краем кроватки и матрасом не должно быть больше 1 см).
- Не используйте подушку в кроватке, т.к. она может вызвать удушье.
- Не рекомендуется использовать перьевое одеяло для детей младше 1 года.
- Не используйте дополнительные бортики в кроватке, т.к. это может привести к перегреву ребенка. Часто дети используют бортики как ступеньку, что может привести к несчастному случаю.
- Пространство, окружающее кроватку, должно быть свободным от различных вещей, в случае, если ребенок выпадет из кроватки.
- Только дети старше 6 лет могут использовать двухуровневые кровати.
- Всегда отключайте и убирайте выпрямители для волос в изолированную сумку после использования.

Безопасность на кухне

- Ножи и ножницы должны быть убраны из зоны досягаемости ребенка.
- В процессе приготовления пищи, всегда переворачивайте ручки посуды от края плиты. Никогда не оставляйте посуду на плите без присмотра.
- Скатерти на столах также могут представлять опасность, т.к. ребенок может потянуть край скатерти на себя.
- Держите все чистящие средства, медикаменты и алкоголь вне зоны досягаемости ребенка, на полках, расположенных высоко, желательно закрытыми на ключ. В случае необходимости оборудуйте шкафы, расположенные низко, замками.
- Используйте крепления с 5 ремнями безопасности в высоких стульях, колясках и сиденьях машины.

- Всегда придерживайте бутылочку при кормлении.
- Не разогревайте бутылочки в микроволновой печи, так как в жидкости могут быть участки с очень высокой температурой. Используйте приборы для подогрева бутылочек либо сосуд с горячей водой.
- Электрический чайник должен быть оборудован коротким проводом.
- Держите пластиковые пакеты, мешки для мусора и пакеты для одежды вне зоны досягаемости детей.
- Держите еду для животных, пластиковые бутылки и мусорные ведра подальше от детей.

Безопасность в саду

- Игровое оборудование должно быть хорошо укреплено, в рабочем состоянии и в отдалении от теплиц и заборов. Обеспечьте мягкую поверхность под оборудованием.
- Заполните песком пруд в саду, он станет отличной песочницей. Если пруд заполнить невозможно, то огородите его забором или накройте.
- Переверните игрушечные бассейны, садовые ведра и контейнеры так, чтобы они не собирали дождевую воду.
- Трамплины должны быть установлены на мягкой земле и не могут быть использованы несколькими детьми одновременно. Используйте защитные сетки и не оставляйте детей без присмотра.
- Держите садовый инвентарь и химикалии надежно запертыми. Держите их в маркированных контейнерах.
- Держите калитки и ворота закрытыми, удостоверьтесь, что заборы и изгороди не имеют зазоров, через которые ребенок может выйти на улицу.
- Всегда используйте защитные кремы в солнечные дни, одевайте ребенка, чтобы защитить кожу от ожогов.
- Всегда убирайте отходы Ваших питомцев в саду.
- Не забывайте, что установки для барбекю остаются горячими еще долгое время после использования.

Безопасность во время движения.

- Взрослые всегда должны сопровождать детей во время прогулок на велосипеде.
- Регулярно проверяйте тормоза, фары, шины, рефлекторы и высоту сиденья велосипеда.
- Всегда надевайте на ребенка защитный шлем

не только во время прогулок на велосипеде, но и во время катания на скейтборде, роликах, скутере и т.д.

- Поощряйте безопасное катание на велосипеде.
- Всегда проверяйте, правильно ли пристегнут ребенок и соответствует ли сиденье весу и росту ребенку.
- При пересечении улицы с коляской, имейте в виду, что коляска находится далеко перед Вами.
- Никогда не оставляйте ребенка одного в машине.

Общая безопасность

- Никогда не оставляйте ребенка наедине с питомцами.
- Никогда не ставьте стульчики на столы и рабочие поверхности.
- Закрепите провода и шнуры вне зоны досягаемости ребенка.
- Меняйте подгузники ребенку на полу на специальном коврике. Если ребенок скатится, существует меньшая вероятность того, что ребенок поранится.
- Отключайте от сети зарядные устройства для мобильных телефонов, когда не используете их.
- Вытирайте пол насухо чтобы не дать ребенку поскользнуться.
- Все ковры в доме должны иметь специальные подкладки с нескользящей поверхностью.
- Уберите все несоответствующие возрасту ребенка игрушки.
- Не позволяйте маленьким детям есть орехи, конфеты и кусочки твердых фруктов, так как они представляют опасность удушья.
- Не рекомендуется использовать детские ходунки, так как они увеличивают возможность несчастного случая и не поощряют желание ребенка ходить самому.
- Будьте особенно осторожны, когда гладите белье, так как ребенок может потянуть утюг за провод.
- Не забудьте передать в аптеку все неиспользованные лекарства.
- Никогда не давайте воздушные шары детям до 3 лет, так как существует опасность удушья, когда ребенок берет в рот остатки шарика.
- Никогда не курите в той комнате, где находится ребенок. Пассивное курение представляет огромную опасность для ребенка.

- Вы всегда должны иметь дома аптечку первой помощи.

Пожарная безопасность

- Держите зажигалки и спички вне зоны досягаемости ребенка, чтобы у него не возникало желания поиграть с ними.
- Детекторы дыма должны быть установлены на всех этажах. Проверяйте их рабочее состояние раз в неделю. Обратитесь в ваше местное отделение пожарной безопасности, чтобы установить один детектор бесплатно.
- Составьте план пожарной эвакуации и проинформируйте об этом семью.
- Всегда тушите сигареты полностью, опустошайте все пепельницы перед тем, как Вы идете спать и закрываете двери.

Дальнейшая информация и советы

Для дальнейшей информации по обеспечению безопасности и предотвращению несчастных случаев с участием детей, не достигших 5 лет

Поговорите с Вашим доктором

Либо

Позвоните по телефону (бесплатный номер) 0500202030 в рабочее время, чтобы пообщаться с представителем NHS Грэмпиан Помощь Здоровью.