

Падения

В современных домах с натертыми воском или покрытыми лаком полами, с шаткими переносными лестницами, пластиковыми стульями, ножки которых скользят, неустойчивыми табуретками, со скользящими по полу коврами факторы риска значительны. Это приводит к несчастным случаям чаще всего из-за невнимательности. Так, при падении с небольшого расстояния обычно имею место такие травмы: переломы конечностей и позвоночника; сотрясение мозга; вывихи; ушибы; ссадины. Случаются и более серьезные повреждения, но очень редко, менее 2% от всех случаев. Падение с большой высоты сопровождается опасными травмами: перелом позвоночника; разрывы внутренних органов; черепно-мозговые повреждения, кровоизлияния; множественные переломы костей конечностей, таза, ребер.

Научите детей осторожно, не спеша, спускаться по лестнице; если на пол проливается жидкость, нужно сразу же вытереть ее, чтобы не поскользнуться; не оставляйте предметы и игрушки на полу, чтобы не споткнуться; обращайтесь внимание на устойчивость стульев, переносных лестниц и т.д.; не садитесь на высокие табуретки перед открытым окном; приделайте защитную сетку к окну и какое-нибудь предохранительное устройство на балконе, предотвращающие выпадение; следите за тем, чтобы ковры плотно прилегли к полу, скажите родителям, чтобы их закрепили с помощью клейкой ленты; лестницы сами по себе, если они крутые или скользкие, являются наиболее частой причиной несчастных случаев; поднимаясь или спускаясь по лестнице, не несите перед собой пакетов, из-за которых не видно ступенек; не несите бутылки или другие хрупкие и опасные предметы; ни в коем случае не катайтесь по перилам; будьте внимательны, проходя через вращающиеся, а также стеклянные двери.

Падение предметов

Часто многие вещи не имеют точного и надежного места в доме. Находясь в неустойчивом положении, стопки книг, вазы с цветами, шкафы, разбросанные игрушки могут стать причиной происшествия. Лучший способ избежать его - всегда быть внимательным к тому, что нас окружает. Есть вероятность столкнуться с опасностью вблизи дома. Могут неожиданно обвалиться карнизы старых домов или плохо закрепленная черепица. Если вам нужно пройти вблизи незаселенного дома, лучше избежать риска и идти подальше от опасной площадки. Такая предусмотрительность желательна также зимой в холодных районах, когда под крышами домов образуются сосульки, которые во время оттепели срываются вниз и могут поразить как летящее с большой скоростью острое копьё.

Не задохнуться и не утонуть

У людей с нарушениями центральной нервной системы часто во время еды пища попадает в дыхательные пути. Удушье может наступить мгновенно или же спустя некоторое время в легких начинаются воспалительные процессы. Но эта опасность подстерегает не только пожилых людей. Достаточно проглотить куриную или рыбную косточку, чтобы обед закончился трагически. Часто это случается,

когда люди начинают говорить с полным ртом; при вдохе маленькие кусочки пищи могут попасть в трахею и вызвать тяжелые последствия. Есть два вида помощи, которую необходимо оказать в этом случае. Они зависят от возраста пострадавшего. При оказании помощи, пострадавшего надо нагнуть грудью вперед и четыре раза энергично ударить его по спине между лопатками раскрытой ладонью. Если это не дает результатов, надо вновь нагнуть его лицом вниз и взять его голову подмышку, подойдя к нему спереди, и сделать четыре быстрых энергичных надавливания снизу-вверх. Если человек кашляет, то, как правило, он сам в состоянии справиться с ситуацией и вмешательство в данном случае необязательно. Но если он теряет сознание, необходимо применять обычную технику приведения в чувство. **НЕМЕДЛЕННО ВЫЗВАТЬ ВРАЧА ИЛИ ПОЗВАТЬ НА ПОМОЩЬ (взрослого).** В ванне или в бассейне достаточно нескольких капель воды, попавших в трахею, чтобы вызвать состояние паники и полной потери контроля. Последствия этого очень тяжелые - человек может даже утонуть. Поэтому необходимо предусмотреть защитные приспособления в декоративных бассейнах и у колодцев.

Отравления

Отравления происходят практически всегда по небрежности: из-за использования Употребления в пищу фруктов, овощей, зелени, обработанных химических веществ, ядов и т.д. какими-то химикатами, из-за прикосновения к яду от грызунов без тщательного мытья рук. Иногда достаточно вдохнуть токсичное вещество, чтобы наступило отравление. Необходимо научиться оценивать опасность препаратов, внимательно изучать способ их применения. Помните: многие чистящие вещества и кислоты, служащие для уборки дома, имеют очень высокую степень токсичности. По степени и характеру опасности для человека бытовые химикаты можно разделить на четыре группы: • относительно безопасные. На их упаковках отсутствуют надписи, предупреждающие об опасности. Это мыло, чистящие и стиральные порошки, пасты, чернила, тушь, косметика; • опасные для глаз и кожи. На их упаковках есть предупредительные надписи, например: «Беречь от попадания в глаза», «Беречь от детей». Это отбеливающие, дезинфицирующие средства; • огнеопасные. На флаконах и баллончиках с такими веществами написано: «Огнеопасно», «Не хранить, не распылять возле огня», «Беречь от детей». Это препараты в аэрозольной упаковке — лаки, краски, растворители, бытовые средства для обработки растений и борьбы с насекомыми; • ядовитые с надписями на упаковках: «Яд!», «Ядовито!». Это в основном химические средства промышленного и лабораторного назначения, сильнодействующие препараты для борьбы с насекомыми и грызунами, для защиты растений на больших пространствах.

Запомните следующие правила: каждый препарат должен иметь свою упаковку и четкую, хорошо читаемую этикетку; никогда не используйте емкости от пищевых продуктов для хранения моющих и чистящих средств и других токсичных препаратов, в особенности бутылки из-под минеральной воды, тонизирующих напитков и соков; не ставьте их в кухонный шкаф рядом с пищевыми продуктами, а отведите для них специальное место. Около половины случаев отравлений вызвано

медикаментами, в остальных случаях "виновниками" становятся чистящие и моющие средства, пятновыводители, употребление в пищу грибов, испорченных или зараженных продуктов. К числу едких бытовых ядов относятся: кислоты (соляная, щавелевая, серная), скипидар, аммиак, бензин, отбеливающий раствор, воск для мебели, чистящие средства, дезинфицирующие растворы, фенол (карболовая кислота), йод, жидкость для зажигалок, керосин, каустическая сода, растворители.

Как вести себя в случае отравления этими веществами? Для этого необходимо вызвать рвоту; полезно обильное питье молока, воды, фруктовых соков; можно съесть сырое яйцо, картофельное пюре. Если пострадавший потерял сознание, положите его лицом вниз, голова должна быть ниже тазобедренной части туловища. К ядам относятся: мыло, болеутоляющие и снотворные лекарства и другие медикаменты. Если пострадавший принял одно из этих веществ в угрожающей дозе, ему нельзя пить и есть, а надо вызвать рвоту, нажав на корень языка ложкой или пальцами, или же дать ему выпить раствор воды с двумя чайными ложками соли или слабый раствор марганцовки. Затем немедленно доставить его в больницу. Соблюдение данных правил, обеспечит отсутствие отравлений хим.веществами в быту.

Чтобы избежать пищевого отравления: не приобретайте и выбрасывайте продукты, срок хранения которых истек, а также консервы со вздутыми крышками и те, из которых выходит газ в момент вскрытия; употребляйте только те грибы, которые хорошо знаете (или лучше вообще откажитесь от употребления грибов); если какой-либо продукт вызывает подозрение - несвойственным вкусом, запахом и т.д. - смело выбрасывайте его; будьте внимательны с залежавшимся мясом, особенно с потрохами; Соблюдая данные правила можно избежать пищевых отравлений.

Домашние инструменты

Женщины на кухне постоянно пользуются ножами, ножницами, мясорубками и другими инструментами и очень часто подвергаются риску получить резаную рану. Поэтому: будьте очень внимательны, не отвлекайте человека, когда он режет хлеб, колбасу или мясо. Сами старайтесь не трогать данные бытовые и кухонные приборы!!!

Всегда помните о хрупкости стекла и связанной с ним опасности, когда соприкасаетесь с витражами, зеркалами и посудой. А в случае с ножом (если без него никак не обойтись) будьте **ПРЕДЕЛЬНО ВНИМАТЕЛЬНЫ!!!!** и в случае пореза: не трогайте его грязными руками, чтобы не занести инфекцию; промойте порезанное место водой с мылом, не лейте раствор йода на саму рану, но продезинфицируйте ее, чтобы достигнуть максимальной чистоты; если рана вызвана колющим предметом (гвоздем, железом и т.п.) выпустите немного крови, чтобы не занести инфекцию и обеспечить дальнейшую чистоту; после того, как приложите стерильную марлю, перевяжите и попросите врача сделать противостолбнячную прививку, даже если рана небольшая.