

0–3
года



Информация по предотвра- щению несчастных случаев для родителей



Федеральное трудовое общество
«Mehr Sicherheit für Kinder e.V.»

Дорогие родители, воспитатели и опекуны,

все родители хотят, чтобы их ребёнок рос в безопасных условиях. Мелкие неприятности и неудачи являются неотъемлемой частью развития ребенка, однако несчастных случаев с серьёзными последствиями следует избегать. Для этого нужно лишь соблюдать ряд несложных правил.

Как показывает практика, чаще всего несчастные случаи происходят с младенцами и маленькими детьми дома. Каждые 17 секунд один ребёнок в Германии получает травму, требующую медицинского вмешательства.

Таким образом, несчастные случаи представляют серьёзную угрозу для здоровья детей.

При этом большинство родителей знают о том, какие ситуации и продукты могут быть опасными. Данная брошюра содержит более подробную информацию о том, как уберечь младенцев первого года жизни и детей до трёх лет от несчастных случаев.

Ваши дети старше? Перейдите по ссылке www.kindersicherheit.de, чтобы ознакомиться с брошюрой по предотвращению несчастных случаев среди детей в возрасте от трёх до шести лет.

**Ваше Федеральное трудовое общество
«Mehr Sicherheit für Kinder e.V.»**



0–12 месяцев



В первые месяцы жизни вашему ребёнку приходится сталкиваться с целым рядом «задач»: нужно найти баланс между голодом и насыщением, выработать график сна, научиться контролировать своё тело и движения.

3 месяца



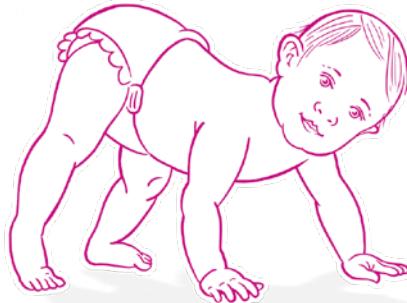
В три месяца ребёнок всё больше бодрствует, интересуется окружающей действительностью и стремится познавать мир. Малыш уже может держать голову, когда лежит на животе или сидит на коленях у взрослого.

3–7 месяцев



го. Именно в этот период дети начинают самостоятельно переворачиваться. Сначала на бок, затем с живота на спину и, наконец, со спины на живот.

7–10 месяцев



Примерно в семь месяцев ребёнок начинает изучать своё жизненное пространство, ползая на животе или коленях. Теперь он или она уже может самостоятельно двигаться вперёд.



10 месяцев

К концу первого года жизни ребёнок обычно умеет садиться и уверенно сидеть. Теперь обе руки малыша свободны, чтобы щупать, хватать и играть.

9–15 месяцев

В этом возрасте некоторые дети начинают становиться на ноги и пробовать делать первые шаги.

С каждым днём ребёнок всё более умело владеет своими руками и пальцами и к концу первого года жизни уже может подобрать с пола малейшую крошку и соринку.



Чем любопытнее, сильнее и подвижнее ребёнок, тем больше внимания требуется со стороны окружающих его взрослых. Ведь опасные ситуации нередко возникают из-за того, что родители не поспеваю за прогрессом в развитии их ребёнка.

Приведенные ниже рекомендации помогут обеспечить безопасность в ситуациях, в которых с детьми данной возрастной группы часто происходят несчастные случаи:

- » **Лежание и сон**
- » **Пеленание**
- » **Купание**
- » **Приготовление пищи и домашнее хозяйство**
- » **Первые шаги**
- » **Перевозка в коляске, на велосипеде и в автомобиле**

0–12 месяцев

Лежание и сон



- » Уберите подальше от ребёнка мелкие предметы и храните их вне зоны досягаемости для малыша.
- » Укладывайте ребёнка спать в спальный мешок без мягких и других игрушек.
- » Избегайте перегрева. Залогом идеального климата в детской является температура от 16 до 18 градусов по Цельсию.
- » Следите за тем, чтобы ребёнок спал на спине.
- » Установите в своей спальне отдельную кроватку для ребёнка.





0–12 месяцев

Пеленание



- » Не оставляйте ребёнка без присмотра на пеленальном столике.
Постоянно придерживайте ребёнка рукой.
- » Не отвлекайтесь в процессе пеленания.
- » По возможности установите пеленальный столик в углу
помещения, чтобы он был огорожен с двух сторон.
- » Держите всё необходимое для пеленания
в непосредственной близости.
- » Если ребёнок беспокойный, лучше пеленать его/её на полу.

0–12 месяцев

Купание



- » Постоянно следите за ребёнком во время купания.
Ребёнок может захлебнуться даже в малом количестве воды.
- » Поддерживайте ребёнка под затылок, не отпуская.
- » Не поручайте присмотр за малышом старшему ребёнку (брату или сестре, другому ребёнку в доме).
- » Обязательно проверьте температуру воды перед купанием. Она должна составлять от 36 до 38 градусов.
- » Не используйте электрические устройства во время купания ребёнка.





0–12 месяцев

Приготовление пищи и домашнее хозяйство



- » Следите за тем, чтобы ребёнок находился в безопасном месте, когда вы занимаетесь домашним хозяйством.
- » Не оставляйте рядом с ребёнком горячие напитки или другие жидкости.
- » Кормите ребёнка только продуктами, соответствующими его возрасту, не давайте малышу орехи, косточки, мюсли или целые ягоды.
- » Не устанавливайте рядом с ребёнком электрические устройства. Следите за тем, чтобы кабели электроприборов (например, чайника или утюга) не свисали вниз.
- » Оснастите все розетки защитой от детей, в том числе многоконтактные штепсели, кабельные барабаны и внешние розетки.
- » Храните чистящие средства и прочие химические вещества в закрытых оригинальных упаковках вне зоны досягаемости ребёнка.

0–12 месяцев

Первые шаги



- » Обезопасьте пути перемещения ребёнка, закройте углы и края мебели мягкими накладками.
- » Не надевайте на ребёнка скользкие носки и неподходящую обувь.
- » Закройте подходы к лестницам и другие опасные места (например, духовку) защитными решетками.
- » Не используйте так называемые ходунки, поскольку они часто становятся причиной несчастных случаев.





0–12 месяцев

Перевозка

в коляске, на велосипеде и в автомобиле

- » Пристёгивайте ребёнка, который уже может сидеть, ремнём в коляске, поскольку малыш может выпасть.
- » Когда коляска не двигается, в том числе в автобусе или поезде, обязательно ставьте её на тормоз.
- » Ребёнка, который уже может самостоятельно сидеть (то есть примерно с девяти месяцев), можно перевозить в детском кресле на велосипеде.
- » Не спешите, застёгивайте ремень так, чтобы он плотно прилегал к телу ребёнка.
- » Устанавливайте детское кресло правильно, по возможности — спиной к направлению движения.
- » Если детское кресло установлено на сиденье переднего пассажира, отключите подушку безопасности.



1–3 года



На втором году жизни ребёнок учится всё более искусно владеть своим телом. Малыш пытается ходить, держась за руки взрослых, мебель и стены.

Примерно в 18 месяцев ребёнок уже уверенно ходит. Теперь он/она испытывает свои силы в саду, на игровой площадке и в дороге.

Малыш учится подниматься по ступенькам и взбираться на стулья. Возможно, ребёнок уже умеет открывать выдвижные ящики и шкафы и



9–18 месяцев



даже откручивать крышки ёмкостей. Он/она хочет испробовать всё, что уже умеет. Ребёнок всё лучше управляет собственным телом.

В этом возрасте тяга малыша к познанию и изучению практически безгранична.

Важно знать

Дети развиваются по-разному — каждый по-своему и в своём темпе. Поэтому приведенные здесь этапы развития моторики носят скорее ориентировочный характер.

18 месяцев

Детские транспортные средства пользуются большой популярностью. Ребёнок учится кататься на трёхколёсном велосипеде и беговеле.

Чем активнее ребёнок, тем больше внимания требуется со стороны окружающих его взрослых. Ведь опасные ситуации нередко возникают из-за того, что родители не по-

2,5–3 года



2–3 года

Приведенные ниже рекомендации помогут обеспечить безопасность в ситуациях, в которых с детьми данной возрастной группы часто происходят несчастные случаи:

- » **Игры дома**
- » **Приготовление пищи и домашнее хозяйство**
- » **Приём пищи**
- » **Игры в воде и у воды**
- » **В саду**
- » **На игровой площадке**
- » **Передвижение пешком, на беговеле и в автомобиле**

спевают за прогрессом в развитии их ребёнка.

Детское любопытство также сопряжено с риском отравления, получения ожогов и падения.



1–3 года

Игры дома



- » Мелкие детали игрушек создают опасность удушения для детей до трёх лет. Поэтому следует использовать только игрушки, соответствующие возрасту ребёнка.
- » Не надевайте на ребёнка длинные цепочки или шарфы во время игры. В процессе игры цепочки, шарфы или шнурки могут обмотаться вокруг шеи малыша и пережать дыхательные пути.
- » Не оставляйте ребёнка без присмотра в помещениях с открытыми окнами или балконными дверями. Уберите предметы, на которые может взобраться ребёнок. Оснастите ручки окон и дверей блокировочными механизмами.
- » Надёжно прикрутите полки и тяжелую мебель к стенам винтами, чтобы они не упали.
- » Установите на верхних и нижних площадках лестниц защитные решетки.

Приготовление пищи и домашнее хозяйство



- » Не устанавливайте рядом с ребёнком электрические устройства. Следите за тем, чтобы кабели электроприборов (например, чайника или утюга) не свисали вниз.
- » Во время приготовления пищи используйте задние конфорки и разворачивайте ручки стоящих на плите кастрюль и сковородок назад.
- » Установите на плиту защитную решётку. Не остужайте духовку с открытой дверцей.
- » Храните чистящие средства вне зоны досягаемости для ребёнка и никогда не заливайте их в бутылки из-под напитков.
- » Не оставляйте в свободном доступе острые ножи.
- » Закрывайте дверцы стиральной и посудомоечной машины.





1–3 года



Приём пищи

- » Никогда не оставляйте ребёнка сидеть в стульчике для кормления без присмотра. Малыш активно двигается, и стульчик может перевернуться.
- » Откажитесь от использования скатертей и горящих свечей.
- » Кормите ребёнка только продуктами, соответствующими его возрасту, не давайте малышу мелкие, твёрдые кусочки, которые легко проглотить, например, орехи, семечки или ягоды.
- » Следите за тем, чтобы ребёнок не добрался до кастрюль и других ёмкостей с горячими жидкостями.

Игры в воде и у воды



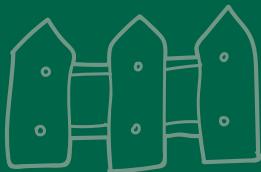
- » Никогда не оставляйте ребёнка в ванне без присмотра.
- » Не поручайте присмотр за малышом старшему ребёнку (брату или сестре, другому ребёнку в доме): он/она ещё не в состоянии нести ответственность за других детей.
- » Не полагайтесь на сиденья для купания, нарукавники и прочие вспомогательные приспособления. Они не гарантируют достаточную безопасность.
- » Находясь в бассейне, на побережье или на пляже, постоянно следите за ребёнком.
- » Не разрешайте ребёнку играть в ручьях.





1–3 года

В саду



- » Уберите все колющие и острые устройства и инструменты.
- » Огородите садовые пруды и надёжно закройте ёмкости для сбора дождевой воды.
- » Уберите все ядовитые растения и грибы.
- » Строго соблюдайте инструкции по монтажу игрового оборудования, постоянно проверяйте его на предмет износа и наличия дефектов.
- » В процессе приготовления пищи на гриле следите за тем, чтобы гриль был установлен на устойчивую поверхность. Никогда не используйте для разжигания гриля зажигательные вещества, например, спирт, и следите за тем, чтобы ребёнок не подходил близко к грилю.

На игровой площадке

- » Дайте ребёнку достаточно времени для практики. Не поднимайте ребёнка на оборудование для лазания, на которое он не может взобраться самостоятельно.
- » На время игры и лазания снимите с ребёнка шлем и шарф: ремень шлема может передавить горло, зацепившись за что-нибудь.
- » В случае обнаружения дефектов или неисправностей оборудования сообщите об этом оператору игровой площадки.
- » Не отвлекайтесь на мобильный телефон или других людей.





1–3 года

Передвижение пешком, на беговеле и в автомобиле



- » На пешеходных дорожках всегда держите ребёнка за руку и ведите его со стороны, удалённой от проезжей части.
- » Разрешайте ребёнку кататься на беговеле только в стороне от проезжей части, на территории без автомобилей.
- » На время катания на беговеле или роликах обязательно надевайте на ребёнка шлем и устойчивую обувь.
- » Следите за тем, чтобы детское кресло соответствовало возрасту, росту и весу ребёнка.
- » Соблюдайте инструкции по монтажу детского кресла и правильно пристёгивайте ребёнка.
- » Во избежание угрозы, которую представляют другие транспортные средства, ребёнок должен садиться в автомобиль и выходить из него только со стороны тротуара.

При покупке детских товаров и игрушек

Покупка «всеми органами чувств»

При покупке игрушки используйте все органы чувств, чтобы получить правильное представление о её качестве и безопасности: внимательно осмотрите игрушку, прочитайте надписи на ней, ознакомьтесь с предупреждениями и инструкциями по использованию. Более подробные указания по технике безопасности, сертификаты качества и стандарты для детских товаров и игрушек приведены в нашей базе данных товаров.

Обратите внимание на качество обработки, ознакомьтесь с **указаниями по технике безопасности и предупреждениями**

Смотрите



Слушайте

Игрушки, издающие громкие звуки, могут представлять опасность

Откажитесь от товаров с **сильным запахом**



Нюхайте

Пробуйте



Поверхности должны быть **устойчивы к воздействию слюны и пота**

Убедитесь, что у игрушки нет **острых углов и краёв**, и потряните её, чтобы проверить надёжность фиксации деталей.

Трогайте



Первая помощь

Основные правила и приёмы



- » Самое важное при любом происшествии: **сохранять спокойствие!**
- » Успокойте ребёнка и устраниите основную опасность.
- » Быстро составьте общее впечатление о ситуации и блокируйте опасные места.
- » Осмотрите ребёнка на предмет наличия травм, проверьте его дыхание и сердцебиение.
- » При необходимости начните делать искусственное дыхание и массаж сердца.
- » Не оставляйте ребёнка одного и позовите на помощь.
- » В случае отсутствия сердцебиения и дыхания немедленно позвоните в службу экстренной помощи 112.

Более подробная информация приведена в нашей брошюре «Первая помощь — несчастные случаи с детьми. Быстрое руководство для любой семьи».

www.kindersicherheit.de/service/bestellservice.html





Выходные данные

Для получения более подробной информации о безопасном и здоровом воспитании ребёнка
перейдите по ссылкам:

www.kindergesundheit-info.de
www.kindersicherheit.de
www.kindersicherheit.de/produktsicherheit/datenbank.html
www.bfr.bund.de/de/apps_vergiftungsunfaelle.html

**Федеральное трудовое общество
(Bundesarbeitsgemeinschaft – BAG)
«Mehr Sicherheit für Kinder e.V.»**

BAG — это национальная профессиональная сеть по предотвращению несчастных случаев с детьми. Данное некоммерческое объединение стремится привлечь внимание общественности к теме несчастных случаев среди детей с целью снижения количества связанных с нечастными случаями травм в Германии.

Контактные данные

Bundesarbeitsgemeinschaft
Mehr Sicherheit für Kinder e.V.
Christian-Lassen-Str. 11a · 53117 Bonn
www.kindersicherheit.de

Специалист, ответственный за содержание

Андреас Кальбиц

Редактирование и текст

София Шмиц и Кристиан Зайвальд

Оформление

Alf Germanus Grafische Erzeugnisse

Фото

Adobe Stock

Печать

WIRmachenDRUCK GmbH

Тираж

1000, 1-й тираж, по состоянию на
09/2021

Адрес для заказа

[www.kindersicherheit.de/service/
bestellservice.html](http://www.kindersicherheit.de/service/bestellservice.html)

При поддержке
Федерального центра медицинского просвещения
по заказу
Федерального министерства здравоохранения





Федеральное трудовое общество
«Mehr Sicherheit für Kinder e.V.»