

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](http://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



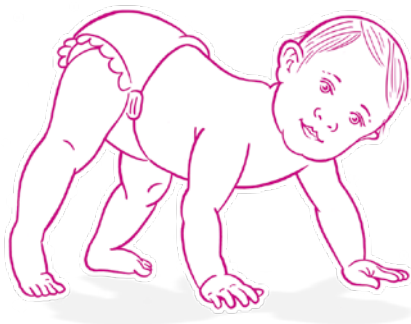
В три месяца ребёнок всё больше бодрствует, интересуется окружающей действительностью и стремится познавать мир. Малыш уже может держать голову, когда лежит на животе или сидит на коленях у взросло-

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

## 3–7 месяцев



## 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 подбирать 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 успевают 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 движется, 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.



**18 месяцев**

## Важно знать

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

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

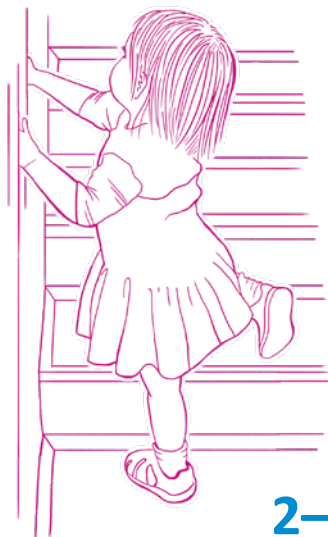
Чем активнее ребёнок, тем больше внимания требуется со стороны окружающих его взрослых. Ведь опасные ситуации нередко возникают из-за того, что родители не по-

**2,5–3 года**



спевают за прогрессом в развитии их ребёнка.

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



**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



1–3 года

# Игры дома



- » Мелкие детали игрушек создают опасность удушья 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 шнуры 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.



1–3 года

# 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 решетку. 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.

1–3 года

# Игры в воде и у воды

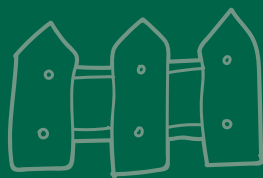


- » **Никогда не оставляйте ребёнка в ванне без присмотра.**
- » **Не поручайте присмотр за малышом старшему ребёнку (брату или сестре, другому ребёнку в доме): он/она ещё не в состоянии нести ответственность за других детей.**
- » **Не полагайтесь на сиденья для купания, нарукавники и прочие вспомогательные 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.



1–3 года

# 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 потрясите её, чтобы проверить надёжность фиксации деталей.

Трогайте



# Первая помощь

## Основные правила и приёмы



» Самое важное при любом происшествии: сохранять спокойствие!

» Успокойте ребёнка и устраните 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](http://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](http://www.kindergesundheit-info.de)  
[www.kindersicherheit.de](http://www.kindersicherheit.de)  
[www.kindersicherheit.de/  
produktsicherheit/datenbank.html](http://www.kindersicherheit.de/produktsicherheit/datenbank.html)  
[www.bfr.bund.de/de/apps\\_  
vergiftungsunfaelle.html](http://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 несчастными случаями травм в Германии.

## **Контактные данные**

Bundesarbeitsgemeinschaft  
Mehr Sicherheit für Kinder e.V.  
Christian-Lassen-Str. 11a · 53117 Bonn  
[www.kindersicherheit.de](http://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.»