

## Катания на санках: правила безопасности

Одно из любимых развлечений детей и взрослых – кататься с горки на санках или ледянках. Этот вид прогулки многим по душе. Но, к сожалению, порой катание с горки заканчивается неприятностями...

Причина кроется как в неосторожности, так и в несовершенстве конструкции санок, и в непригодности городских горок для детских забав. Наибольшее распространение сейчас получили четыре вида санок: ледянки (пластиковые или металлические), низкие пластиковые корыта с оштампованными полозьями, относительно высокие деревянные или металлические санки и снегокаты – санки с рулевым управлением. Ни одно из этих устройств не является безопасным.

Ледянки, особенно большие, сделанные в виде таза, абсолютно неуправляемы. На широкой, покрытой льдом горке затормозить или изменить направление движения невозможно.

Поэтому, прежде чем отпустить ребенка кататься на горку, пойдите и посмотрите, что представляют собой склон и выкат с него – нет ли там опасных препятствий в виде камней и торчащих из земли металлических прутьев, железок.

Не упирается ли склон в забор. Травматологи отмечают: наиболее распространенные травмы у детей, катавшихся на ледянках, – ушибы, рваные раны мышц, голени, бедра и ягодиц, травмы головы, коленок и локтей.

Небезопасны и обычные металлические санки.

В рыхлом снегу они застревают, поэтому дети стараются найти укатанный или ледяной склон. А на льду 4-5 летним малышам управлять металлическими санками ничуть не проще, чем ледянками.

Ребята постарше как-то ухитряются справляться с таким экипажем, но часто выезжают на проезжую часть. В городах почему-то большинство горок, где катаются дети, выходят на мостовую. И каждую зиму подростки получают травмы, оказавшись на пути машин после спуска на санках с горы.

А еще на металлических санках дети любят прыгать с небольших трамплинов. Занятие с виду вполне безобидное. Но травматологи предупреждают: такие прыжки часто становятся причиной травм позвоночника, сотрясения мозга и переломов предплечья.

В магазинах и на рынках сейчас большой выбор управляемых санок («Чук и Гек», «Аргмак»), а также масса их импортных аналогов. И действительно, на снегу они неплохо подчиняются седоку, но для катания по льду не годятся совершенно: на поворот руля не реагируют, а остановить их при помощи тормоза ребенку бывает очень трудно. Отсюда – падения, травмы, причем из-за высокой посадки это чаще всего травмы головы и рук.

Но наибольшую опасность представляют пластиковые санки-корыта.

На ледяном склоне они развивают сумасшедшую скорость! И при этом абсолютно неуправляемы!

Кроме того, при ударах о жёсткие препятствия пластиковые корыта дают трещины и разламываются на длинные острые осколки.

Падения с таких санок и удары о препятствия приводят к тяжёлым повреждениям рук, ног, позвоночника и головы.

Одна из самых неприятных «саночных» травм – ушиб или перелом копчика – рудиментарного фрагмента позвоночного столба, состоящего из 5-6 позвонков.

В копчике соединяются 15 нервов из таза и промежности, последствия травмы нехорошие. Если ребенок получил травму копчика, переверните его на живот, положите холодное на копчик, подержите немного – и скорее к врачу.

Отправляя ребенка на горку, постарайтесь заставить его надеть толстую шапку, наколенники, налокотники, предназначенные для катания на роликовых коньках.

Не позволяйте детям кататься без варежек.