

## **Предупредить и спасти**

Подростки по-прежнему проверяют на прочность этот мир, родителей и себя. Они не очень-то изменились за последний век, но изменился мир вокруг них. 10 лет назад они катались на роликах, скейтбордах и велосипедах, сегодня – снимают собственные трюки, взбираются на здания без страховки или прыгают по вагонам электричек. Результат – сегодня смертность российских подростков в возрасте от 15 до 19 лет в 3-5 раз выше, чем в странах ЕС.

У каждого подростка сегодня есть возможность завоевать популярность у тысяч себе подобных, снимая видео про то, как он делает что-то такое, что другим не под силу. Отсюда стремительный рост популярности паркура, прыжков с тарзанками и других экстремальных увлечений и, как следствие, эпидемии несчастных случаев. Падение с высоты более трех метров почти всегда приводит к смерти, а те, кому повезло, остаются в инвалидной коляске на всю жизнь.

Променять на лайки

По данным статистики, за последние 10 лет 2,5 млн детей и подростков получили черепно-мозговые травмы, из них 43 тыс стали инвалидами, а более 16 тыс погибли. Причем мальчики получают травмы значительно чаще девочек. Медицинские работники отмечают, что показатели по детскому травматизму значительно выше в крупных городах, чем в целом по России. Возможно, у детей из мегаполисов просто выше шансы доехать до больницы живым и получить специализированную помощь.

Чрезвычайно «урожайными» на экстремальные травмы считаются летние месяцы. В июне прошлого года два девятиклассника, занимавшихся паркуром, во время акробатических трюков упали с моста через Кольский залив и утонули. В том же месяцы 11-летний мальчик упал с недостроенного здания в Саратове и тоже погиб. В августе с высоты второго этажа на бетонную плиту упал 15-летний мальчик из Твери, Саша Летов. Он получил тяжелую закрытую черепно-мозговую травму и умер через 10 дней в детской областной больнице, не приходя в сознание.

Таких подростков психиатры называют экстрималы. Во время выполнения «трюков» они снимают себя и товарищей и потом выкладывают видео в социальные медиа. Популярность, которая измеряется в числе подписчиков и лайках, заставляет подростков поднимать планку и часто не могут объективно ценить свои силы и грозящую им опасность, что и приводит к печальным последствиям. Родители могут перенаправить энергию подростка в созидательное русло. В свое время это удалось сделать Деборе Фелпс, чей сын, Майкл Фелпс, стал 23-кратным олимпийским чемпионом по плаванию. Видим, значит, спасен

К тяжелым последствиям приводят дорожно-транспортные происшествия и происшествия на дорожном транспорте. Хотя на эти виды травм приходится всего 1,2% от общего числа травм, полученных детьми и подростками. Именно ДТП в силу тяжести полученных повреждений - главная причина смерти и инвалидности у детей. Большинство подростков-жертв ДТП были пешеходами или управляли велосипедами, мопедами. Наезды совершаются из-за того, что дети переходят дорогу в неположенных местах, не слышат приближающийся автомобиль из-за наушников, внезапно выбегают на дорогу или не имеют на одежде светоотражающих элементов и невидимы для других участников дорожного движения в темное время суток.

Что касается железнодорожного транспорта, то в прошлом года, по данным ЦППК, на московской железной дороге погибли 26 подростков, занимавшихся зацепингом. Этим модным термином называется популярное сегодня среди подростков катание снаружи электричек.

Родители не одни

Большинство из детских травм, эксперты в данном вопросе единодушны, можно было бы предотвратить. «Я олицетворяю всех тех пап и мам, которые виноваты. Мы заламываем руки и задаем себе вопрос: «Почему, за что?», - говорит Игорь Бодак, отец

ребенка, который чудом выжил после железнодорожной травмы. - Так вот, надо думать утром не о том, как успеть доехать до работы без пробок, а о том, где наши дети, как они проведут время до того, когда мы вечером их увидим. Есть масса информации о том, как уберечь детей». Для этого у родителей есть все возможности, чтобы получить необходимую информацию. Профилактикой детского травматизма активно занимаются в Минздраве: на сайтах детских поликлиник размещают полезную информацию по данной теме, в самих поликлиниках - информационные стенгазеты и другую печатную продукцию, медработники регулярно проводят с родителями беседы. В Минздраве считают, что именно педиатры должны быть главными проводниками в профилактике детского травматизма, так как они чаще всех общаются с родителями. Это как раз тот случай, когда легче предупредить и спасти.