

5 поводов не купить ребёнку тубинг и советы тем, кто всё-таки собрался кататься на «ватрушке»



Одно из главных зимних развлечений, тубинг (то есть катание с горок на надувных санках, которые еще называют «ватрушками» и «бубликами»), еще и самое опасное. От травм, полученных при таком катании, ежегодно страдают и гибнут десятки детей и взрослых. Разбираемся, в чем же причина такой травмоопасности.

Вообще, взрослое название привычных нам «ватрушек» — «тюб», а «тубинг» — это вид спорта с их использованием. Спортсмен на таких надувных санках обычно спускается по снежному склону небольшой крутизны.

При таком катании вероятность травм невысокая: спортивные либо специально оборудованные склоны не заканчиваются обрывами, на них нет

деревьев, фонарных столбов, железных ограждений или других препятствий, а сами они спроектированы так, что «ватрушка» не может набрать на них слишком высокую скорость и естественным образом начинает тормозить.

Проблема в том, что найти подобные склоны можно не везде. Как правило, они есть на горнолыжных комплексах или курортах, а катание с них — платное.

При этом сами «ватрушки» зимой продаются чуть ли не в каждом гипермаркете или детском магазине, а естественные горки есть в каждом городском парке.

Но почему именно «ватрушки», с виду, наоборот, безопасные (они же мягкие, большие) стали одной из самых частых причин зимнего детского травматизма?

1. Они развивают огромную скорость

Нижняя часть «ватрушек» обычно гладкая, выполненная из полимерных материалов, что только способствует скольжению и развитию скорости. За счет большой и гладкой площади «ватрушка» (в отличие от, скажем, «ледянок» или санок) не затормозит, если на пути будет рыхлый снег, не зацепится за небольшое препятствие — она просто перелетит через него.

По разным данным, скорость «ватрушки» может достигать скорости спортсмена, спускающегося со склона на горных лыжах или сноуборде. То есть примерно 40 и больше километров в час.

Если на такой скорости «ватрушка» с сидящим в ней человеком врежется, скажем, в дерево, последствия, скорее всего, будут фатальными.

2. Они неуправляемы

У «ватрушек» нет руля, а ремни, расположенные по бокам, служат лишь для того, чтобы вы за них держались — но не рулили тюбом. На санках или «ледянке» траекторию движения можно изменить при помощи наклона тела, но у «ватрушки» слишком большие габариты, подобный маневр тут не сработает. Маленькие дети — в отличие от катающихся взрослых — не могут затормозить даже ногами, а почти любой трамплин на пути отправляет всех в неконтролируемый полет.

3. Они быстро меняют траекторию движения

Даже если вы подтолкнули ребенка с безопасной и ровной горки, набрав скорость, «ватрушка» за счет своей формы и смещения центра тяжести может раскрутиться вокруг своей оси и полететь совсем в другую сторону — туда, где могут быть, например, деревья, столбы, проезжая часть. Изменить траекторию движения и свернуть на безопасный спуск сидящий в ней человек уже не сможет.

4. На них сложно затормозить

Когда вы сидите в «ватрушке», ваши ноги находятся над землей (при катании на санках или «ледянке» ситуация совсем иная) — чтобы притормозить ногами, придется изменить положение, что на высокой скорости практически невозможно. И, повторимся, дети сделать этого не смогут вовсе.

5. Посадка в тюбинге (с приподнятыми вверх ногами) травмоопасна по определению

Как мы уже говорили, «ватрушки» развивают огромную скорость, на которой могут подпрыгивать — в этом случае человек каждый раз может сильно удариться о землю копчиком. По словам педиатра Марии Чахнашвили, одно скатывание с горки на «ватрушке» по силе нагрузки на позвоночник может приравниваться к нескольким серьезным падениям на крестец.

Меры безопасности

Безопасность – главное правило любого вида развлечений. Ватрушки плохо управляются, развивают очень большую скорость, также могут вращаться, что несомненно может привести к опасным ситуациям. Поэтому перед началом эксплуатации необходимо знать меры безопасности:

1. Перед началом развлечения нужно провести проверку всей конструкции на наличие порезов и повреждений.
2. Кататься на горках, используя тюбинг, нужно только в специальных местах, также перед началом скольжения нужно удостовериться, что на пути не попадутся другие люди.

3. Придя на трассу, постарайтесь ее осмотреть. На ней не должно быть крутых бугров и выпуклостей, глубоких ям и острых предметов. При взаимодействии с различными предметами ватрушка может вылететь с горки, а значит, высок риск получения травмы.
4. Искусственные трамплины на специализированных трассах – весело и безопасно, но выступы на обычных склонах могут привести к опасным ситуациям.
5. В конце трассы должно быть достаточно место, чтобы остановиться без встречи с другими людьми или предметами.
6. Горки с уклоном более 20-30 градусов также не безопасны. Стоит полностью исключить вариант катания на склоне с гравием или песком.
7. Нужно исключить катание рядом с людьми, использующие санки, снегокаты и другой более крепкий инвентарь. Так как столкновение может привести к повреждению камеры или человека.
8. Дополнительная защита только обезопасит пассажиров, особенно детей. Рекомендуется для детей младше 12 лет использовать шлемы.
9. Установленный вес для груза ни в коем случае нельзя нарушать.
10. Детям младше 6 лет не разрешается ездить одним, только со взрослым, при этом ватрушка должна быть рассчитана на такой вес.
11. Правилom эксплуатации запрещено катание в любом положении, кроме сидячего.
12. Тюбинг нельзя буксировать на машине и снегоходе. Развивается большая скорость и могут произойти различные аварии.
13. Развлечение дает небольшую дозу адреналина, поэтому стоит исключить дополнительное воздействие на организм: спиртные напитки, наркотики, и прочие вредные составляющие.
14. Кататься следует сидя, не пытайтесь лежать, вставать или прыгать, как на батуте.
15. За ватрушку нужно хорошо держаться и использовать ремни. Во время катания нужно контролировать движение, так как резкий поворот тела может привести к перевороту конструкции.
16. Нельзя тормозить ватрушку частями тела или использовать другие предметы, также не стоит отвлекаться на сотовый, или заниматься чем-то еще.
17. Животных нельзя катать на тюбинге.

18. Нельзя пытаться сесть внутрь на ходу, также выходить из нее можно после окончательной остановки.

19. Старайтесь контролировать спуск на ватрушке детьми. Маленький ребенок еще не осознает всей опасности и может разогнаться слишком быстро и впоследствии неправильно затормозить.

20. Нельзя привязать ватрушки друг к другу.

Общие правила безопасности при катании с горок

1. С малышом младше 3-х лет не стоит идти на оживленную горку, с которой катаются дети старше 7-ми лет.

2. Если горка вызывает у вас опасения, сначала прокатитесь с нее без ребенка испытайте спуск.

3. Если ребенок уже катается на разновозрастной оживленной горке, обязательно следите за ним. Лучше всего, если кто-то из взрослых следит за спуском сверху, а кто-то снизу помогает детям быстро освобождать путь.

4. Ни в коем случае не используйте в качестве горок железнодорожные насыпи и горки вблизи проезжей части дорог.

5. Не оставляйте детей одних, без присмотра.

6. Малышей лучше катать с маленьких пологих снежных горок в немногочисленных местах, где нет деревьев, заборов и других препятствий.

7. Перед катанием лучше всего надеть на ребенка налокотники, наколенники и шлем.

Правила поведения на оживленной горке

1. Подниматься на снежную или ледяную горку следует только там, где есть ступеньки; запрещено подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие.

2. Не съезжать, пока не отойдет в сторону тот, кто спускается впереди.

3. Не задерживаться внизу, когда съехал, а поскорее отползти или откатиться в сторону.

4. Нельзя кататься, стоя на ногах и на корточках.

5. Не съезжать спиной или головой вперед (на животе), а всегда смотреть вперед как при спуске, так и при подъеме.

6. Не перебегать ледяную дорожку.

7. Если мимо горки идет прохожий, подождать, пока он пройдет, и только после этого съезжать.
8. Если уйти от столкновения (на пути дерево, человек и т. д.) нельзя, то надо постараться завалиться на бок на снег или откатиться в сторону от ледяной поверхности.
9. Избегать горок с неровным ледовым покрытием.
10. При травме немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом в службу экстренного вызова 112.
11. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии немедленно прекратить катание.

Другие средства для катания с горок

Сегодня огромный выбор средств для катания с горок. Делая выбор в пользу одного из них, обратите внимание на его безопасность для ребенка на случай непредвиденного падения, столкновения с крупным объектом и т. д.

Ледянка пластмассовая

Рассчитана на детей от 3-х лет: малышам младшего возраста трудно ими управлять. Самое простое и дешевое приспособление для катания с горок зимой.

Предназначены для одиночного катания по ледяным и накатанным снежным склонам.

Возможная опасность:

- ледянка в форме тарелки становится неуправляемой, если сесть на нее с ногами;
- ледянки не рассчитаны на трамплины или любые другие препятствия, т. к. любой резкий подскок на горке может повредить копчик и позвоночник ребенка;
- ледянки в виде тарелки или корыта развивают очень большую скорость даже на рыхлом снегу, поэтому для маленьких и пугливых детей они не подходят;
- могут стать неуправляемыми на большой горке;
- могут заваливаться на бок и закручиваться.

Среди пластиковых ледянок наиболее безопасный вариант – ледянка в форме груши с длинной ручкой на конце. На ней можно быстро скатиться по накатанной или ледяной горке, при этом удобно рулить и тормозить.

Санки

Рассчитаны на одного-двух малышей возрастом от 4 до 10 лет. Обычные санки подходят для снежных склонов. Можно рулить и тормозить ногами.

Чтобы избежать опасного столкновения, лучше всего завалиться на бок.

Для катания с горок предпочтительнее санки. Несмотря на всю их жесткость, есть возможность контролировать направление движения. Позволяют принять анатомически правильную позу, по сравнению с другими средствами для катания, что снижает вероятность травм.

Возможная опасность:

- следить за тем чтобы ребенок не запутался ногой в полозьях во время движения или слезая с санок.

Снежокат

Рассчитан на одного-двух малышей в возрасте от 5 до 10 лет.

Возможная опасность:

- снежокаты могут цепляться передним полозом за препятствие (корень дерева, бугорок снега) и переворачиваться;
- со снежоката трудно слезть на большой скорости, а скорость он развивает немалую на любом склоне и быстро разгоняется;
- тормоза расположены спереди, что повышает риск перевернуться через голову при попытке резко затормозить;
- если взрослый едет с высокой горы вместе с ребенком, посадив малыша спереди, рулить, тормозить и эвакуироваться в случае опасности им будет очень трудно.

Какие травмы чаще всего получают дети при катании с горок?

Когда человек теряет ориентир, у него нарушается координация и возникают высокоамплитудные движения в суставах. Отсюда травмы верхних конечностей и шейные миозиты, когда происходит резкий рывок головы. Кроме того, можно получить перелом позвоночника.

Еще варианты травм – это сотрясения мозга, переломы конечностей, перелом костей таза, причем такой, что порой требует оперативного лечения. Наиболее частые травмы, которые получают на ватрушках, требуют госпитализации.

Все это результат катания на различных неуправляемых средствах.

По данным отделения травматологии и ортопедии Детской областной больницы подавляющее количество повреждений позвоночника в зимний сезон были получены детьми именно после катания на ватрушках.

Советы от детских травматологов

- всегда лучше перестраховаться и обратиться к врачу, даже если вам кажется, что травма у ребенка неопасная;
- не стоит ждать несколько дней и выбирать удобное время для визита в травмпункт;
- если родители не знают, как действовать, лучше посоветоваться с врачом: вызывайте скорую опишите подробно, что случилось, и спросите, как лучше поступить;
- в некоторых случаях поднимать ребенка опасно для его здоровья. Если есть подозрения, что травма довольно сильная, лучше оставить его в лежачем положении. Главное аккуратно переместить ребенка в безопасное место до приезда скорой помощи. Чтобы ребенок не замерз, подстелите под него теплые вещи.