

25 – 29 января 2021 года



Вестник здорового образа жизни

Информационный бюллетень отдела общественного здоровья

Опасные «летающие» ватрушки

Зимние забавы за последнее десятилетие стали очень модными и популярными. Изменился и инвентарь, используемый для зимних развлечений на горных спусках.

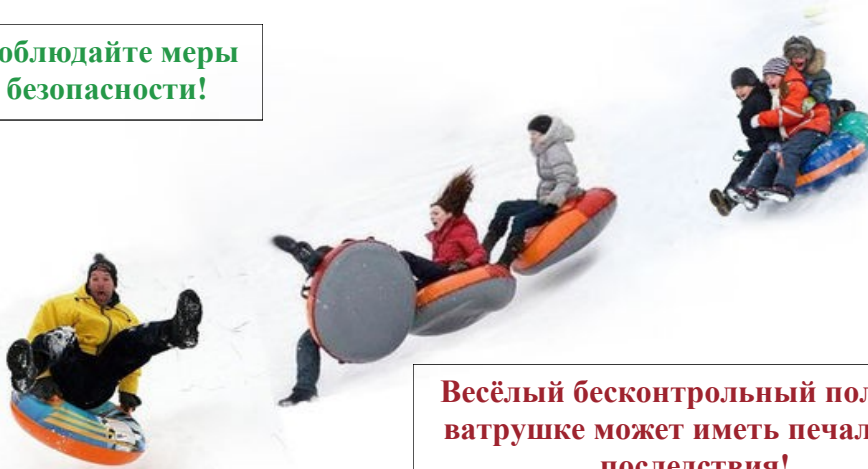
Складывается даже ощущение, что все сейчас знают, что такое тюбинг, он же плюшка, он же ватрушка. На «ватрушках» с удовольствием катаются и дети, и взрослые, выбор моделей огромен, и по своей конструкции, они вполне удобны и безопасны. Они легкие, у них нет острых частей и железных фрагментов, такие как в санках и снегокатах.

Тюбинги мягкие и отлично скользят, обладают способностью амортизировать на различных ямках и кочках.

При всех своих плюсах тюбинг имеет и отрицательные стороны, которые тоже стоит учитывать. Хотя производители заверяют о безопасности новых моделей, проблемы с ними возникают, и таких несколько. Проблема плюшек заключается в том, что они абсолютно неуправляемы. Спуск невозможно контролировать никаким способом, резкое торможение также нереально, да и маневренным такой спуск вряд ли сделаешь.

Об опасностях такого вида горочного транспорта говорят не только травматологи, но и инструктора на горнолыжных базах. Ватрушки могут быть безопасными, если соблюдается несколько правил: спуск с горы должен быть без каких-либо кочек, трамплинов и препятствий, а катающиеся знают элементарные правила безопасности. Нужно обязательно держаться за специальные ремни, ноги держать прямо. Ни в коем случае нельзя съезжать лежа на животе.

Соблюдайте меры безопасности!



Весёлый бесконтрольный полет на ватрушке может иметь печальные последствия!

В отличие от санок и снегоката, "ватрушки" могут разогнаться до сотни километров в час, при этом превращаясь в неуправляемый автомобиль у которого отказали тормоза. И даже если катающийся не вы-

летит, не перевернется, то всегда может сбить не успевшего отбежать человека. По мнению травматологов, можно получить серьезную травму позвоночника даже не вылетая из тюбинга. Для этого "ватрушке" достаточно резко подскочить на кочке.

Не соблюдают правила и сами родители, уверенно считая, что эти страшилки - всего лишь выдумка. При покупке "пончика" следует учитывать рост ребенка, и уже на основе этого делать выбор. Нельзя сцеплять несколько тюбингов и скатываться паровозом. Пытаясь накататься вдоволь на арендованной ватрушке, никто не соблюдает очередности при спуске. И самое главное, нужно выбирать наиболее безопасную трассу, которая находится вдали от источников повышенной опасности (дороги, деревья, водоемы, обрывы).

Чем выше скорость, тем больше сила удара при столкновении. Если горка высокая, а наездник - тяжелый, риск травмы увеличивается в несколько раз.