

Когда чужак — враг

Как обеспечить безопасность ребёнку

В течение короткого времени страну потрясло несколько громких убийств несовершеннолетних. В августе екатеринбуржцы пристально следили за судьбой 3-летней Вики ВЫЛЕГЖАНИНОЙ из Томска, которую злоумышленник увёл прямо с территории детского сада. 29 сентября поступила информация о пропаже 8-летней жительницы посёлка Верх-Нейвинский Саши ЗЫБАРЬ. Итог обеих историй плачевный: девочки были найдены мёртвыми. Это стало поводом для активизации родителей на разнообразных интернет-ресурсах, распространения слуха об «эпидемии педофилии», обсуждения вопросов детской безопасности и пересмотра мер наказания за преступления против несовершеннолетних...



Малыша могут «подкупить» игрушкой.

Фото Екатерины ПЕРЯКОВОЙ.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ в Сети появлялись новые примеры. Одну из историй ещё в середине сентября распространили в СМИ медиаменеджер екатеринбургского телеканала Елена ШПРОКОВА, мама маленькой Саши:

«Долго думала, всё же решила написать. До сих пор прихожу в себя после паники. В этом году мы учимся во вторую смену. 4-й класс, школа в 5 минут. Саша в половине первого ушла в школу, а через 20 минут звонит в слезах. Её едва не увела со школьного двора какая-то женщина, представилась моей подругой, сказала, что должна мне денег, и если Саша не пойдёт с ней и она не передаст мне 2 тысячи долларов, то маму, то есть меня, посадят в тюрьму.

Саша, хотя проинструктирована, начала с ней разговаривать, та попросила её отойти подальше от школы, практически увела к другому выходу. Тут Саша спросила, когда у меня ДР, женщина не ответила, и только тогда у ребёнка что-то щёлкнуло, и дочь убежала в школу со словами: «Мне нельзя разговаривать с незнакомыми» и «Я опоздаю на уроки!». Хочу предупредить об этом родителей!»

Как защитить наших детей? С этим вопросом мы обратились к руководителю курса «Личная безопасность ребёнка», учителю высшей квалификационной категории, кандидату педагогических наук, победителю городского конкурса «Учитель года-2011» Михаилу РУЛЕВУ.

Недостойное поведение

По словам Михаила Александровича, первое, о чём должен знать ребёнок — кто такой незнакомый человек и чем достойный незнакомец отличается от недостойного.

— Незнакомый человек — это тот, кого не знают родители или сам несовершеннолетний, — поясняет специалист. — Детям можно указать на тех взрослых, которым можно доверять и к кому всегда можно обратиться за помощью: сами родители, баба Таня, тётя Маша, дядя Жёня и т. д. Но называть всех незнакомых «плохими» неправильно. Объясните ребёнку, что достойное поведение взрослых включает в себя улыбку, краткое приветствие, ободряющий жест И НИЧЕГО БОЛЕЕ. Достойный незнакомец НИКОГДА не предложит пойти куда-то, чтобы что-то посмотреть или во что-то поиграть.

Что делать, если в поле зрения вашего сына или дочери появился такой «недостойный» человек?

— В идеале вообще не вступать в разговор, — инструктирует Михаил Рулев. — Если же промолчать не получилось, следует быть предельно лаконичным — на все предложения отвечать кратким «Нет!» и уходить. Можно сослаться на родителей («Мне не разрешают») или сказать «Мне не интересно». После этого нужно незамедлительно покинуть потенциально опасное место: например, подойти к знакомому человеку (учителю, родителю одноклассника и т. д.). Полезно также научить ребёнка определять людей, которые хоть и являются незнакомыми, но могут помочь в беде: полицейский, охранник, военный, вообще любой человек в форме. Сюда же можно отнести продавца в магазине, женщину с коляской, человека, выгуливающего собаку, — как правило, все эти люди неопасны для несовершеннолетнего. Если внушающих доверие взрослых поблизости нет, наблюдаются — ребёнку следует пойти в школу, кинотеатр, магазин, в любое людное место. Потом обязательно связаться с родителями и сообщить им о разговоре с незнакомцем. Если же ребёнка пытаются увести насильно, следует громко кричать «Ты чужой! Я тебя не знаю!». Никого не оказалось рядом? Тогда надо крикнуть: «Помогите! Пожар!». А когда кто-то появится в поле зрения — «Ты чужой! Я тебя не знаю!».

Нередко преступники пытаются взять детей «на слабо», сыграть на их самолюбии: «Я думаю, что ты уже большой, а тебе, оказывается, мама не разрешает!».

— Научите ребёнка немедленно уходить от таких людей, а если сразу это сделать не получилось, отвечать излишне настойчивым незнакомцам следующим образом: «Хорошо, но сначала я схожу домой и предупреджу родителей», — продолжает Михаил Александрович. — Дети должны знать: на всё, о чём их просят незнакомые, нужно спросить разрешения у родителей.



Михаил РУЛЕВ.

Фото предоставлено собеседником.

Ещё одна типичная уловка злоумышленника — «Меня твои родители прислали». Объясните ребёнку, что если вы не договаривались с ним о том, что его встретят, никуда с незнакомцем не идёте!

Такая потеря

Бывает, дети теряются (например, в торговом центре). Тут тоже следует крайне осторожно относиться к незнакомцам, которые предлагают поискать родителей или отвести домой. На все подобные предложения следует отвечать: «Спасибо, нет. Родители уже идут ко мне».

— Вообще нужно помнить, что не ребёнок ищет родителей, а наоборот, — отмечает Михаил Рулев. — Несовершеннолетний, обнаруживший себя в одиночестве, должен по возможности оставаться на месте. Если папа и мама не появились, имеет смысл подойти к охраннику, администратору или кассиру, назвать своё имя и фамилию и попросить о помощи. Обычно о «потеряшке» объявляют по громкой связи. С детьми постарше можно уже договариваться о месте встречи. Решите, где будет это место встречи, и убедитесь,

ПАМЯТКА ДЛЯ РЕБЁНКА

Если подошёл незнакомый человек...

Шаг 1: оцениваем ситуацию

Посмотри на человека и определи, кто он: знакомый или незнакомый. Если незнакомый — оцени, достоин ли себя ведёт или нет.

Шаг 2: держим дистанцию

Быстро отойди. Вести краткую беседу с незнакомцем можно только на безопасной дистанции — от 2 метров (отверься от него расстояние и хорошо запомни его). Если незнакомец подходит ближе, следует сразу уходить или убежать в безопасном направлении.

Шаг 3: пресекаем разговор на 5-й секунде

Скажи «Извините», и держи незнакомца в поле зрения, начиная отходить в безопасное место. Почти все злоумышленники — прекрасные психологи, которые могут «заболтать» даже взрослого. Поэтому так важно как можно быстрее свернуть разговор и уйти.

Шаг 4: уходим в безопасное место

Уходи быстрым шагом (или бегом), оглядываясь. Домой, в школу, аптеку — что в данный момент находится ближе. К родителям, знакомым, людям в форме и т. д.

При встрече с родителями необходимо обязательно рассказать им о том, что случилось!

По словам нашего эксперта, эти действия нужно обсуждать с ребёнком устно и отрабатывать на практике. Тогда несовершеннолетний будет вести себя всё увереннее и осторожнее, успешно обеспечивая свою безопасность.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА

Не избегайте тем о сексуальном насилии

Юлия БУЙЛОВА, семейный психолог:

— Дети — очень доверчивые существа, и их легко увлечь игрушками или сладостями. Ситуация усугубляется тем, что примерно до 7 лет все запреты (не разговаривать с незнакомцами, никуда с ними не ходить и т. д.) могут быстро забываться. Все эти предупреждения носят ВРЕМЕННЫЙ ХАРАКТЕР, поэтому основная мера защиты детей дошкольного возраста — неусыпный контроль взрослых. Малыши не должны находиться в одиночестве.

Но говорить с ребёнком о его личной безопасности всё равно необходимо. При этом достаточно просто предупредить малыша о существовании «плохих дядь и тёть», которые могут причинить ему вред. Даже в возрасте до 7 лет ребёнок уже должен иметь представление о сексуальном воспитании. Часто дети, подвергшиеся сексуальному насилию или совращению, не рассказывают родителям про это, потому что считают себя виноватыми. Ребёнок должен знать, что он ни в чём не виноват, а тот человек, который его к чему-то принуждает, — это преступник, который должен быть наказан. По результатам различных исследований известно, что все педофилы когда-то сами были очень закомплексованными детьми, часто подвергавшимися насилию, поэтому они выбирают себе в жертвы тех, кого легко запугать, которые будут молчать о произошедшем. То есть таких, какими когда-то были и сами. Если ребёнок сразу скажет, что он знает, что это преступление, и обо всём сообщит родителям, — то станет для преступника неинтересным.

Уберечь ребёнка от подстерегающих опасностей невозможно, но его можно и нужно к ним подготовить, чтобы он правильно себя повёл и избежал худшего.



Фото предоставлено собеседником.

Спорный момент

Лазер лечит или калечит?

Мифы и правда об операции по восстановлению зрения

Лазерная коррекция зрения пришла в нашу страну в 1989-м и дала шанс на «прозрение» многим «очкарикам». Сегодня на подобную операцию решается всё больше людей, не понаслышке знакомых с неудобством ношения очков (особенно во время занятий спортом) и сложностями ухода за контактными линзами. Однако опасение, что что-то пойдёт не так, остаётся... Спасибо Интернету, который услужливо подкидывает на каждый подобный запрос кучу «страшилок».

МЫ ПОПРОСИЛИ прокомментировать наиболее распространённые суждения заместителя генерального директора Екатеринбургского центра МНТК «Микрохирургия глаза», врача высшей категории, офтальмохирурга Сергея РЕБРИКОВА.



Фото предоставлено собеседником.

Офтальмохирург Сергей РЕБРИКОВ к операции готов.

Страх первый:

А если после операции зрение ухудшится?

— В принципе, если операция прошла идеально, никаких ухудшений быть не должно. Конечно же, зрение может падать в течение жизни человека, может присоединиться какая-то другая болезнь, не только близорукость.

Если проблема возникнет — можно провести повторную коррекцию. Но такие ситуации крайне редки. В 99,9% случаев мы получаем после операции результат, близкий к идеалу.

Страх второй:

Говорят, до беременности операцию делать нельзя. У меня уже есть ребёнок, но я не уверена, что не захочу родить ещё.

— Лазерную коррекцию зрения можно делать и до беременности. Единственное, после проведённой операции мы советуем на год отложить планирование беременности. Можно выбрать другой вариант: сначала родить ребёнка, закончить кормить его грудью, подождать год с момента завершения лактации и пойти на операцию. Это временные противопоказания, связанные с гормональным фоном женщины. Когда она беременна или кормит грудью, фон сдвинут в так называемую «женскую сторону», что может отразиться на результате операции. К сожалению, не все пациенты следуют нашим рекомендациям. Тем не менее каких-либо тяжёлых последствий в виде ухудшения зрения у них не замечено.

Страх третий:

А вдруг вместо близорукости я получу дальнозоркость?

— Действительно, в случае рефракционной ошибки, которая возможна при использовании любой технологии, имеется риск перейти из минуса в плюс. Но! Во-первых, этот риск минимален: наверное, 0,01% случаев. Во-вторых, прелесть всех рефракционных лазерных операций как раз состоит в том, что их можно, скажем так, «оттюнинговывать». То есть возможна декоррекция. Небольшой процент декоррекции регистрируется во всех клиниках мира, в том числе и у нас.

Страх четвёртый:

После лазерной коррекции в результате даже небольшой травмы швы могут разойтись, и я навсегда ослепну.

— Этот страх был обоснован много лет назад, когда зрение улучшали с помощью самой первой операции — кератотомии. Тогда врачи делали радиальные наскелки почти на всю толщину роговицы — вот там могли быть серьёзные проблемы в случае получения пациентом какой-

нибудь травмы. В современной рефракционной хирургии этот страх почти отсутствует. Например, при применении технологии «Smile» биомеханика роговицы сохраняется максимально, поэтому данная операция показана даже тем, кто занимается боевыми видами спорта. При «ласике» и «фемтоласике» (другие лазерные методики. — Прим. авт.) травмоопасность чуть выше, но тоже невелика.

Страх пятый:

Слышал, что лазерная коррекция плохо влияет на ночное зрение (эффект «куриной слепоты»). Как же я буду ездить в темноте за рулём?

— «Тёмновое» эффекты бывают при очень высокой степени близорукости, когда мы вынуждены сжать оптическую зону. В результате в темноте зрачок расширяется больше, чем оптическая зона, изображение попадает на изломанную поверхность (место соединения с новой линзой) и возникает эффект «куриной слепоты». Но, как правило, по завершении года-двух после операции те пациенты, которые жаловались на «тёмновое» проблемы, замечают, что они куда-то ушли. Мозг адаптировался, и эффект пропал.

Страх шестой:

Лазерная коррекция — это страшно и больно.

— Ну, страшно — это вопрос такой, индивидуальный. А вот насчёт боли — неправда, потому что мы делаем достаточное обезболивание.

Страх седьмой:

А если через несколько лет появятся более продвинутые технологии улучшения зрения?

— Действительно, наука не стоит на месте, она всегда развивается. Мы начинали с кератотомии — на тот момент это был лучший способ коррекции близорукости. Затем появились лазерные методики: ФРК, Lasik, Femtolasik... Сейчас самой продвинутой считается технология «Smile». Через 5 лет наверняка появится ещё более совершенная методика.

Страх восьмой:

Если бы всё было замечательно, врачи вашего учреждения давно бы сделали себе эту операцию. Но многие почему-то до сих пор носят очки.

— Во-первых, это хирургия, а в любой хирургии могут быть противопоказания к операции. Во-вторых, многие наши врачи (опытные хирурги, заведующие отделениями) и сотрудники успешно прооперировались в разное время — ещё в период кератотомии или уже по лазерным методикам.

◆◆◆◆Иные мнения◆◆◆◆



Фото предоставлено собеседником.

Возможны неудобства

Елена СТЕПАНОВА, врач-офтальмолог высшей категории научно-практического центра «Бонум», доцент кафедры глазных болезней УГМУ, кандидат медицинских наук:

— Лазерная коррекция зрения — это, конечно, спасение для многих «очкариков». Но могут возникнуть определённые неудобства. Поскольку близорукый глаз приспособлен для работы вблизи, то после лазерной коррекции могут появиться жалобы на дискомфорт при работе на близком расстоянии: во время вязания, например, или чтения книги. И если люди до 40 лет к этому быстро адаптируются, то представителям более старшего поколения могут потребоваться дополнительные очки, но уже с положительной коррекцией (так называемая пресбиопия).

Метод не для всех

Наталья ЯКИМОВА, врач-офтальмолог Центра охраны детского зрения ДГКБ № 11:

— Лазерная операция — довольно надёжный метод восстановления зрения. Использование комплекса высокоточного оборудования на этапе обследования и непосредственно при выполнении самой операции, опыт и профессионализм докторов помогают получать превосходный результат и практически исключают вероятность осложнений. Однако использовать данный метод коррекции можно только по достижении 18 лет. Это связано с тем, что вплоть до совершеннолетия организм ребёнка растёт, что ведёт к динамике зрения. Для выполнения лазерной операции необходимо дождаться, пока оно стабилизируется.

Помимо возрастных есть и медицинские противопоказания. Это хронические воспалительные заболевания век и глазного яблока, глаукома, катаракта, отслоение сетчатки. Сопутствующие эндокринологические заболевания, некоторые болезни соединительной ткани, ВИЧ, онкологические заболевания, псориаз и другие острые и хронические заболевания. Также не рекомендуется делать операцию женщинам в период беременности и кормления грудью.

Для кого-то, наконец, серьёзной помехой является стеснение в финансовых средствах.

Таким образом, скорректировать своё зрение с помощью операции могут не все, тогда как очки и контактные линзы доступны каждому.



Фото предоставлено собеседником.