

## PLAC ZABAW DLA DZIECI

Sytuowanie i urządzenie placu zabaw w obrębie terenu posesji mieszkalnej wymaga szczególnej rozważliwości. Organizatorzy muszą zastanowić się nad rozwiązaniem co najmniej czterech zasadniczych aspektów pomyślanej realizacji takiego projektu:

- przedział wieku dzieci, które będą korzystać z placu zabaw i rodzaj jego urządzeń,
- sposoby techniczne sytuowania urządzeń i ich jakość materiałowa - ze względu na bezpieczeństwo dzieci,
- realne uwarunkowanie terenu, na jakim plac zabaw ma powstać,
- możliwości poniesienia kosztów dotyczących zakupu urządzeń, sposobów ich sytuowania i konserwacji.

W najlepszej sytuacji dotyczącej wygradzenia w terenie posesji miejsca do urządzenia placu zabaw dla dzieci są nowe osiedla, także te spółdzielcze, wzniesione jeszcze w minionym czterdziestolecu. Ich tereny są na ogół dość przestronne, o sporej, często niezabudowanej przestrzeni między budynkami. Twórcy współcześnie powstających osiedli w zasadzie już w trakcie ich projektowania zakładają, w dogodnych miejscach posesji, sytuowanie stref przeznaczonych na relaks, czy małą rekreację dla ich przyszłych mieszkańców, zwłaszcza na place zabaw dla dzieci. W gorszej sytuacji pod tym względem znajdują się wspólnoty w dużych miastach administrujące starymi, wielopiętrowymi kamienicami o małych, ciemnych podwórkach-studniach, często zabudowanych wokół wysokimi oficynami.

Małe dzieci, w przedziale wieku od okresu raczkowania i wstępnego okresu chodzenia do piątego, szóstego roku życia oczekują na gęste, krótko ostrzyżone trawniki, nie koniecznie płaskie, po powierzchniach których będą kształcić swoje umiejętności ruchowe, na piaskownice, proste labirynty, małe karuzele, na niewielkie huśtawki, niewysokie zjeżdżalnie...

Dla dzieci starszych, chodzących do zerówki i klas podstawówki warto, w miarę możliwości, wyznaczyć teren przydatny do uprawiania gier z użyciem piłek. To może być jakieś nieduże nawet boisko do piłki nożnej, przeznaczone jednocześnie do gry w siatkówkę, tenisa ziemnego, czy koszykówki - sportów lubianych nie tylko przez młodszą i starszą młodzież, także przez dorosłych.

W obrębie posesji o dużym, wolnym terenie, koniecznie bezpiecznie odgrodzonym od okolicznych ulic (np. niewysokim żywopłotem) jest wskazane wyznaczenie toru przeznaczonego do jazdy rowerem. Taki tor - jeżeli będzie odpowiednio zaprojektowany, łącznie z zasadniczymi znaczeniowo znakami drogowymi - może służyć jako miejsce do nauczania dzieci, poprzez zabawę, przyszłego, właściwego poruszania się po drogach publicznych.

Z powyższego wynika, że plac zabaw powinien być zabudowany urządzeniami przydatnymi dla dzieci w zależności od ich wieku. Takie rozumowanie jest podyktowane granicami wiekowo-rozwojowymi zróżnicowanych możliwości fizycznych i umysłowych dziecka.

Jest wskazane, aby plac zabaw był projektowany przez fachowców - pod kątem przydatności, możliwości danego terenu i przeważającej wiekowo grupy dzieci: architekta z udziałem psychologa dziecięcego. Wiele urzędzeń wymaga solidnego sytuowania budowlanego, **zgodnego z obowiązującymi przepisami prawa**. Biorąc pod uwagę bezpieczeństwo dzieci i rozwiązania estetyczne, należy się liczyć z tylko takim rozwiązaniem problemu. Psycholog doradzi wybór urzędzeń placu zabaw, dostosowanych potrzebami i możliwościami umysłowo-fizycznymi danych grup dzieci, także określi opcje kolorystyczne, związane z zachowaniami dzieci, rzutujące na ich rozwój psychiczny.

**Nie zaleca się zabudowywania placu zabaw urządzeniami wykonanymi całkowicie z metalu.** Niektóre, oczywiście, wymagają zastosowania metalu do stabilizowania i wzmocnienia ich konstrukcji. Najbezpieczniejsze są tylko takie huśtawki, karuzele, obramowania piaskownic, zjeżdżalnie, drabinki itp., których wszystkie zewnętrzne powierzchnie z jakimi dziecko może mieć styczność są wykonane z drewna lub - posiadającego stosowne atesty - plastiku (te ostatnie bardzo łatwe w utrzymaniu ich czystości). Urazy, jakim dziecko może ulec podczas zabawy w nieskoordynowanej styczności z detalami drewnianymi i plastikowymi są dla jego zdrowia mniej groźne aniżeli podobne obrażenia wynikłe z podobnego "spotkania" z elementami metalowymi.

Wszystkie urządzenia zabawowe dla dzieci należy sytuować na gołym gruncie lub na dobrze, trwale utrzymywanych, gęstych trawnikach. Wszelkie ich fundamenty powinny być na tyle wpuszczone w grunt (stały, nienasypowy), aby warstwa ziemi je przysypująca, po ubiciu, miała wysokość co najmniej 30 cm. Również okolice takich urzędzeń nie powinny być przykryte betonem, czy asfaltem. Duży procent groźnych

urazów u dzieci powstaje podczas ich upadków na tak wykonane powierzchnie. Asfalt, zwłaszcza rozgrzany słońcem podczas ciepłych okresów roku, wydziela substancje lotne toksyczne, które również są niezmiernie szkodliwe dla zdrowia dzieci. Teren powinien być pokryty warstwą (co najmniej 15 cm) czystego, gruboziarnistego, niepyłącego piasku i - powierzchniowo - rzeczonym żwirem (w gramaturze 0,5 do 1 cm<sup>2</sup>). Obie te warstwy zaleca się wymieniać **każdego roku**, wiosną. Uniknie się wtedy nadmiernego ścierania piasku, co powoduje jego pylenie, również niepożądanego zjawiska w środowisku człowieka, zwłaszcza dziecka.

Planując urządzenie placu zabaw dla dzieci należy przewidzieć także jego ewentualnie negatywne dla mieszkańców strony, mogące rodzić konflikty.

Na pewno podwórko-studnia nie nadaje się na boisko piłkarskie. Takiego boiska nie wolno też sytuować nawet na dużym terenie w pobliżu budynku. Lokatorzy muszą mieć zagwarantowany w obrębie mieszkań spokój i nie powinni się obawiać o całość szyb w oknach. Tor do jazdy rowerami nie może przebiegać między urządzeniami zabawowymi dla dzieci przedszkolnych, też nie po terenie boiska. Wszystkie grupy dzieci muszą się czuć bezpiecznie i swobodnie w obrębie wytyczonych - dla uprawiania danego rodzaju zabawy - obszarów.

W przestrzeń strefy wyznaczonej na plac zabaw dla dzieci nie wolno wprowadzać kotów i psów (tych ostatnich nawet w uwięzi smyczy, czy kagańca) oraz innych zwierząt hodowanych w domach. Nie dopuszczają tego stosowne przepisy sanitarne i dotyczące utrzymania porządku w miejscach publicznych. Przepisy te stoją na straży zachowania bezpieczeństwa i zdrowia użytkowników takich terenów.

Rynek dysponuje ogromnym asortymentem bezpiecznych urządzeń, opatrzonych stosownymi atestami, mogących być sytuowanych w dowolnych warunkach placów zabaw dla dzieci. Koszty ich zakupu, zwłaszcza tych wykonanych z plastiku, nie są wygórowane. Dodatkowo: urządzenia plastikowe nie wymagają znaczniejszej kosztowo konserwacji. Ale i te z drewna (lub z drewna połączonego z elementami plastikowymi) też są dostępne nawet dla kieszeni mniej sytuowanych materialnie rodziców. W końcu wydatek taki rozkłada się na kilkanaście, czy kilkaset rodzin. Rozważając jego poniesienie, należy mieć na względzie przede wszystkim dobro dzieci,

stosowne kształcenie ich fizyczności i psychiki, także w sposób integracyjny w grupach rówieśników i - co nie jest bagatelne - w środowisku świeżego powietrza.

Urządzenia placu zabaw wykonane z drewna wymagają doraźnych napraw i corocznej, dokładnej lustracji i fachowej konserwacji. Urządzenia drewniane wymagają szczególnego nadzoru zapobiegającego poranienia dzieci ostrymi odszczypami i drzazgami. Pokrycia elementów drewnianych należy wykonywać kilkoma warstwami malarskimi z farb specjalnych, chemo-utwardzalnych, charakteryzujących się wyjątkową trwałością.

Ceny brutto (w PLN) niektórych urządzeń placów zabaw (informacja zawiera uśrednione wysokości cen urządzeń w wersji podstawowej) w wyspecjalizowanych marketach:

<u>Huśtawki wahadłowe</u> -	700.00 - 2,500.00
<u>Huśtawki wagonowe</u> -	500.00 - 1,000.00
<u>Huśtawki sprężynowe (bujaki)</u> -	750.00 - 1,900.00
<u>Karuzele</u> -	490.00 - 2,500.00
<u>Przeplotnie</u> -	500.00 - 1,500.00
<u>Urządzenia ruchowe (młynek, żółw)</u> -	800.00 - 1,550.00
<u>Zjeżdżalnie, piaskownice</u> -	490.00 - 3,600.00
<u>Ławki i stoliki</u> -	250.00 - 550.00
<u>Zestawy rekreacyjne</u> -	6300.00 - 21,600.00
<u>Urządzenia sportowe</u> (koszykówka, siatkówka, piłka nożna...) -	650.00 - 3,000.00
<u>Urządzenia komunalne</u> (barierki, kosze, płotki, furtki, stojaki do rowerów, osłony na pnie drzew, regulamin placu zabaw...) -	100.00 - 308.00

Piasek w piaskownicach powinien być wymieniany co najmniej raz w roku.

Późną jesienią należy wybrać stary piasek, wczesną wiosną nasypać świeży. Zaleca się stosować piasek tylko nabywany w marketach specjalistycznych w workach, jest bowiem pozbawiony flory bakteryjnej, jaką - w nadmiarze - posiada wydobywany bezpośrednio z okolic rzek, czy innych wyrobisk.

### **Typowe urazy na placu zabaw i sposoby interwencji**

**Słuczenie.** Słuczenie jest uszkodzeniem ciała w rezultacie urazu tępego, bez przerwania skóry. W miejscu takiego urazu powstaje zasinienie, obrzęk i bolesność, zwłaszcza podczas wykonywania ruchu. Zasinienie w ciągu kilku dni zmienia barwę z niebiesko-fioletowej na żółto-zieloną i rdzawą.

W lekkich słuczeniach wystarczy zastosować doraźnie zimne okłady, a następnie okłady rozgrzewające - kompresy pod ceratką, np. z roztworu tabletki Altacet - w celu przyśpieszenia wessania się krwiaka.

Rozległe słuczenia, zwłaszcza ze zmiążdżeniem tkanek wymagają szybkiej pomocy lekarza, często leczenia szpitalnego.

**Skaleczenia i rany.** Rana, to przerwanie ciągłości powłok zewnętrznych (błony śluzowej, skóry), także głębszych tkanek. Otarcie naskórka najczęściej następuje przez niezbyt mocny ucisk twardym, tęnym narzędziem, uderzenie o twarde, chropowate podłoże, czy upadek. Uszkodzeniu ulega tylko powierzchowna warstwa skóry. Nie wolno jednak lekceważyć nawet jej drobnych uszkodzeń, mogą być one przyczyną groźnych zakażeń ropnych. Wskazana wizyta u lekarza, często z poddaniem się przyjęciu surowicy przeciwtężcowej.

Rana cięta powstaje jako skutek działania ostrego, tnącego przedmiotu, np. szkła, blachy, noża... Brzegi rany są równe i gładkie. Z tak powstałej rany krwawienie jest zwykle obfite, wypływająca z niej krew usuwa zanieczyszczenia: niebezpieczeństwo zakażenia jest małe. Rana powinna być jednak zdezynfekowana (woda utleniona, jodyna, hemostin) i zabezpieczona opatrunkiem. W przypadku ran rozległych, zwłaszcza klutych potrzebna pomoc lekarza.

Rana tłuczona powstaje w następstwie uderzenia przedmiotem tęnym (kamień, młotek...). Jej brzegi są nierówne, zgniecione. Krwawienie z takiej rany jest skąpe. Tkanki łatwo obumierają, może powstać martwica. Skąpe krwawienie i słuczenie

tkanek powodują szybki rozwój zakażenia. Po wstępnej dezynfekcji i zabezpieczeniu rany opatrunkiem potrzebna szybka interwencja lekarza.

Rana szarpana powstaje przy gwałtownym zetknięciu się z zakrzywionym przedmiotem, np. z wystającym gwoździem, wkrętem, czy hakiem. Jej brzegi są nierówne, poszarpane, bywa, że na jej dnie jest widoczna tkanka tłuszczowa, czy fragmenty mięśni. Przy ranie szarpanej często występuje ubytek skóry i tkanek głębszych. Szybkie oczyszczenie rany (np. wodą utlenioną), zdezynfekowanie jej (np. hemostinem) i interwencja medyczna zapobiegnie zakażeniu i powstaniu blizny.

Rana kąsana, gryziona, często nie jedna, jest rezultatem pogryzienia przez zwierzęta domowe (np. pies, kot), ale także zwierzęta dzikie. Takie uszkodzenia są podobne do ran szarpanych. Niekiedy wyglądają na nieznaczne i niegroźne. Pokąsanie przez zwierzę wiąże się z niebezpieczeństwem zakażenia. Flora bakteryjna, znajdująca się w jamie gębowej zwierząt, jest bardzo obfita i złośliwa. Szczególne niebezpieczeństwo wiąże się z możliwością zakażenia się wścieklizną. Dlatego, w każdym przypadku pokąsania przez zwierzę, nie tylko psa, bez względu na rozległość rany, należy niezwłocznie udać się do lekarza. Nawet pozornie błahе uszkodzenia stanowią poważne zagrożenie. Zarazek wścieklizny wraz ze śliną zwierzęcia, może wnikać przez najdrobniejsze otarcie naskórka, także wtedy, gdy ukąszenie nastąpiło poprzez ubranie. Najgroźniejsze są rany twarzy, szyi i głowy. Wirus wścieklizny wędruje wzdłuż nerwów do mózgu. W przypadku takich ran droga zarazki jest krótka i rozwój choroby może nastąpić bardzo prędko. Jedynym sposobem uniknięcia śmiertelnej choroby jest jak najbardziej szybkie zastosowanie szczepionki przeciw wściekliznie.

**Powikłania, zakażenia ran.** Rany o brzegach poszarpanych, zanieczyszczonych ziemią, piaskiem, błotem itp. bardzo łatwo ulegają zakażeniu: istnieją dogodne warunki do rozmnażania się bakterii gnilnych i ropnych. Niemal każdej ranie, jaka nie została w sposób odpowiedni opatrzona, grozi ropienie. Zakażenie rany objawia się narastającym bólem i zaczerwienieniem jej brzegów, także pojawiającą się ropną wydzieliną. Przedłużanie się ropienia grozi niebezpieczeństwem rozszerzenia się zakażenia na cały organizm. Gdy bakterie są bardzo złośliwe, zakażenie od nawet niewielkiej rany może przebiegać groźnie, a nawet doprowadzić do śmierci.

Tężec. Laseczkami tężca może zostać zakażone każde, nawet niewielkie skaleczenie i każda rana. Szczególnie niebezpieczne są rany zabrudzone ziemią, piaskiem z piaskownic, nalotem starych, sterczących z drewnianych przedmiotów za-

rdzewiałych gwoździ, wkrętów... Trudno przewidzieć, czy rana została zakażona laszczkami tężca. Dlatego nigdy nie wolno lekceważyć ran powstałych na wolnym powietrzu. W każdym przypadku takiego zranienia należy niezwłocznie skorzystać z pomocy lekarza i zaordynowanej przez niego skutecznej szczepionki w postaci surowicy przeciwtężcowej.

**Obrażenia głowy.** Obrażenia głowy zdarzają się u dzieci podczas zabawy na placach zabaw, których teren jest wybetonowany lub pokryty warstwą asfaltu, podczas upadków z niewielkich nawet wysokości, z huśtawek, drabinki, czy rusztowania sprawnościowego. Zagrożenia mogą wystąpić w różnej skali, poczynając od lekkich zranień skóry, poprzez wstrząśnienie mózgu i pęknięcia czaszki, skończywszy na ciężkim uszkodzeniu tkanki mózgu. W następstwie urazu głowy może również pęknąć naczynie krwionośne w obrębie czaszki. Wówczas do jej wnętrza wylewa się krew. Tworzy się krwiak śródczaszkowy. Może się to zdarzyć nawet wówczas, gdy na zewnątrz czaszka wydaje się nieuszkodzona, nie ma żadnego zranienia, zasinienia, ani - czasem - otarcia naskórka.

Do typowych objawów wstrząśnienia lub uszkodzenia mózgu należą: senność, nudności i wymioty, niepokój lub utrata przytomności. Obrażeń głowy, pozornie i tych błahych, nigdy nie wolno lekceważyć, zwłaszcza jeżeli taki wypadek spotka dziecko. Objawy uszkodzenia mózgu najczęściej pojawiają się bezpośrednio po urazie, niekiedy jednak dopiero po kilku, kilkunastu, czy też kilkudziesięciu godzinach, przy czym chory, przez cały ten czas nie zdradza jakichkolwiek niepokojących objawów. Dlatego każdy ranny w głowę wymaga badania medycznego i obserwacji lekarskiej.

Chorego po urazie głowy należy ułożyć wygodnie z głową nieco uniesioną. Na głowę położyć plastikowy worek z lodem lub zimną wodą. W razie wymiotów delikatnie obrócić głowę chorego dziecka na bok i podsunąć miskę. Należy pamiętać, że w każdej chwili może dojść do pobudzenia chorego, a nawet do wystąpienia u niego drgawek. Trzeba więc mieć przygotowaną rolkę czystego bandaża, którą się wkłada między zęby chorego w celu uchronienia go przed przygryzieniem języka.

Należy natychmiast wezwać pogotowie ratunkowe.

**Złamania.** Przyczyną złamania zdrowej poprzednio kości jest uraz polegający na oddziałaniu na nią siły zewnętrznej, np. w wyniku upadku z wysokości. Złamania mogą dotyczyć każdej niemal bez wyjątku kości szkieletu. Kość może ulec złamaniu w miejscu działania urazu (złamanie bezpośrednie), ale też w miejscu odległym (złamanie pośrednie). Przykładem złamania bezpośredniego może być złamanie strzałki

(jedna z kości nogi) powstałe na skutek uderzenia nadjeżdżającym rowerem. Przykład złamania pośredniego, to złamanie obojczyka przy upadku na rękę, kiedy siła urazu została przeniesiona i zadziałała odległe.

Zdarzają się również złamania zamknięte, tzn. takie, w jakich skóra wokół złamanej kości nie jest uszkodzona. Natomiast złamanie otwarte charakteryzuje się przerwaniem skóry przez uszkodzoną kość. Podczas złamania najczęściej następuje rozerwanie okostnej i przylegających części miękkich. U dzieci mocna i sprężysta okostna często pozostaje nieuszkodzona. Takie złamanie nazywa się złamaniem podokostnowym.

Złamanie kończyny należy podejrzewać, jeżeli po urazie:

- daje się zauważyć ruchomość w miejscu, w którym normalnie kończyna jest nieruchoma,
- występuje ból i obrzęk przy uciśnięciu lub poruszeniu kończyną,
- uszkodzona kończyna straci swój zwykły kształt,
- chory nie może wykonywać kończyną w pełni lub częściowo ruchów.

We wszystkich przypadkach złamania kończynę należy unieruchomić i to w takiej pozycji, w jakiej ją chory trzyma. W przypadku złamania otwartego ranę trzeba zabezpieczyć suchym opatrunkiem jałowym.

Unieruchomienie polega na ustabilizowaniu kończyny na odpowiednio sztywnym podłożu, tak, aby części uszkodzonej kości nie przesuwaly się między sobą. W nagłym wypadku do unieruchomienia kości można wykorzystać deseczki, kije itp. przedmioty. Unieruchomienie powinno obejmować dwa sąsiednie stawy, tzn. leżący powyżej i poniżej złamanej kości.

Unieruchomioną kończynę należy ułożyć nieco wyżej, aby w miejscu złamania wolniej powstawał obrzęk. Chorego z usztywnioną kończyną trzeba najszybciej jak można, odwieźć do najbliższego chirurga własnym transportem, względnie - zwłaszcza przy skomplikowanym, rozleglejszym urazie i podejrzeniu uszkodzenia innych narządów - wezwać pogotowie ratunkowe (transportowanie specjalistyczne pod nadzorem lekarza). **amw**