**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.

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 2017 года два девятиклассника, занимавшихся паркуром, во время акробатических трюков упали с моста через Кольский залив и утонули. В том же месяце 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.

К тяжелым последствиям приводят дорожно-транспортные происшествия и происшествия на железнодорожном 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 году, по данным ЦППК, на московской железной дороге погибли 26 подростков, занимавшихся зацепингом. Этим модным термином называется популярное сегодня среди подростков катание снаружи электричек.

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.