

## Информационна брошура No 24

### Скейтборд и BMX

#### **Въведение**

Трябва да се знае, че скейтбордът е вълнуващ спорт, при който злополуките са неизбежни. Когато правим оценка на риска, в РоСПА определяме всички площадки за скейтборд като високо-рискови. Това не означава, че не ги одобряваме, а че сме наясно с факта, че злополуки задължително ще има.

#### **Злополуки**

Откриването на специално съоръжение за скейтборд неизбежно ще е свързано с инциденти. Със сигурност обаче би имало много повече и по-сериозни злополуки с деца, занимаващи се с екстремни спортове в района, ако такова съоръжение изобщо не съществува. По-голямата част от статистическите данни, свързани със скейтборд са от САЩ. Те сочат, че в периода от януари 1992 до юни 1995 е имало 25 смъртни случая на деца и младежи, караци блейдове, и 100 смъртни случая на хора с велосипеди BMX. В 90% от случаите злополуките са станали вследствие на сблъсък с моторно превозно средство. Броят на загиналите скейтбордисти е бил малък и не е документиран, но причината за почти всички смъртни случаи е бил сблъсък с моторно превозно средство.

Отново в САЩ, през 1996г. е имало 35 788 наранявания на деца и младежи, караци скейтборд, и 156 681 наранявания при игра на футбол. За съжаление обаче, травмите при каране на скейтборд са по-сериозни от тези при игра на футбол. Една трета от злополуките със скейтборд са станали през уикендите. Средната възраст на скейтбордистите е между 13 и 14 години, те карат скейтборд през средно 50.8 дни в годината, 90% от тях са момчета и 60% са на под 15 години.

Най-честите наранявания са изкълчвания, счупвания, контузии и натъртвания. 74% от нараняванията са на крайниците. Сред тях най-разпространени са счупванията на китката (19%), лицевите травми (16%), счупванията на глезена (11%) и на дългите кости на ръцете и краката. Тежките травми, мозъчните сътресения, фрактурите на черепа и вътрешно-мозъчните кръвоизливи са общо 3.1% от всички наранявания. Повечето сериозни травми са могли да бъдат избегнати ако потърпевшите са носели подходяща защитна екипировка.

Около една трета от контузените деца се занимават със скейтборд от по-малко от седмица, затова бъдете особено бдителни през началния период след откриването на новото съоръжение. Най-честите наранявания са сред деца и младежи, които карат от повече от година. Паданията вследствие на загуба на равновесие са най-разпространени, като близо половината от всички падания се дължат на груба и неравна настилка. Опитните скейтбордисти най-често падат заради камъчета, клечки, издатини и дупки във или върху настилката.

Главната причина за паданията при младите и по-неопитните и скейтбордисти е недостатъчно добре развитата координация на движенията. Тук е мястото да припомним, че колкото по-малко е едно дете, толкова по-високо се намира центърът на тежестта му, тъй като в главата му е концентриран по-голям процент от общото тегло на тялото. По тази причина, както и защото у малките деца не е достатъчно добре развито умението да се свиват правилно при падане, паданията на глава са най-голям процент от всички падания при скейтбордисти на възраст под 10 години.

По-голямата част от статистическите данни са взети от Американската Комисия по Безопасността на Потребителските Стоки (CPSC).

### **Намаляване на злополуките**

RoSPA препоръчва следните действия:

- Привлечете скейтбордистите и другите ползватели, така че да вземат участие в развиването и поддръжката на съоръжението
- Обсъдете разположението на площадката с местната полиция и архитектурния отдел на общината
- Разположете съоръжението така, че към него да има пряка видимост (по този начин си осигурявате наблюдение) и да не е точно под големи дървета.
- Обърнете внимание дали до мястото може лесно да стигне линейка или пожарна кола.
- Осигурете добър, стабилен достъп до съоръжението
- Поставете необходимите знаци и табели
- Желателно е RoSPA България да инспектира съоръжението веднага след монтирането му, за да сте сигурни, че то отговаря на стандартите за безопасност
- Инспектирайте площадката редовно
- Направете така, че ползвателите да знаят къде да съобщават за евентуални повреди и неизправности
- Поръчайте независима годишна инспекция на площадката. RoSPA България може да извърши такава паралелно с инспекциите на детски площадки за игра.
- Записвайте всички огледи и пазете документацията колкото е възможно по-дълго време
- Извършвайте работите по поддръжка и ремонт в най-кратките изпълними срокове
- Ако това не е възможно, изнесете надалеч неизползваемите съоръжения

Можете да вземете и следните предпазни мерки по отношение безопасността на ползвателите:

- Да насърчавате носенето на подходяща предпазна екипировка. Проучванията сочат, че скейтбордистите носят или не носят каски на групи. Ако едно дете носи каска, съществува 85% вероятност и друго дете около него да сложи каска. От друга страна, ако първото дете не носи каска, има само 3% вероятност второто да носи.
- Предпазните ленти за китките могат значително да намалят сериозността на паданията, а също така могат да бъдат възприети като "готини".
- На новооткрити площадки окуражавайте опитните скейтбордисти да показват на по-неопитните как да падат правилно.
- Напомняйте на децата, че "Не е никак яко да си сакаш".