

# Wypadki w domu



## Skaleczenia

Szkló, noże i ostre przedmioty mogą spowodować poważne skaleczenia.

### ZAPOBIEGANIE

Nie zostawiaj szklanek na podłodze. Szklane butelki przechowuj wysoko. Chowaj noże kuchenne.

### JAK ZAREAGOWAĆ:

- Drobne skaleczenie przemyj, upewnij się, że w ranie nie ma odłamków szkła i okryj czystą, niepuszystą szmatką.
- Jeżeli skaleczenie jest poważne, mocno krwawi albo pod skórą jest odłamek szkła, zabierz dziecko na oddział ratunkowy szpitala.

## Utonięcie

Wiele dzieci tonie, nawet w płytkiej wodzie. Zdarza się to w wannie, ogrodowym stawie, baseniku lub beczce na deszczówkę.

### ZAPOBIEGANIE

- Zawsze nadzoruj dzieci w pobliżu wody. Oczko wodne zasłoń kratą albo zamień w piaskownicę.
- Naucz dziecko pływać.

### JAK ZAREAGOWAĆ:

Wyciągnij dziecko z wody. Postaraj się, żeby odkaslnęło wodę. Jeżeli nie reaguje, zadzwoń pod numer 999.

## Zatrucia

Zatrucia lekami, środkami czystości i kosmetykami są powszechne.

### ZAPOBIEGANIE

Trzymaj wszystkie środki chemiczne, leki, alkohol, baterie/akumulatory i środki czystości pod

kluczem.

### **JAK ZAREAGOWAĆ:**

Ustal, co dziecko połknęło, i zabierz opakowanie ze sobą na oddział ratunkowy szpitala.

## **Uduszenie**

Sznurki i łańcuszki od żaluzji i rolet okiennych stwarzają ryzyko uduszenia.

### **ZAPOBIEGANIE**

- Załóż żaluzje lub rolety bez sznurka.
- Upewnij się, że wszystkie sznurki i łańcuszki są krótkie i zamocowane poza zasięgiem dziecka
- Podwiąż sznurki lub zabezpiecz jednym z dostępnych urządzeń zabezpieczających (przelotki, zaciski napinające, prowadniki sznurka/łańcuszka, łączniki łańcuszka).
- Nie stawiaj łóżeczka, łóżka ani krzeselka dziecka koło okna.
- Nie wieszaj na łóżeczku dziecka żadnych zabawek ani przedmiotów, które mogą stanowić zagrożenie.
- Uważaj na torby ze ściągaczem – małe dziecko może przełożyć głowę przez pętlę ściągacza.
- Dowiedz się więcej o resuscytacji krążeniowo-oddechowej.

### **JAK ZAREAGOWAĆ:**

Wyplącz dziecko, zadzwoń pod numer 999 i rozpocznij reanimację.

## **Złamania**

Złamanie polega na przerwaniu ciągłości kości.

### **ZAPOBIEGANIE**

Nadzoruj dzieci podczas zabawy. Upewnij się, że używają sprzętu ochronnego (kask, ochraniacze kolan i łokci) podczas jazdy na hulajnodze, deskorolce i rowerze.

Jak rozpoznać złamanie?

- Czasem jest oczywiste, bo przez skórę widać kość.
- Dziecko odczuwa ból, może być w szoku.
- Kończyna może się wydawać wyłamana.
- Obrzęk i zasinienie.

### **JAK ZAREAGOWAĆ:**

- Nie pozwól dziecku jeść ani pić, na wypadek, gdyby wymagało znieczulenia.
- Delikatnie przyłóż do miejsca złamania okład z lodu (mrożony groszek) zawinięty w ściereczkę.
- Ustabilizuj złamane ramię, używając ręcznika jako temblaka.
- Podeprzyj kończynę, zwłaszcza w samochodzie, więc jeśli to możliwe, poproś kogoś innego, żeby poprowadził.
- Jedź na oddział ratunkowy szpitala.

## Upadki

Dla niemowląt największym zagrożeniem jest stoczenie się z łóżka lub miejsca do przewijania. Dzieci, które już chodzą, najczęściej spadają z mebli lub ze schodów.

### ZAPOBIEGANIE

- Upewnij się, że niemowlę nie może stoczyć się z żadnej powierzchni (użyj poduszek).
- Nie stawiaj leżaczka ani fotelika samochodowego w miejscu, z którego mógłby spaść, kiedy dziecko zacznie się kręcić.
- Kiedy dziecko zacznie chodzić, załóż bramki ochronne na schodach. Upewnij się, że balkony są zamknięte na klucz. Na okna załóż zamki zabezpieczające.

### JAK ZAREAGOWAĆ:

W razie niebezpiecznego upadku zadzwoń pod numer 999.

## Zakrztuszenia

Niemowlęta i małe dzieci często połykają, wdychają lub krztuszą się małymi przedmiotami takimi jak balony, baterie, orzeszki ziemne, guziki, kawałki plastikowych zabawek lub sznurka.

### ZAPOBIEGANIE

- Sprawdź, czy na podłodze i pod meblami nie ma drobnych przedmiotów.
- Upewnij się, że zabawki są odpowiednie do wieku dziecka i w dobrym stanie.
- Dowiedz się więcej o resuscytacji krążeniowo-oddechowej (technika pierwszej pomocy, łącząca oddychanie usta-usta i masaż serca. Czasem nazywana „pocałunkiem życia“).

### JAK ZAREAGOWAĆ:

Jeśli dziecko krztusi się, działaj natychmiast, ale spokojnie. Uważaj, żeby nie wepchnąć przedmiotu dalej do gardła. Zachęć dziecko do kaszlu. Uderz je w plecy. Jeżeli straci przytomność, wezwij pomoc (nie zostawiaj dziecka samego) i rozpocznij reanimację.

## Obrażenia głowy

Jedną z oznak poważnego obrażenia głowy to nienaturalna senność. Nie oznacza to, że dziecku nie wolno spać.

Zwróć się o pomoc do specjalisty, jeżeli dziecko:

- Uporczywie wymiotuje (więcej niż trzy razy).
- Skarży się na ból.
- Słabiej reaguje.
- Paracetamol lub ibuprofen nie pomaga na ból.

Jeżeli dziecko jest zmęczone wypadkiem i płaczem, pozwól mu się przespać. Jeżeli martwisz się, że jego senność jest nienaturalna, obudź je godzinę po zaśnięciu.

### JAK ZAREAGOWAĆ:

Upewnij się, że nic mu nie jest, i że w nocy reaguje normalnie.

Informacje o resuscytacji i radzeniu sobie z innymi urazami znajdziesz w witrynie  
[www.redcrossfirstaidtraining.co.uk](http://www.redcrossfirstaidtraining.co.uk)

Źródło: RoSPA