



První pomoc dětem



hlidačky.cz



hlidačky.cz

Největší portál na hlídání dětí,
úklid, opatrování mazlíčků
a péči o seniory v České Republice.

Připravili jsme pro vás ve
spolupráci s Oblastním spolkem
Českého červeného kříže Praha 1
unikátní Příručku první pomoc
dětem, která obsahuje konkrétní
scénář, jak se chovat při
nejčastějších úrazech
a závažných stavech dětí.

- tým Hlídačky.cz, www.hlidacky.cz



Jak zachránit dítěti život?

První pomoc by měla patřit k základnímu vzdělání každého člověka. Ne vždy tomu tak ale je. Přitom ročně u nás v důsledku úrazu zemře několik desítek dětí, počty hospitalizovaných a ambulantně ošetřených se pohybují ve stovkách tisíc. V případě náhlého zhoršení zdravotního stavu dítěte není čas na dlouhé váhání, v mnoha případech o životě rozhodují minuty. Základní postupy nevyžadují mnoho znalostí, většinou postačí zachovat klid a provést několik jednoduchých úkonů.

Jejich poskytnutí přiblížíme v této příručce.

Seznam kapitol:

1. Zajištění vlastní bezpečnosti, chování při úrazu	3
2. Přivolání lékařské pomoci, péče o postiženého do příjezdu ZZS	4
3. Dítě nereaguje	5
4. Dítě nedýchá	7
5. Vdechnutí cizího tělesa	9
6. Masivní krvácení	12
7. Úrazy hlavy	14
8. Krvácení z tělesných otvorů	16
9. Drobné rány	18
10. Kousnutí zvířetem	19
11. Poranění očí	21
12. Zlomeniny a poškození kloubů	22
13. Popáleniny	24
14. Záchvat křečí	25
15. Bolest břicha	26
16. Otravy	27
17. Dechové obtíže	28
18. Alergická reakce	30

Zajištění vlastní bezpečnosti, chování při úrazu

Pokud dojde k úrazu či zhoršení zdravotního stavu dítěte, zajisti nejprve svoji vlastní bezpečnost. Při vlastním ohrožení se zachránce místo pomoci stává přítěží. Vždy dbej také o bezpečnost nezraněných osob, především pokud se jedná o děti (hlídej druhé, nezraněné dítě).

Základní postup:

1. Zachovej klid, zastav se a zhodnoť situaci.
2. Zajisti svoji bezpečnost a bezpečnost nezraněných.
3. Kde je to nutné, přivolej záchrannou službu.
4. Poskytni na místě první pomoc.

Chování ve specifických situacích

Úraz v domácnosti:

- nejprve zajisti bezpečnost nezraněného dítěte

Požár, prostředí zamořené plynem:

- do nebezpečného prostředí nevstupuj, přivolej hasiče

Tonutí:

- nejlepší způsob záchrany tonoucího je ze břehu, hozením lana, podáním větve či jiného předmětu
- nevstupuj do vody především v místech velkého proudu

Dopravní nehoda:

- zastav svoje auto na bezpečném místě
- zapni výstražná světla
- oblékni si výstražnou vestu
- označ místo nehody výstražným trojúhelníkem
- další spolujezdci (děti) patří za svodidla

Ošetření krvácejícího poranění:

- používej vždy gumové rukavice při kontaktu s tělními tekutinami neznámého člověka

Přivolání lékařské pomoci, péče o postiženého do příjezdu ZZS

Záchrannou službu přivolej neprodleně, pokud uvidíš, že je ohrožen život či zdraví postiženého. S přivoláním záchranné služby neváhej i v případě, když si nejsi jist, zda se v daném případě jedná o ohrožení zdraví.

Záchrannou službu volej na číslo **155**, v cizině **112**.

Poskytni informace:

- co se stalo
- místo, kde se událost stala
- kdo je postižen a v jakém je stavu

S dispečerem záchranné služby komunikuj, odpovídej na jeho dotazy, a poslouchej jeho pokyny. Neukončuj telefonát předčasně, vyčkej na výzvu dispečera. I poté měj telefon stále v dosahu, v případě komplikací bude dispečer volat nazpět.

Do příjezdu záchranné služby:

- zabezpeč volný přístup záchrannářům (odemkni vchodové dveře, pošli druhou osobu před dům)
- s postiženým komunikuj
- zajisti jeho tepelnou pohodu
- sleduj jeho zdravotní stav a v případě náhlého zhoršení reaguj (a opět informuj dispečera)

Bezvědomí může mít velkou řadu příčin. Když je dítě v bezvědomí, leží, nereaguje na podněty jako je hlas, dotyk nebo bolest, nejde „probudit“.

1. Dítě oslov, zatřes s ním, zjisti, jestli reaguje.
2. Pokud dítě nereaguje, uvolni jeho dýchací cesty.



Záklon hlavy tahem
za bradu a tlakem na čelo

Uvolnění dýchacích cest provedeš záklonem hlavy. U dětí starších než 1 rok se provádí mírný záklon, u kojenců je hlava v neutrální poloze (rovně)-

3. Zjisti zda dítě dýchá.



Zjištění dechu
poslechem u úst dítěte

Zjištění dechu proved' poslechem u úst dítěte, pohledem na hrudník a případně pohmatem na hrudník dítěte.

4. Pokud dítě nedýchá, zahaj okamžitě resuscitaci – viz strana 7.
5. Pokud dýchá, udržuj volné dýchací cesty.
6. Přivolej záchrannou službu.
7. Do příjezdu pomoci udržuj volné dýchací cesty a neustále kontroluj dýchání (drž záklon hlavy).

Zotavovací poloha

Do zotavovací polohy uložíš dítě v bezvědomí, které dýchá, a jen v nutných případech:

- dítě zvrací
- bezvědomí nastalo v důsledku otravy
- dítě se topilo
- musíš dítě na nutnou dobu opustit

Provedení zotavovací polohy:

1. Ulož dítě na bok.
2. Hlavu mírně zakloň.
3. Ústa dítěte směřují k zemi.



Zotavovací poloha na boku

Po uložení do zotavovací polohy neustále kontroluj dýchání dítěte. V případě zástavy dechu ihned zahaj resuscitaci.

Vždy:

- zůstaň u dítěte v bezvědomí a kontroluj jeho dýchání

Nikdy:

- se nepokoušej vytahovat jazyk dítěte
- hlavu bezvědomého nepodkládej polštářem

Zástava dechu u dětí nastává nejčastěji v důsledku dušení, škrcení nebo tonutí. Při zástavě dechu je dítě v bezvědomí, bezvládně leží, nereaguje, nedýchá. Většinou bývá promodralé. Pomoc je potřeba poskytnout rychle, o přežití dítěte rozhodují vteřiny.

První pomoc: dítě je v bezvědomí a nedýchá.

1. Zakloň hlavu dítěte – zatlač na čelo a bradu předsunuj dolů, u kojenců je hlava v neutrální poloze.
2. Znovu zkontroluj dýchání dítěte.
3. Pokud nedýchá, proved' 5 vdechů do úst dítěte tak, aby se zvedl hrudník.

Umělé dýchání provádíš u dětí starších 1 roku s mírným záklonem hlavy a se zacpáním nosu dítěte. U kojenců vdechuješ do nosu i úst dítěte. Vdech je správně provedený, pokud se zvedá hrudník dítěte.



Umělé dýchání u dítěte staršího než 1 rok – vdech do úst dítěte

4. Stlač 30 x hrudník dítěte.



Masáž srdce u dítěte staršího než 1 rok – stlačování dolní části hrudní kosti

Stlačování se provádí na spodní části hrudní kosti, hranou jedné ruky.

Frekvence stlačování je 100 – 120 za minutu, hloubka stlačení přibližně 5 cm.



Resuscitace kojence – vdech do úst i nosu dítěte, stlačování dvěma prsty

Stlačování se provádí na spodní části hrudní kosti, dvěma prsty. Frekvence stlačování je 100 – 120 za minutu, hloubka stlačení přibližně 4 cm.

5. Vdechni dvakrát do úst dítěte.
6. Pokračuj v umělém dýchání a stlačování hrudníku v poměru 30 stlačení : 2 vdechy.

Pokud je na místě někdo další, požádej jej o přivolání záchranné služby co nejdříve (když zjistíš, že je dítě v bezvědomí). Pokud jsi na místě sám, 1 minutu resuscituj a poté volej záchrannou službu.

Pokračuj v resuscitaci až do:

- obnovení životních funkcí dítěte (dítě se začne pohybovat, pláče, kašle, normálně dýchá)
- předání dítěte záchranářům

Nikdy:

- nepřerušuj nebo neukončuj resuscitaci dítěte před předáním záchranářům nebo obnovením životních funkcí

Při mírném dušení dítě kašle. Při silnějším jsou slyšet sípavé zvuky nebo je dítě neschopné vydat jakýkoli zvuk. Dusící se dítě je červené v obličeji, postupně barva přechází ve fialovou. Gestikuluje, chytá se za krk.

První pomoc u dětí do 1 roku

Kašel

Pokud dítě kašle, sleduj jej a vyčkej na obnovení normálního dýchání.

Údery mezi lopatky

Pokud nekašle nebo je kašel neúčinný.

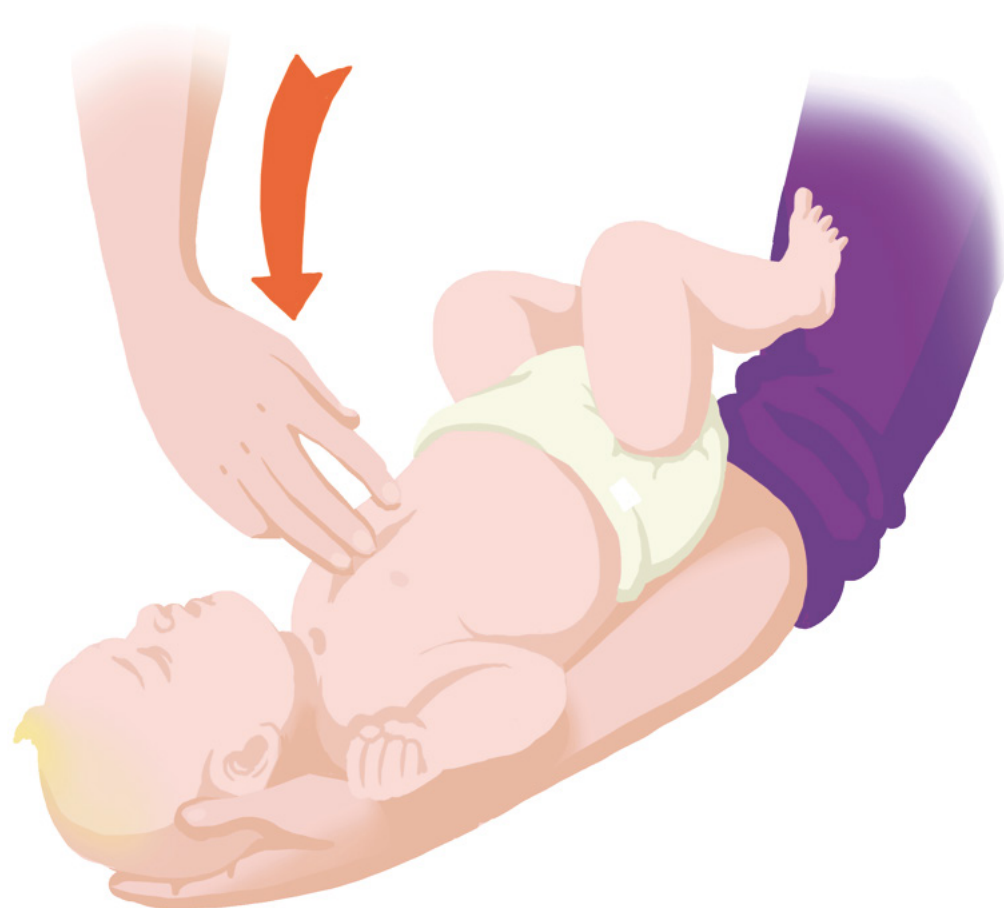
1. Polož si dítě na své předloktí obličejem dolů, prsty fixuj jeho hlavičku.
2. Hlava dítěte je níž než hrudník.
3. Silně udeř dítě svojí dlaní mezi lopatky a údery opakuj, dokud nedojde k uvolnění dýchacích cest.



Údery mezi lopatky u kojence

Stlačení hrudníku

1. Pokud jsou údery do zad neúčinné, polož dítě na záda a stlač pětkrát jeho hrudník jako při resuscitaci (stlač dolní konec hrudní kosti pomocí dvou prstů).
2. Opakuj údery do zad a stlačení hrudníku, dokud se nepovede dýchací cesty zprůchodnit.
3. Zajisti dítěti lékařské vyšetření.



Stlačení hrudníku u kojence při dušení

První pomoc u dětí starších 1 roku

Kašel

Pokus se dítě přimět ke kašli, tento způsob je ze všech nejúčinnější.

Údery mezi lopatky

Pokud dítě nemůže kašlat, dýchat, mluvit.

1. Předkloň dítě a udeř jej dlaní několikrát silně mezi lopatky.
2. Nejlepší je poloha, kdy hlava dítěte je níž než hrudník, ohni dítě přes svoje stehno nebo přes židli.



Úder mezi lopatky u staršího dítěte

Heimlichův manévr

1. Když nepomohou údery mezi lopatky, postav se za dítě.
2. Obejmi rukama hrudník dítěte a svojí pěstí silně a rychle zatlač na místo nad pupíkem dítěte.
3. Tlak směřuje dovnitř a nahoru.
4. Opakuj stlačení nadbřišku a střídej s údery mezi lopatky, do chvíle, kdy odstraníš cizí těleso.
5. Po uvolnění dýchacích cest Heimlichovým manévrem zajisti dítěti lékařské vyšetření.



Heimlichův manévr

Vždy:

- pokud dítě upadne do bezvědomí, zahaj okamžitě resuscitaci

Nikdy:

- nevytahuj rukou ani žádným nástrojem z úst dítěte cizí těleso, které je tak daleko v dýchacích cestách, že není vidět.

K masivnímu krvácení dochází v důsledku ran, řezných, bodných i tržných. Pro první pomoc není důležité rozlišit, zda se jedná o tepenné nebo žilní krvácení. Pokud uvidíš, že krev z rány vytéká nebo vystřikuje rychle, je okamžitý zásah nezbytný pro záchranu života dítěte.

První pomoc - stlačení přímo v ráně:

1. Chraň si ruce gumovými rukavicemi.
2. Silně stlač krvácející místo.
3. Starší dítě můžeš požádat, aby si ránu stlačilo samo.
4. Pro lepší utěsnění rány použij jakýkoli kus textilie (tričko, utěrka).
5. Přivolej záchrannou službu.
6. Tlak nepovoluj do příjezdu pomoci.



Stlačení rány přes kus látky

Tlakový obvaz

Použiješ jej v případě velkého krvácení z končetin nebo hlavy.

1. Zastav krvácení stlačením přímo v ráně.
2. Smotané obinadlo (bez obalu) dej přímo do rány a tlač přes něj do rány.
3. Pomocí druhého obinadla pevně obvaž ránu.
4. Tlak na první obinadlo nepovoluj během celého obvazování.
5. Přivolej záchrannou službu.
6. Pokud tlakový obvaz prosakuje, přidej další tlakovou vrstvu. Když prosakuje i poté, sundej obvazy a zastav krvácení tlakem přímo v ráně.



Tlakový obvaz

Vždy:

- pokud můžeš, používej k ošetření krvácející rány gumové rukavice

Nikdy:

- nepoužívej k zástavě krvácení tvrdé předměty (kámen, mince).
- nesnaž se zastavit krvácení pomocí zaškrcení končetiny

Při úrazu hlavy může dojít k poškození mozku. Riziko je v tomto případě o to vyšší, že poškození mozku nemusí být viditelné a může se projevit s časovým odstupem po úrazu.

Příznaky:

- bezvědomí nebo porucha vědomí
- zmatenost, dezorientace, nepamatuje si na okolnosti úrazu
- poruchy stability
- bolest hlavy
- pocity na zvracení až zvracení
- únava, spavost
- krvácení z nosu, úst nebo ucha

První pomoc při vědomí

1. Dítě uklidni.
2. S dítětem pokud možno nemanipuluj, zbytečně nepohybuj především jeho hlavou a krkem.
3. Ulož jej do pohodlné a bezpečné polohy, odkud nemůže nikam spadnout.
4. Přivolej záchrannou službu s udáním, že se jedná o úraz hlavy u dítěte.
5. Do příjezdu odborné pomoci s dítětem komunikuj, zajisti jeho pohodlí, dbej, aby dítě neprochladlo.
6. Nepodávej jídlo ani nápoje.
7. Pokud dítě krvácí z nosu nebo úst, ulož jej do polohy, aby krev mohla volně odtékat.



Poloha při vědomí – podložená hlava a ramena

První pomoc v bezvědomí

1. Zajisti životní funkce dítěte podle kapitoly “Dítě nereaguje”.
2. Pokud dítě dýchá, uvolni dýchací cesty, přivolej záchrannou službu a sleduj dýchání do příjezdu odborné pomoci.
3. Pokud nedýchá, polož dítě na záda a dále postupuj dle kapitoly “Dítě nedýchá”.

Otevřená poranění hlavy

- pokud dojde k otevřenému poranění hlavy, ránu zakryj sterilním obvazem a přivolej záchrannou službu

Nikdy:

- nepodceňuj možná rizika úrazu hlavy, příznaky se mohou objevit s časovým odstupem
- nedávej dítě po úrazu hlavy spát, vždy zajisti lékařské vyšetření

Krvácení z nosu vzniká při:

- úrazech
- mechanickém poškození nosní sliznice
- často spontánně

Krvácení z ucha bývá příznakem:

- mechanického poškození ucha
- mozkomíšního poranění
- dochází k němu při poranění tlakovou vlnou

Krvácení z úst:

- většinou při úrazech
- po vyražení nebo vytržení zubu

První pomoc: krvácení z nosu

1. Dítě posad' a předkloň mu hlavu.
2. Stiskni nosní křídla dítěte nebo jej pouč, ať to udělá samo.
3. Vysvětli dítěti, ať dýchá ústy.
4. Krev, zatékající do úst, dítě vyplivuje.
5. Při neustávajícím krvácení zajisti dítěti lékařské ošetření.



Krvácení z nosu – předklon hlavy a stisknutí nosních křídel

Krvácení z ucha

1. Polohuj dítě tak, aby krev mohla volně odtékat.
2. Přilož na ucho obvaz.
3. Zajisti dítěti lékařské vyšetření, při podezření na mozkolebeční poranění přivolej záchrannou službu



Krvácení z ucha – uložen v poloze, aby mohla krev volně odtékat

Krvácení z úst

1. Ústa vypláchni vodou, pouč dítě, aby krev vyplivovalo.
2. V závažnějších případech zajisti dítěti lékařské ošetření.
3. Při vyražení trvalého zubu použij kus gázy, který vložíš do vzniklé mezery, dítě zkousne a pevně drží.
4. Vyražený trvalý zub zabal do gázy, navlhči a doprav s dítětem k odbornému ošetření.

Cizí těleso v nose nebo uchu

1. Pokud zjistíš cizí těleso v nose dítěte, doporuč dítěti, aby se jej pokusilo vysmrkat.
2. Z ucha vytahuj pinzetou pouze cizí těleso, které je viditelné.
3. Hmyz z ucha můžeš odstranit opakovaným vypláchnutím čistou vodou.
4. Pokud jsou tyto pokusy neúspěšné, zajisti dítěti lékařské ošetření.

Nikdy:

- netamponuj nos či ucho dítěte při krvácení
- neodstraňuj z nosu či ucha dítěte cizí těleso pomocí vatové tyčinky nebo pinzety

Drobné rány

Drobné rány a odřeniny patří mezi hodně časté úrazy u dětí.

První pomoc - odřeniny

1. Dítě posad' a uklidni.
2. Ránu vymyj čistou vodou a odstraň veškeré nečistoty. Ideální je užití proudu vody, ránu nedrhni. Zkontroluj, že je rána opravdu čistá.
3. Na ránu přilož sterilní gázu a přichyť ji pomocí obvazu či náplasti. Pro lepší hojení je možné použití mastné gázy.
4. Ránu dále sleduj a v případě příznaků infekce vyhledej lékařské ošetření.



Vymytí znečištěné rány vodou

Rány s cizím tělesem

Může se jednat o střep, nůž či jiný cizí předmět.

- pevně zaklíněné cizí těleso z rány nevytahuj, fixuj jej v ráně a zajisti lékařské ošetření



Fixace cizího tělesa v ráně

Rány po kousnutí zvířetem bývají náchylné na infekci a špatně se hojí.

1. Pokud rána silně krvácí, zastav velké krvácení tlakem v ráně nebo tlakovým obvazem (strana 12)
2. V ostatních případech ránu důkladně vymyj a vydesinfikuj (Betadine)
3. Ránu sterilně přikryj
4. Když váháš, raději navštiv lékaře i s menší ránou, obvykle pacienta přeočkují proti tetanu
5. Při kousnutí psem se pokus sehnat majitele psa a zjistit, zda byl pes řádně očkován

Vždy:

- zajisti vyčištění rány. Pokud se nepodaří odřeninou důkladně vymýt, nebo vidíš známky infekce, vyhledej lékařské ošetření
- zástava velkého krvácení má přednost před všemi ostatními ošetřeními

Nikdy:

- nevytahuj cizí těleso z rány, může dojít k dalšímu poškození tkáně a k masivnímu krvácení

Bodnutí hmyzem

Pokud nemá dítě na hmyz alergii, jedná se o nepříjemnou záležitost, ale nic nebezpečného.

1. Dítě uklidni a prohlédni vpich. Pokud je v něm žihadlo, opatrně ho vyndej.
2. Pokud víš o alergii dítěte na hmyzí bodnutí, postupuj jako u alergické reakce (strana 30), především podej léky, které jsou k tomu určeny, případně volej záchrannou službu. Stejně postupuj, i pokud se objeví příznaky alergie – dechové obtíže, celkový otok, bezvědomí.
3. V ostatních případech místo po bodnutí ochlazuj, můžeš namazat vhodným prostředkem (Fenistil gel)

Zmije obecná je náš jediný jedovatý had. Její uštknutí není smrtelně nebezpečné, a to ani pro dítě.

1. Dítě uklidni a posad'
2. Místo po kousnutí ochlazuj studeným obkladem.
3. Pokud je uštknuté dítě, volej záchrannou službu. Do jejího příjezdu by se dítě mělo co nejméně pohybovat.
4. V případě příznaků alergické reakce postupuj jako u každé alergie (strana 30).
5. Při uštknutí exotickým hadem je důležité zjistit druh hada (nejčastěji se to stává v místě, kde hady chovají).

Klíště

Klíště neohrožuje naše zdraví jako takové, ale nemocemi, které přenáší.

1. Klíště odstraň – pinzetou vytrhni nebo vyviklej nebo vatovou tyčinkou namočenou v dezinfekci vytoč. Není důležité točit doleva nebo doprava.
2. Místo po klíštěti dezinfikuj prostředkem, který obsahuje jód (Betadine nebo Jodisol)
3. Zaznamenej nebo nahlas rodičům, kde klíště bylo. Místo po vytažení klíštěte je třeba delší dobu sledovat.



Poranění očí

Poranění či jiná poškození očí bývají velmi bolestivá a nepříjemná. U dětí to platí dvojnásob.

- 1.** Při drobných nečistotách v oku nejprve zajisti, aby se situace nezhoršovala (pokud má dítě písek v očích, špinavé ruce to jen zhorší).
- 2.** Nečistoty je možné odstranit samovolně slzami (pláč je v tomto případě naprosto v pořádku), vypláchnutím čistou vodou (vyplachujeme od vnitřního koutku směrem ven – hlavu natočit na bok, zasažené oko je při vyplachování dole), případně mechanicky odstranit pomocí čisté gázy či kapesníku.
- 3.** Pocit pálení a řezání v oku nepřejde hned po vyčištění, někdy je vhodné chvíli počkat se zavřenýma očima.
- 4.** Pokud se nečistoty nepodaří odstranit, je potřeba navštívit očního lékaře.
- 5.** Při poranění oka proved' sterilní zakrytí oka a navštiv očního lékaře.
- 6.** Pokud je v oku zaklíněné cizí těleso, nevytahuj jej, překryj a překryj i zdravé oko. Pohyby zdravého oka se přenášejí na zasažené oko, které se o předmět dále zraňuje. Lékařské vyšetření nebo volání záchranné služby je tomto případě nutné.



Rozpoznání zlomeniny může být někdy obtížné. Může se projevit deformací končetiny, nepřírozenou pohyblivostí v místě zlomeniny, otokem, snížením pohyblivosti končetiny, dochází ke krevnímu výronu. Typickým příznakem je bolestivost. Zlomenina také může být otevřená, kdy úlomky kosti prorazí kůži. Vykloubení poznáme tak, že je kloub deformovaný, nepohyblivý. U podvrtnutí bývá pohyblivost zachována, kloub je ale bolestivý.

První pomoc - otevřená zlomenina

1. U zlomenin s velkým krvácením nejprve zastav krvácení – stlač přímo v ráně a tlak nepovoluj.
2. Pokud je krvácení mírné, ránu zakryj sterilním materiálem.
3. Nemáš-li sterilní materiál, rány se nedotýkej.
4. Vždy přivolej záchrannou službu.



Otevřená zlomenina

Uzavřená zlomenina

1. Dítě uklidni a posad' nebo polož.
2. V žádném případě se nepokoušej zlomeninu napravit nebo narovnat.
3. Pomoz poraněnému najít polohu, která mu vyhovuje.
4. Přivolej záchrannou službu.
5. Do příjezdu pomoci můžeš zmírnit bolest studeným obkladem.



Znehybnění zlomeniny na horní končetině pomocí šátkového závěsu

Vykloubení

1. Kloub nenapravuj, nepohybuj s ním.
2. Najdi dítěti pohodlnou polohu.
3. Přivolej záchrannou službu.
4. Přilož studený obklad.

Podvrtnutí

1. Dítě posad'
2. Kloub můžeš stáhnout elastickým obinadlem.
3. Přilož studený obklad, při delším chlazení ledem dělej přestávky.
4. Při přetrvávající bolesti a otoku vyhledej lékařské ošetření.

Nikdy:

- se nepokoušej zlomeninu či vykloubení napravit
- neprováděj improvizované znehybnění pomocí klacků, lyžařských hůlek nebo jiných improvizovaných dlah v našich podmínkách. Patřilo by do extrémních situací, kdy příjezd záchranné služby není možný

Popáleniny

Popáleniny jsou silně bolestivé poranění vysokou teplotou. Projevují se v mírných podobách zčervenáním, v závažnějších vznikají puchýře, u nejzávažnější popáleniny je barva popálené kůže od bílé až po černou, případně jsou na popálenině příškvary. Velké riziko pro pacienta představuje infekce, která se do popálenin může dostat. Při jejich ošetřování je tedy nutné dbát na sterilitu a v závažnějších případech vyhledat lékařské ošetření.

První pomoc - popáleniny

1. Zabraň dalšímu působení tepla, sudej polité oblečení. Nestrhávej, pokud je přiškvařené.
2. Popáleninu co nejrychleji ochlad' studenou vodou. Rozsáhlé popáleniny (hlava, hrudník, břicho) ochlad' jednorázově. U lokální popáleniny (končetiny) pokračuj v ochlazování až do úlevy od bolesti.
3. U popálenin s puchýři, nebo pokud je poškozena pokožka, zakryj popáleninu sterilním materiálem (nebo alespoň co nejčistší tkaninou).



Sterilní zakrytí popáleniny –
oddělení prstů sterilní gázou

4. Sundej prstýnky, hodinky atd., pokud to jde.
5. Zajisti lékařské ošetření u popálenin s puchýřem větších než 1% tělesného povrchu dítěte (odpovídá ploše dlaně dítěte), u menších popálenin, pokud je zasažen obličej, ruce, genitálie.
6. Volej záchrannou službu u rozsáhlých popálenin.

Nikdy:

- nepropichuj puchýře u popálenin
- nechlad' popáleninu ledem
- nestrhávej přiškvařený oděv

Záchvat křečí

Křeče mohou mít celou řadu příčin.

Záchvat křečí při epilepsii

Epileptický záchvat se projevuje ztrátou vědomí, dítě nereaguje na okolní podněty, tělo může být prohnuté do luku, záškuby končetin, objevuje se pěna u úst, často pomočení. Po odeznění křečí zůstává dítě často v bezvědomí.

První pomoc - záchvat křečí při epilepsii

1. Odstraň předměty, o které se dítě může poranit.
2. Vyčkej, až křeče přejdou.
3. Přivolej záchrannou službu.
4. Po odeznění křečí zkontroluj dýchání a postupuj dále jako u "dítě nereaguje" – strana 4.
5. Po probnutí dítě sleduj, podej léky, jsou-li předepsány.

Febrilní křeče

Febrilní křeče jsou způsobené horečkou, nejtypičtější jsou pro děti do 3 let. Projevují se při horečce nebo zvýšené teplotě, tělo dítěte bývá napjaté, může promodrávat. Objevují se záškuby končetin a v obličeji, dítě může ztrácet vědomí.

První pomoc febrilní křeče

1. Ulož dítě do postýlky, zabraň dalším poraněním. Dítě nepřikrývej, dej studený obklad na hlavu.
2. Podej léky na snížení teploty nebo proti křečím, jsou-li předepsány.
3. Pokud dochází k ztrátě vědomí, přivolej záchrannou službu.

Nikdy:

- se nesnaž zabránit křečím násilím (držení dítěte)
- nekládej předměty do úst dítěte
- neochlazuj dítě ledovými zábaly na celé tělo

Bolest břicha

Bolest břicha je hodně častým jevem u dětí. Často se jedná o přechodný stav, který sám odezní. Bolest břicha může ale také znamenat závažnější situaci jako je zánět nitrobřišních orgánů (zánět červovitého přívěšku slepého střeva), střevní neprůchodnost apod. Je obtížné rozpoznat, zda konkrétní situace je nebezpečná nebo ne.

Závažné příznaky:

- břicho je tvrdé na pohmat
- ve stolici dítěte je příměs krve nebo hlenu
- dítě vyhledává polohu vleže s pokrčenými dolními končetinami
- bolest břicha je provázena vyšší tělesnou teplotou
- stav nastal v důsledku úrazu (pád, náraz)

První pomoc - bolest břicha

1. Uklidni dítě.
2. Zajisti mu vyhovující polohu.
3. Zajisti dítěti optimální tepelné podmínky.
4. Nepodávej nic k jídlu ani pití.
5. Při závažných příznacích nebo přetrvávající bolesti zajisti lékařské ošetření nebo přivolej záchrannou službu.



Při bolesti břicha –
úlevová poloha a zajištění tepla

Nikdy:

- nepodceňuj možná rizika při bolesti břicha
- nepřikládej studené ani teplé obklady v případě bolesti břicha z neznámé příčiny
- nepodávej léky proti bolesti

Otravy

Otravy jsou způsobeny požitím jedu. Jed se může do těla dostat požitím ústy, vdechováním nebo vstřebáním kůží. Projevy bývají různé, dle požitého jedu.

První pomoc - otrava

1. Nejprve zajisti svoji vlastní bezpečnost (týká se především otravy plyny).
2. Zamez dalšímu vstřebávání jedu (vynes dítě ze zamořeného prostoru, vyčisti ústa od požitých rostlin, odstraň léky z dosahu dítěte, omyj potřísněnou pokožku).
3. Pokud je dítě v bezvědomí, postupuj jako u jiného bezvědomí, viz strana 4.
4. Pokus se zjistit druh požitého jedu, požitá množství a kdy bylo požito.
5. Pokud je vědomí dostatečně zachováno, můžeš se pokusit o vyvolání zvracení.

Vyvolání zvracení u dítěte

- se provádí mechanickým podrážděním hltanu (nikdy osolenou vodou)
- je vhodné u požití léků, jedovatých rostlin a hub, domácích jedů
- nikdy se neprovádí po požití látek, které pění (saponáty, mýdla) a látek, které jsou označeny jako žíravina (kyseliny, zásady)



Vyvolání zvracení
podrážděním hltanu – při požití
léků, jedů, jedovatých rostlin a hub

6. Dítěti zajisti lékařské vyšetření, v závažných případech přivolej záchrannou službu.
7. V případě zasažení pokožky chemikálií, pokožku dostatečně omývej čistou vodou tak, aby nedošlo k zasažení nepostižených částí těla.
8. Při požití žíraviny vypláchni ústa dítěte vodou, dej pozor na další potřísnění a přivolej záchrannou službu.

Nikdy:

- nepodávej k neutralizaci jedu mléko
- při požití žíraviny nedávej nic k pití, nesnaž se žíravinu neutralizovat jinou chemikálií

Stavy dechové nedostatečnosti u dětí bývají nejčastěji zapříčiněny zhoršením průduškového astmatu, a nebo nastanou v souvislosti s infekčním onemocněním laryngitidou nebo epiglotitidou.

Laryngitida

Je zánětlivé onemocnění hrtanu, nejčastěji se vyskytuje u dětí mezi 1. – 3. rokem, obvykle v noci. Dítě je dušné, jsou slyšet pískavé nebo sípavé zvuky při nádechu, obvykle se projevuje tzv. štěkavým kašlem. U těžších případů dítě promodrává.

První pomoc - laryngitida

1. Přivolej záchrannou službu.
2. Do příjezdu pomoci zajisti dítěti přívod chladného zvlhčeného vzduchu. Dítě zabal do přikrývky a posad k otevřenému oknu nebo otevřené chladničce či mrazničce.
3. Pokud má dítě pro tyto případy předepsány léky (nejčastěji čípky), podej je.

Epiglotitida

Je zánětlivé onemocnění hrtanové příklopky. Projevuje se obtížným dýcháním, dítě se snaží posadit, vleže se mu hůře dýchá. Dítě bývá nápadně klidné, pociťuje bolest při polykání, z úst tečou sliny.

První pomoc - epiglotida

1. Přivolej záchrannou službu.
2. Zajisti dítěti přívod chladného zvlhčeného vzduchu.
3. Dítě polohuj do polosedu.

Astmatický záchvat

Náhlé zhoršení astmatu se projevuje dušností, především při výdechu. Dítě má suchý dráždivý kašel, mohou být slyšet pískoty při nádechu. Dítě je úzkostné, v těžších stavech promodrává.

První pomoc - astmatický záchvat

1. Zajisti přísuvod čerstvého vzduchu.
2. Ulož dítě do polosedu nebo do jiné polohy, která mu usnadní dýchání.
3. Dítě uklidni, pokus se jeho dýchání vrátit do normálního rytmu.
4. Pokud má dítě pro tyto případy předepsány léky (nejčastěji inhalační sprej), podej je.
5. Pokud nedojde po podání léků ke zlepšení stavu, nebo léky nejsou k dispozici, přivolej záchrannou službu.



Podání léků při
astmatickém záchvatu

Alergická reakce

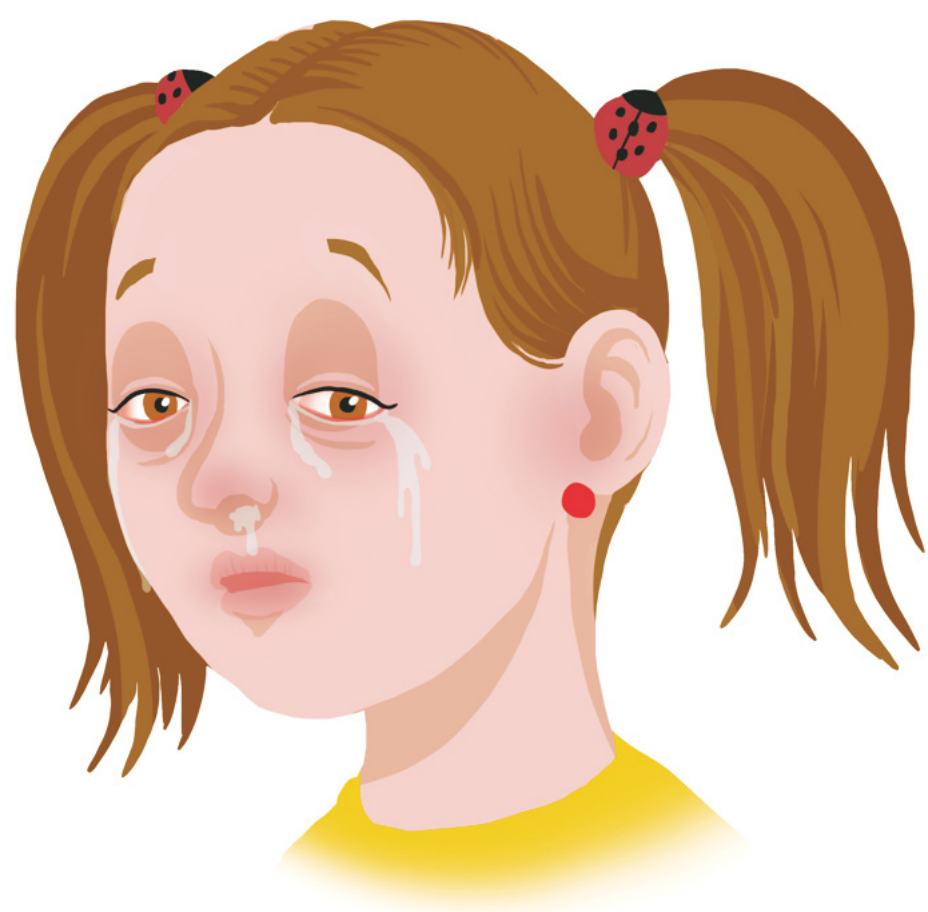
Nejčastější látky vyvolávající alergii bývají prach, pyl, potraviny, léky, hmyzí jed.

Mírné příznaky:

- svědění
- rýma, slzení
- zarudnutí

Závažné příznaky:

- kopřivka, vyrážka
- celkové otoky
- obtížné dýchání, dušnost až dušení
- nevolnost, zvracení



Příznaky alergie –
slzení, rýma, zčervenání sliznic

První pomoc - alergická reakce

1. Odstraň zdroj alergické reakce (dostaň dítě pryč od zdroje pylu, zastav podávání léku, zabraň další konzumaci potravin).
2. V případě lehkých příznaků podej dítěti léky, které má předepsány (kapky, sprej).
3. Při mírných příznacích u bodnutí hmyzem podej gel s obsahem antihistaminika.
4. Při závažných projevech alergie podej dítěti léky, které má pro tento účel předepsány.
5. S přivoláním záchranné služby nečekej do rozvinutí závažných příznaků, volej ihned.
6. Ochlazováním zmírníš alergické projevy do příjezdu odborné pomoci.



Podání Epipenu
při silné alergické reakci

Konec

© Hlídačky.cz s.r.o., 2019

Veškeré texty, obrázky a jiné informace v této publikaci jsou chráněny autorským právem společnosti Hlídačky.cz s.r.o. Šíření této publikace v původní formě bez úprav je dovoleno.

Autoři publikace nepřebírají žádnou odpovědnost za zdravotní potíže, poškození zdraví či jakékoli jiné škody, které vzniknou v důsledku použití jakékoli části obsahu této publikce. Veškeré texty a obrázky mají pouze informativní charakter a Hlídačky.cz s.r.o. nenesou žádnou odpovědnost za pravdivost, přesnost a úplnost informací.