

ÚRAZOVÁ PREVENCE PRO DĚTI 1–3 ROKY

Pozor! Děti ve věku 1–3 roky jsou nebezpečnými průzkumníky a ochutnavači, procházejí obdobím prvního vzdoru!

Dítě začíná chodit a stává se zvědavým průzkumníkem, otvírá zásuvky, dveře, okna – často si přiskřípne prsty, napodobuje činnosti dospělých. Věková skupina 1–4 roky je nejrizikovější skupinou z hlediska tonutí, kdy děti nejčastěji tonou v domácích bazénech. Ve věku 2–3 roky jsou velmi časté termické úrazy (nejvíce ve věku 12–18 měsíců). Věková kategorie 1–3 roky je nejkritičtější pro vznik otrav (nejvíce ve věku 24–28 měsíců), a to zvláště v domácnostech – léky, čisticí prostředky, pokojovými rostlinami. Časté jsou úrazy na hřištích. V této věkové kategorii jsou časté také úmyslné úrazy.

ČASTÝ ÚRAZ

PREVENTIVNÍ AKTIVITA

PÁDY, PORANĚNÍ

- ✓ okna – zabezpečit proti otevření na více než 10 cm – okenní zábrany
- ✓ dveře – zamknout dveře do místnosti, která není pro dítě bezpečná, klíče mimo dosah dětí (hrozí uvíznutí dítěte v místnosti či odemknutí dveří dítětem), zajistit dveře proti zavření/zabouchnutí kupř. klínovými zarážkami (hrozí poranění prstů)
- ✓ skříně a police – zajistit proti převrnutí, zásuvky a skříně – zajistit pomocí západky
- ✓ nábytek – se zaoblenými rohy, popř. použít plastové chrániče
- ✓ palandy – nepoužívat palandy do 6 let dítěte
- ✓ skleněné plochy – z netřítivého skla, nebo opatřit bezpečnostní fólií
- ✓ koberce, předložky, přezůvky, ponožky – protiskluzová úprava, gumové podložky do vany a sprch
- ✓ schodiště – horní i dolní zábrana, mezery mezi přčkami max. 10 cm, madla pro děti, viditelné protiskluzné pásy na okraje schodů
- ✓ balkony – zamezit přístup dětem, zábradlí ne z vodorovných příček, mezery mezi příčkami max. 10 cm, na balkonech nenechávat předměty, na které lze vylézt
- ✓ ostré předměty a nářadí – mimo dosah dětí
- ✓ garáže, dílny, sklepy – zamezit dětem přístup
- ✓ zbraně – uchovávat uzamčené, odděleně zbraně a náboje, vždy nenabít a zajištěné, mimo dosah dětí

TERMICKÉ ÚRAZY

- ✓ regulace teploty vody – termostatické baterie nebo míšící baterie a termostat na teplou vodu – max. 54 °C
- ✓ při vaření otočit držáky pánví a nádob směrem ke stěně, opatřit varnou desku ochranným krytem
- ✓ zásuvkovou skříňku, která může sloužit jako schůdky, mimo dosah sporáku, horkých věcí
- ✓ neotvírat horkou troubu v blízkosti dítěte
- ✓ elektrické spotřebiče nenechávat zapojené v síti, kabely mimo dosah dětí
- ✓ nepoužívat ubrusy – hrozí nebezpečí strhnutí
- ✓ odstranit nádoby s horkou tekutinou, zvláště olejem – z dosahu dětí
- ✓ odstranit zapalovače, zápalky, kamna, zahradní grily a ohniště – z dosahu dětí

VDECHNUTÍ, UDUŠENÍ, UŠKRCENÍ

- ✓ nepodávat dětem rizikové pochutiny – burské oříšky, burizony, bonbony, žvýkačky
- ✓ tkanice, šňůrky, pásky apod. na hraní nesmějí být delší než 15 cm, u oblečení nepoužívat tkanice
- ✓ odpadkové koše, igelitové sáčky a tašky mimo dosah dětí

UTONUTÍ

- ✓ nenechávat děti bez dozoru dospělé osoby ve vodě ani v blízkosti vody, a to ani děti plavce
- ✓ domácí bazény oplotit a vodní nádrže (studny, septilky, jímky, sudy/kontejnery) bezpečně zakrýt!
- ✓ používat plovací vesty – zvláště v blízkosti přírodních vodních ploch
- ✓ naučit děti plavat co nejdříve

OTRAVY	<ul style="list-style-type: none"> ✓ čisticí prostředky, léky apod. – uchovávat mimo dosah dětí, používat bezpečnostní uzávěry, neuchovávat v obalech od nápojů, skladovat odděleně od potravin a nápojů ✓ v lednici – uchovávat alkohol a léky mimo dosah dětí ✓ jedovaté rostliny a rostliny způsobující kožní reakce (dieffenbachie, filodendron, konvalinky...) odstranit z dosahu dětí
DOPRAVNÍ ÚRAZY	<ul style="list-style-type: none"> ✓ nepřevážet dítě na klíně, nedovolit dětem při jízdě stát mezi sedadly nebo ležet na zadních sedadlech! neposazovat dítě mladší 12 let a menší 150 cm na přední sedadlo, také platí pro veřejnou dopravu, nepoužívat baby nosič ve veřejné dopravě, ale kočárek ✓ používat vhodný zádržný systém – dětskou autosedačku správně připevnit, pro děti do 3 let je bezpečnější upevnit dětskou autosedačku zády ke směru jízdy, při umístění autosedačky na předním sedadle nesmí být aktivován airbag ✓ nepoužívat bezpečnostní pás přes dospělou osobu a dítě zároveň, bezpečnostní pásy musejí být ve správné poloze – přes rameno (klíční kost) a pánev (ne přes krk a břicho) ✓ používat bezpečnostní pojistku proti otevření dveří automobilu ✓ při nastupování a vystupování z automobilu používat dveře na straně chodníku ✓ používat reflexní prvky na odraždla, koloběžky, tříkolky, kola, školní brašny, oblečení dětí ✓ dbát na dobrý technický stav kol, koloběžek, tříkolek apod., ✓ dítě vést vždy při vnitřní straně chodníku ✓ přes přechod – má být odraždlo, koloběžka, tříkolka, kolo – vždy vedeno!
ÚRAZY NA HŘIŠTI A PŘI SPORTU	<ul style="list-style-type: none"> ✓ výuka sportů pod vedením dospělé osoby ✓ používat ochranné pomůcky při sportu – přilba, chrániče loktů, kolen, zápěstí ✓ vhodné podkladové materiály na hřištích – guma, písek 30 cm, do vzdálenosti 1,5 m v okolí zařízení

- **Úraz dítěte vždy znamená zanedbání péče ze strany rodiče, resp. pečující osoby, a to se všemi právními důsledky!**
- **Je nezbytné zajistit dozor dítěte dospělou osobou! Neponechávat dítě pod dozorem staršího sourozence či kamaráda! Nenechávat děti samotné doma!**

• **Důležitá telefonní čísla:**

Záchraná služba	155/112
Policie	158
Hasiči	150
Městská policie	156
Toxikologické středisko	224 919 293, 224 915 402

• **Zásady resuscitace:**

uvolnit dýchací cesty
zahájit resuscitaci pěti vdechy, poté střídát 30 stisknutí hrudníku : 2 vdechům (30:2)

• **Zásady ošetření ran a popálenin:**

očištění a dezinfekce rány, sterilní krytí
chlazení popálenin, opařenin

- **Letáky si můžete stáhnout na stránkách NKC www.nkcpcu.cz**



Vydalo Národní centrum prevence dětských úrazů, násilí a bezpečnosti pro děti ve FN v Motole za podpory Ministerstva zdravotnictví „Projektu prevence dětských úrazů“ OZS /4/4113/2013