


ÚRAZOVÁ PREVENCE PRO DĚTI 3–5 LET

Pozor! Děti ve věku 3–5 let jsou značně samostatné, převažují u nich pohybové dovednosti nad rozumovými, přeceňují své síly, schopnosti a dovednosti!

V tomto období se rychle rozvíjejí pohybové schopnosti dětí, děti se často zraní při hře a sportu, na hřištích, časté jsou pády, tonutí, otravy (nejvíce v domácnostech, na zahradách, v parcích a volné přírodě, garážích, dílnách), časté jsou také dopravní úrazy.

ČASTÝ ÚRAZ	PREVENTIVNÍ AKTIVITA
UTONUTÍ	<ul style="list-style-type: none">✓ nenechávat děti bez dozoru dospělé osoby ve vodě ani v blízkosti vody, a to ani děti plavce✓ domácí bazény oplotit a vodní nádrže (studny, septiky, jímky, sudy/kontejnery) bezpečně zakrýt✓ používat plovací vesty – zvláště v blízkosti přírodních vodních ploch✓ naučit děti plavat co nejdříve
PÁDY Z VÝŠEK	<ul style="list-style-type: none">✓ nepoužívat palandy do 6 let✓ skleněné plochy – z netřísťivého skla, nebo opatřit bezpečnostní fólií✓ balkony – zamezit přístup dětem, zábradlí ne z vodorovných příček, na balkonech nenechávat předměty, na které lze vylézt
DOPRAVNÍ ÚRAZY	<ul style="list-style-type: none">✓ nenechávat dítě v autě bez dozoru, zamezit dítěti manipulaci s ovládacími prvky auta✓ nedovolit dětem při jízdě stát mezi sedadly nebo ležet na zadních sedadlech! neposazovat dítě mladší 12 let a menší 150 cm na přední sedadlo✓ vždy používat vhodný zádržný systém✓ dveře automobilu – zajistit bezpečnostní pojistkou proti otevření✓ při nastupování a vystupování z automobilu – používat dveře na straně chodníku✓ používat reflexní prvky – na odrážedla, koloběžky, tříkolky, kola, školní brašny, oblečení dětí✓ dbát na dobrý technický stav kol, koloběžek, tříkolek apod.✓ dítě má jít/jet při vnitřní straně chodníku✓ přes přechod – má být odrážedlo, koloběžka, tříkolka, kolo – vždy vedeno!
OTRAVY	<ul style="list-style-type: none">✓ čisticí prostředky, léky apod. – 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✓ rostliny, které jsou jedovaté či způsobují kožní reakce, odstranit z dosahu dětí

<p>TERMICKÉ ÚRAZY</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ regulace teploty vody – termostatické baterie nebo mísící 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 ✓ odstranit nádoby s horkými tekutinami zvl. olejem z dosahu dětí ✓ zapalovače, zápalky, kamna, zahradní grily, otevřený oheň, zábavní pyrotechnika – z dosahu dětí 										
<p>ÚRAZY PŘI HŘE A SPORTU</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ výuka sportů pod odborným vedením či 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 od zařízení 										
<p>OSTATNÍ ÚRAZY</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ zbraně – uchovávat uzamčené, odděleně zbraně a náboje, vždy nenabitě a zajištěné, mimo dosah dětí ✓ garáže, dílny, sklepy – zamezit dětem přístup 										
<ul style="list-style-type: none"> • 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! <ul style="list-style-type: none"> • Důležitá telefonní čísla: <table style="margin-left: 20px; border: none;"> <tr> <td>Záchranná služba</td> <td>155/112</td> </tr> <tr> <td>Policie</td> <td>158</td> </tr> <tr> <td>Hasiči</td> <td>150</td> </tr> <tr> <td>Městská policie</td> <td>156</td> </tr> <tr> <td>Toxikologické středisko</td> <td>224 919 293, 224 915 402</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> • Zásady resuscitace: uvolnit dýchací cesty zahájit resuscitaci pěti vdechy, poté střídát 30 stisknutí hrudníku : 2 vdechům (30:2) <ul style="list-style-type: none"> • Zásady ošetření ran a popálenin: očištění a dezinfekce rány, sterilní krytí chlazení popálenin, opařenin <ul style="list-style-type: none"> • Letáky si můžete stáhnout na stránkách NKC www.nkcpcu.cz <div style="text-align: right; margin-top: 20px;">  </div>		Záchranná služba	155/112	Policie	158	Hasiči	150	Městská policie	156	Toxikologické středisko	224 919 293, 224 915 402
Záchranná služba	155/112										
Policie	158										
Hasiči	150										
Městská policie	156										
Toxikologické středisko	224 919 293, 224 915 402										
<p>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</p>											