

## Pierwsza pomoc



Nieszczęśliwy wypadek może przytrafić się każdemu, nawet małemu dziecku otoczonemu troskliwą opieką. Jednak wiele wypadków dzieci wynika z braku wystarczającej uwagi rodziców czy też nienadążania ich wyobraźni za pomysłowością malucha. W niektórych sytuacjach, zanim przybędzie wezwana pomoc lekarska, musicie sami podjąć natychmiastową akcję ratowniczą, bo kilka minut może zdecydować o życiu lub stanie zdrowia waszego dziecka. **Gdy stwierdzisz brak oddechu i tętna u dziecka, staraj się wezwać pogotowie ratunkowe – numer 999, z telefonu komórkowego 112**, pomiędzy wykonywaniem poszczególnych czynności reanimacyjnych. W obecności innej osoby, to ona niech natychmiast wezwie pomoc lekarską.

### Utrata przytomności

Gdy dziecko uderzy się mocno w głowę, spadnie z wysokości może stracić przytomność. Nie wolno nim wtedy potrząsać. Reakcję na bodźce sprawdza się drażniąc je w stópki i wołając po imieniu. W przypadku utraty przytomności jak najszybciej trzeba wezwać pogotowie ratunkowe. Zanim dotrze lekarz, sprawdź, czy dziecko oddycha. Jeśli doszło do urazu głowy, szyi, kręgosłupa (znakami jest porażenie, wiotkość mięśni, sztywność karku), nie ruszaj dziecka z miejsca. Możesz to zrobić jedynie w przypadku, gdy grozi mu niebezpieczeństwo lub dziecko nie oddycha. Podnieś wtedy całe ciało i podtrzymując głowę, połóż je ostrożnie na plecach.

Sztuczne oddychanie u niemowlęcia



### Pozycja bezpieczna

W takiej pozycji można położyć dziecko, które jest nieprzytomne, ale oddycha i nie podejrzewasz u niego urazu kręgosłupa.

Gdy dziecko leży na wznak, wzdłuż boku ułóż mu rączkę od twojej strony, drugą połóż zgiętą na klatce piersiowej. Nogę zewnętrzną załóż na tę leżącą od twojej strony. Teraz staraj się delikatnie przetoczyć dziecko na położony obok koc lub kołdrę. Jedną dłońią podtrzymuj jego głowę, drugą chwyć za biodra i ostrożnie przewróć dziecko, tak by leżało na brzuszku, z głową obróconą w bok i brodą wysuniętą do przodu. Rękę spod biodra połóż wzdłuż jego boku. Rękę po drugiej stronie i nogę zegnij pod kątem prostym. Do czasu przybycia lekarza sprawdzaj oddech i tętno dziecka.

### Czy dziecko oddycha?

Czynność oddechową sprawdza się, kładąc dziecko na plecach, z głową odchyloną nieco do tyłu i bródką uniesioną do góry. Przyłóż ucho do ust i nosa dziecka, by usłyszeć odgłos oddychania. Możesz też przystawić lusterko, które pokryje się mgiełką pary wodnej, jeśli oddech nie zanikł.

W przypadku braku oznak oddychania, połóż dziecko na swoich kolanach z twarzą zwróconą do podłogi. Palcem sprawdź, czy w gardle nie utknęło jakieś ciało (uważaj, by nie wepchnąć go głębiej). Ponownie sprawdź oddech dziecka. Jeśli dziecko oddycha, połóż je w opisanej wyżej tzw. pozycji bezpiecznej.

Sztuczne oddychanie u starszego dziecka

