

ПРОЈЕКАТИ СИГУРАН СВЕТ

ОПААААА!



СНО



ВОДИЧ ЗА ПРЕВЕНЦИЈУ ПОВРЕДА И ТРОВАЊА
УПУТСТВО ЗА БЕЗБЕДНО ОДГАЈАЊЕ
ВЕЛИКИХ МАЛИХ АВАНТУРИСТА

пројекат "СИГУРАН СВЕТ"

ОПАААА!

СНО

Овај материјал је намењен родитељима деце
узраста 1 до 5 година, како би им помогао
да свој дом учине безбеднијим за децу



ВОДИЧ ЗА ПРЕВЕНЦИЈУ ПОВРЕДА И ТРОВАЊА
УПУТСТВО ЗА БЕЗБЕДНО ОДГАЈАЊЕ
ВЕЛИКИХ МАЛИХ АВАНТУРИСТА

Превенција повреда у Кући

Ко, где, шта?

Задесне повреде се могу догодити у било ком узрасту. Сваке године се у Новом Саду око 5000 деце предшколског узраста обраћа лекару због повреда или тровања, а око 350 лечи болнички.

Ко?

Задесне повреде су чешће код деце школског узраста и адолесцената (младих узраста 10 до 19 година), али су забрањавајуће честе и код мале деце.

Где?

Повреде се могу догодити у свакој просторији у кући или стану: на степеништу/предсобљу, у дневој соби, спаваћој соби, купатилу, кухињи/трпезарији, остави, на балкону.

КАКО НАСТАЈУ ЗАДЕСНЕ ПОВРЕДЕ?

Најчешће задесне повреде настају када је дете без адекватног надзора одраслих, мада се некада дешавају и у присуству родитеља или других одраслих особа, уколико им пажња није усмерена на дете или дете направи неочекивано брз покрет. За настанак повреде је потребно само неколико секунди, а последице могу да буду трајне.

КАКО СПРЕЧИТИ НАСТАНАК ПОВРЕДА?

малу децу никада не остављајте

без надзора одраслих:

док чувате децу, будите довољно близу да можете одмах прискочити у помоћ;

простор у којем чувате децу унапред начините безбеднијим или држите на оку све евентуалне опасности.



Шта предузети?

НА СТЕПЕНИШТУ И У ПРЕДСОБЉУ:

- излазна врата стана држите затворена и закључана како дете не би само изашло из стана или куће;
- поставите сигурносну оgradu, држите је затворену;
- шипке на огради степеништа и креветића би требало да буду размачнуте мање од 6,5 cm, како би се спречило заглављивање или провлачење;
- на степеништу треба да постоји подлога која спречава клизање (гумене траке и сл.);
- водите рачуна да на степеништу не остану играчке или други ситни предмети на које можете нагазити ви или дете и оклизнути се.

ДНЕВНА СОБА:

- заштитите оштре углове намештаја гуменом или другом меканом заштитом, склоните у страну столице, нарочито са стакленом површином;
- на фиоке и ормане поставите сигурносне браве или посебне „чичак-налепнице“, али не заборавите да оне не спречавају у потпуности малу децу да их отворе – само их успоравају;
- можете одредити фиоке и делове ормана и прогласити их њиховим.

КУХИЊА/ТРПЕЗАРИЈА:

- водите рачуна да дете не буде у близини врућих предмета (рерни, шпорета) и отвореног пламена;
- када кувате користите ринглу шпорета која је даље од ивице:

- дршке посуђа у коме кувате окрените од ивице шпорета;

- ножеве, маказе и остале оштре предмете држите у ладници која има сигурносну браву или на месту које је недоступно детету;
- одмакните електричне уређаје попут тостера, миксера, блендера, „мултипрактика“ од ивица радних површина и држите их искључене из струје када нису у употреби;
- вежите дете док седи у столицу за храњење;
- обратите пажњу да дете не повуче столњак са стола који је постављен, нарочито ако је на њему нешто оштро или вруће.

СПАВАЋА СОБА:

- дециј крветић удаљите од прозора;
- пелену мењајте на поду или некој ниској површини (код детета изнад
- годину дана избегавајте употребу стола за преповијање);
- не остављајте електричне апарате на дохват руке детету (фен, електрични саг и сл.).

КУПАТИЛО:

- оштре предмете као што су бријачи, маказе и слично, држите изван домаћаја и погледа детета како не би покушавало да се попне и дохвати их;
- пре купања детета искључите бојлер;
- проверите колика је температура воде у славинама, потрудите се да буде таква да не може да изазове опекотине ако дете само отвори славину са топлом водом;

- пре него што дете ставите у каду проверите температуру воде;
- никада не остављајте сáмо дете у кади;
- чим завршите купање испразните каду;
- не држите фен и друге електричне уређаје на месту са ког могу упасти у воду.

БАЛКОН:

- никада не дозвољавајте детету да само буде на балкону;
- са балкона уклоните столице и остале предмете на које дете може да се попне;
- размак између шипки на огради балкона не би требало да буде шири од 6,5 cm; ако јесте, поставите сигурносну мрежу.

У ЦЕЛОЈ КУЋИ ИЛИ СТАНУ:

- 1 високи делови намештаја попут ормана или полица треба да буду фиксирани за зид;
- 2 пожељно је да у кући имате противпожарни аларм који је исправан;
- 3 пожељно је у кући имати противпожарни апарат, који се чува ван дохвата детета;
- 4 користите неупадљиве заштитнике за утичнице које само ви можете да извадите помоћу посебног кључа;
- 5 водите рачуна да играчке и ситни предмети не буду разбацани по поду како бисте избегли да се саплете дете или ви док га носите у рукама;
- 6 пожељно је да дете носи обућу са гуменим ђоном или чарапе са гуменим „флексицама“, како се не би оклизнуло на поду;
- 7 доњи делови стаклених врата треба да буду заштићени неком чврстом заштитом (летве, дрвена плоча и сл.) или да буду од непробојног стакла;
- 8 ниски прозори или прозори уз које се налази намештај на који се дете може попети и досећи браве на прозорима треба да имају додатне резе;
- 9 онемогућите играње гајтанима, кашима (за одећу и ролетне) конопцима и сличним средствима којима би се евентуално дете могло задавити;
- 10 онемогућите да се дете игра кесама, а нарочито да их ставља на главу како би се избегло гушење;
- 11 онемогућите деци овог узраста приступ кликерима, ситним коцкицама за игру, перлицама, грицкалицама (семенке, кикирики и сл.), намирницама попут пасуља, грашка, пиринча – због могућности удаха ситних делова и угушења;
- 12 никада немојте да пијете вруће напитке (чај, кафу) док вам дете седи у крилу, и да их остављате близу ивице стола;
- 13 шибице и упаљаче држите закључане.

?!!!!?

Трениција задесних ТРОВАЊА КОД ДЕЦЕ КО?

Задесна тровања се могу јавити у било ком узрасту. Више од половине свих тровања се дешава у деце узраста до 6 година, а најчешће код деце узраста од 18 месеци до 3 године. Мала деца су веома радознала и скоро све ствари стављају у уста.

ГДЕ?

Отровне материје се налазе свуда око нас: у кући, стану, вртићима, школама, на игралиштима.

ШТА?

У свакој просторији у вашем дому постоје материје које могу бити штетне за дете. Деца све што виде често пожеље да додирну, пробају, намажу или помиришу.

У соби: лекови, витамини, парфем, колоњска вода,

лосион после бријање, лакови за косу, шминка.

У кухињи: сапун, детерџенти за судове; средства за чишћење, лекови (сирупи) у фрижидеру, гас из боце у шпорету.

У купатилу: средства за чишћење санитарија, лекови, средства за испирање уста – флуориди (препарати за зубе), лосион за бријање, дезодоранс, шампони/ средства за негу косе, ацетон, детерџенти за веш, избелјивачи и омекшивачи за веш.

У гаражи, подруму, остави: моторно уље, антифриз, пестициди

(средства против инсеката, глодара и сл.), лепкови, боје и лакови, разређивач, издувни гасови мотора.

Остало: алкохолна пића, цигарете, биљке, гасови (инсталације на плин, ложење на угаљ и чврсте материје).



КАКО НАСТАЈУ ЗАДЕСНА ТРОВАЊА?

Некада деца до отровне материје дођу сама, или у игри са вршњацима, а понекад се дешава да им одрасли грешком дају отровну материју.

НАЈЧЕШЋЕ СЕ ЗАДЕСНА ТРОВАЊА ДЕШАВАЈУ ЈЕР:

- су отровне материје лако доступне деци;
- се отровне материје налазе у неоригиналној или необележеној амбалажи;
- родитељ или друга одрасла особа грешком замени лек;
- родитељ или друга одрасла особа ненамерно предозира лек;
- су гасне инсталације у кући неисправне.

ОТРОВИ МОГУ ДОСПЕТИ У ОРГАНИЗАМ:

- преко уста – најчешће се прогутају или попију лекови;
- удисањем – разни гасови, испарљиве материје;
- преко коже и очију – контакт са отровом, уједи инсеката.

Како спречити настанак тровања: малу децу никада не треба остављати без надзора одраслих!

ТРОВАЊА ЛЕКОВИМА:

- лекове држите закључане;
- након употребе амбалажу лека добро затворите;
- водите рачуна да вам лекови не падну на под или не остану на столу „само док одем да наточим воду“;
- не називајте таблете бомбонама, а сирупе соковима;
- не узимајте лекове пред децом, како не би пожелели да их сами пробају;
- не дозвољавајте детету да се игра празном амбалажом лека.

ТРОВАЊЕ ХЕМИКАЛИЈАМА КОЈЕ СЕ КОРИСТЕ У КУЋИ:

- по могућности држите их у закључаној просторији или ормарићу који је закључан или постављен ван домаћаја деце;
- немојте их држати на поду (поред тоалета и слично);
- немојте их сипати у амбалажу од сока, јогурта или другу амбалажу познату деци;
- избегавајте употребу средстава за чишћење која садрже киселине и базе.

ТРОВАЊЕ ПЕСТИЦИДИМА (средства за заштиту биља, средства против инсеката, средства против глодара):

- средства против глодара немојте држати на местима лако доступним деци (нпр. сакрити их иза намештаја);
- инсектициде користите искључиво када дете није у близини;
- држите их у закључаној просторији.

ТРОВАЊЕ ГАСОВИМА:

- редовно проверавајте плинску инсталацију, пећи и друге уређаје у кући;
- редовно проветравајте просторије у којима се ложи и одржавајте димњаке у исправном стању (најмање једанпут годишње од стране стручног лица);
- не ложите недозвољене материје (коришћена уља, пластику, амбалажу, пелене, лаком и фарбом обрађено дрво, кућно смеће, одећу итд.);
- не „палите“ ауто у затвореној гаражи.

ТРОВАЊЕ БИЉКАМА:

- немојте у кући држати биљке које су отровне, посаветујте се са стручњаком о томе које су биљке неотровне односно „безбедне“...

Шта УРАДИТИ кад дође до ЗАДЕСНОГ ТРОВАЊА?

- прекинути даље излагање отрову;
- уколико је дете прогутало или попило отровну материју, неопходно је одстранити остатак отрова из уста:
- дати детету да попије воду, млеко уколико је дете будно и способно да гулта;
- уколико је сумња на тровање угљен моноксидом, отрованог треба одмах изнети на свеж ваздух а уколико не дише – дати вештачко дисање;
- уколико је дошло до контакта отрова са кожом, треба скинути одећу и опрати кожу под млазом воде;
- уколико је дошло до контакта отрова са очима, треба одмах испрати очи млаком водом током 15 минута;
- поступити по упутству датом у сигурносном листу производа или истакнутом на амбалажи (производ или амбалажу понети код лекара, уколико је неопходна лекарска помоћ);
- Уколико је дошло до прекида дисања, рада срца, губитка свести позвати одмах **ХИТНУ ПОМОЋ (94)**;
- Јавити се у надлежну амбуланту; уколико нисте у могућности да одете, позовите надлежну амбуланту у дому здравља или болницу да бисте добили савет како да поступите.

По потреби, позвати **Институт за здравствену заштиту деце и омладине Војводине**. Одељене опште и адолесцентне педијатрије са токсикологијом (тел: 021/ 4880-411, односно 4880-444 лок.411), радним

даном у преподневним сатима. 24 сата, сваки дан током године, на располагању је **Центар за контролу тровања, Војно медицинска академија – ВМА (Београд), тел: 011/3608-440.**

Пре него што позовете лекара припремите се да му дате што прецизније податке о врсти и саставу отровне материје, количини и времену када је дете унело отров.

Шта Не ТРЕБА УРАДИТИ?

- Не бацајте отров док не стигне хитна помоћ или га понесите са собом код лекара. Он може бити веома значајан у правилном поступку лечења;
- Не изазивајте повраћање;
- Немојте давати детету ништа да једе;
- Ако је отров доспео у очи, само их испирајте водом, не стављајте ништа преко њих (ни газу, ни марамнице и сл.).

Када се не чују -
обратиће пажњу *myias page!!!*



Издавач: Институт за јавно здравље Војводине
Главни и одговорни уредник: проф. др Марија Јевтић

Аутори:

Др Светлана Кузмановић,
Институт за здравствену заштиту деце и омладине Војводине

Доц. др Александра Стојадиновић
Институт за здравствену заштиту деце и омладине Војводине

Проф. др Радоица Јокић
Институт за здравствену заштиту деце и омладине Војводине

Проф. др Душанка Добановачки
Институт за здравствену заштиту деце и омладине Војводине

Асист. мр сц Оља Нићифоровић Шурковић
Институт за јавно здравље Војводине

Виолета Поповић, вмс
Институт за јавно здравље Војводине

Асист. др Милка Поповић
Институт за јавно здравље Војводине

Проф. др Марија Јевтић
Институт за јавно здравље Војводине

Дизајн: PeterGregsonStudio

Илустрације: Лазар Бодрожа и Маријана Зарић

Штампа: Futura, Novi Sad



Потрудимо се да наш свет
буде "СИГУРАН СВЕТ"

пројекат "СИГУРАН СВЕТ"

ВОДИЧ ЗА ПРЕВЕНЦИЈУ ПОВРЕДА И ТРОВАЊА
УПУТСТВО ЗА БЕЗБЕДНО ОДГАЈАЊЕ
ВЕЛИКИХ МАЛИХ АВАНТУРИСТА