Безопасность Вашего малыша

Рождение ребенка, несомненно, приносит радость и счастье в жизнь каждой семьи. Но, не следует забывать, что маленький ребенок это, прежде всего, ответственность, и его здоровье находится в Ваших руках.

В данной брошюре Вы найдете простые и полезные советы, как оказать первую помощь при травмах и отравлениях, а значит сберечь здоровье и жизнь Вашего ребенка.

Цап Наталья Александровна - заведующая кафедрой хирургических болезней детского возраста УГМА, главный внештатный детский хирург Управления здравоохранения г. Екатеринбурга.

Ксенофонтова Ольга Леонидовна – главный педиатр Управления здравоохранения г.Екатеринбурга.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ.

Дети любого возраста больше всего любят активные игры со сверстниками. Но, иногда, невинные шалости могут привести к различным травмам и здесь главное суметь оказать ребенку первую помощь.

Ушиб - повреждение тканей или органов без нарушения целости кожи непосредственным действием тупого предмета (падение, удар).

Симптомы: боль, кровоподтек, припухлость. Ушибы в области суставов могут вызвать кровоизлияние в полость сустава. Отмечается нарушение функции ушибленного органа. Боль в области ушиба обычно умеренная и при небольших травмах проходит быстро. Сильные боли возникают при ушибах фаланг пальцев, при кровоизлиянии под ногтевую пластинку.

Первая помощь: обеспечить покой возвышенным положением ушибленной области, фиксировать повязкой, приложить холод.

Обратиться в травматологический пункт.

Растяжение - повреждение связок, сухожилий, мышц без нарушения их анатомической

непрерывности. Возникает при совершении резкого движения, чаще всего в голеностопном суставе.

Симптомы: интенсивная кратковременная боль, затем светлый промежуток на 1-3 часа, когда ребенок не жалуется, слегка прихрамывает на больную ногу. В процессе нагрузки боль нарастает, опора на стопу становится резко болезненной, появляется отек. Пальпация болезненна, движения ограничены из-за боли.

Первая помощь: приложить холод.

Немедленно обратиться в травматологический пункт.

Ранения (разрывы) мягких тканей – возникают при механическом воздействии внешних причин. Чаще у детей встречаются ушибленные, укушенные раны, но не исключены колото-резаные, рубленые, огнестрельные раны.

Первая помощь: обработать кожу вокруг раны спиртом, промыть 3% раствором перекиси водорода, закрыть стерильной салфеткой, наложить повязку.

Нельзя удалять крупные инородные тела из ран. Необходимо обезболить, успокоить ребенка, иммобилизировать поврежденную конечность. Раны часто сопровождаются кровотечением,

которое необходимо временно остановить разными способами: наложить давящую повязку, прижать артерии выше (а вены ниже) места повреждения, приподнять поврежденную часть тела, наложить жгут.

Срочно вызвать бригаду скорой помощи, или самостоятельно отвезти ребенка в травматологический пункт, в хирургическое отделение.

Переломы костей – могут быть закрытыми и открытыми (повреждена кожа), без смещения и со смещением костных отломков.

Симптомы: в момент травмы возникает сильная боль, появляется припухлость и кровоизлияние над переломом, деформация конечности и нарушение ее функции, при открытых переломах - рваная рана с видимыми отломками кости.

Первая помощь: ребенка обезболить, успокоить, провести транспортную иммобилизацию конечности для безопасной транспортировки в лечебное учреждение. Иммобилизация осуществляется посредством наложения шин или фиксации конечности к телу. Если нет шины, используйте дощечки, твердый картон с прокладками из мягкого материала. При выраженной деформации конечности не пытайтесь выпрямить

её путем вытяжения, не применяйте силу, зафиксируйте конечность в том положении, в котором она была обнаружена. Шина должна обездвиживать один сустав выше и все суставы ниже места предполагаемого перелома. После наложения шины вновь проверьте пульс ниже места наложения шины. В случае открытого перелома не вправляйте в рану отломки костей. Остановите кровотечение. Наложите чистую повязку и затем проведите транспортную иммобилизацию конечности.

Срочно вызвать бригаду скорой помощи, или самостоятельно отвезти ребенка в травматологический пункт, в травматологическое отделение.

Перелом позвоночника - наиболее часто у детей встречаются неосложненные компрессионные переломы тел позвонков. Возникают в результате падения с высоты на ягодицы, пятки или при падении на спину с форсированным сгибанием.

Симптомы: боль в спине, которая усиливается при движениях (особенно при сгибании), задержка дыхания, болезненность при нажатии в области перелома.

Первая помощь: обезболить, уложить на жесткий щит. Укладывание и снятие производят осторожно, не сгибая позвоночник.

Организовать щадящую транспортировку в травматологическое отделение.

Переломы костей таза - возникают в результате дорожно-транспортного происшествия, падения ребенка с большой высоты или падения на область таза тяжелых предметов (футбольные ворота, качели).

***Симптомы*:** боль в области перелома, болезненность при сжатии таза с боков, при давлении на лонное сочленение, симптом «прилипшей пятки», вынужденное положение: ноги согнуты в коленях и отведены. Переломы таза могут сопровождаться кровоизлиянием во внутритазовую клетчатку, травматическим шоком.

Первая помощь: обезболить, организовать щадящую транспортировку на жестком щите, ноги полусогнуты и слегка разведены, под колени положить плотный валик из одеяла, одежды.

Организовать щадящую транспортировку в травматологическое отделение.

Черепно-мозговая травма (ЧМТ) – возникает после сильного удара по голове, после падения с ударом головой. Возможны ушибы, раны головы без повреждения и с повреждением черепа и головного мозга.

Симптомы: головная боль, головокружение, тошнота, рвота, вялость, сонливость или возбуждение ребенка. Возможна утрата сознания в момент травмы, амнезия событий. При тяжелой ЧМТ нарушение сознания (сопор, кома) длительное.

Первая помощь: вызвать машину скорой помощи. Все дети с ЧМТ должны быть госпитализированы в стационар. Транспортировка на носилках в горизонтальном положении. При сильной головной боли, повторной рвоте, угнетении сознания, развитии судорог, при коматозном состоянии транспортировка в стационар производится специализированной реанимационной бригадой. До ее прибытия необходимо обеспечить проходимость дыхательных путей (вытащить запавший язык, очистить полость рта от рвотных масс, крови), повернуть голову больного на бок для предотвращения аспирации, при отсутствии самостоятельного дыхания провести искусственное. При наличии ран на голове

обработать их раствором фурациллина, наложить стерильную повязку.

Срочно вызвать бригаду скорой помощи.

Ожоги- возникают у детей в подавляющем большинстве случаев по вине взрослых. И поверхностные, и глубокие ожоги сопровождаются сильной болью, образованием пузырей. Шокогенной поверхностью у детей является площадь глубокого ожога 8 – 10%. Ожоги лица пламенем или паром могут сопровождаться ожогом глотки, гортани, трахеи, при которых нарушается механизм дыхания.

Первая помощь: устранить действие повреждающего фактора, проверить дыхание, пульс, обеспечить доступ свежего воздуха, удалить остатки сгоревшей одежды (не отрывайте плотно прилипшие части одежды). Охладить пораженное место холодной проточной водой, наложить чистую повязку, при обширном ожоге – завернуть ребенка в стерильную простынь, обезболить. Не смазывать ожог маслом или жиром. Дать пострадавшему растворы Регидрон или Оралит для восполнения потери жидкости. Раствор давать дробно каждые 3-5 минут по 50 мл. для предотвращения рвоты. Если нет этих раство-

ров, взять 1 литр воды (лучше минеральной), добавить 2 ст. ложки сахара, 0,5 ст. ложки поваренной соли и 0,5 чайной ложки соды пищевой.

Срочно вызвать машину скорой помощи, нужна госпитализация в ожоговое отделение. При ожоге малой площади после оказания первой помощи отвести ребенка к врачу, который назначит дальнейшее лечение.

Срочно вызвать бригаду скорой помощи.

Отморожение – развивается при воздействии температуры ниже 0 С°, способствует этому высокая влажность воздуха и ветер. Местному отморожению обычно подвергаются нос, уши, щёки, пальцы рук и ног.

Первая помощь: заметив побледнение этих частей, ни в коем случае не растирать и не согревать их снаружи. Самое важное, наложить термоизолирующую повязку: ватно-марлевый слой, полиэтиленовая пленка, шерстяная ткань. Тепло в поврежденный участок должно приходить с потоком крови, изнутри. Дать ребенку теплое питье.

Солнечный и тепловой удар - болезненное состояние, вызванное перегревом головы прямы-

ми солнечными лучами и общим перегреванием тела. Наиболее подвержены перегреванию светловолосые дети с бледной, нежной кожей. Перегреванию тела способствует все, что нарушает выделение пота или затрудняет испарение пота. Тепловые удары случаются не только в жаркую погоду, но происходят также в помещениях в результате длительного воздействия высокой температуры.

Симптомы: первые признаки солнечного удара - покраснение лица, сильная головная боль. Затем появляется тошнота, головокружение, потемнение в глазах, шум в ушах, сильная жажда, одышка, тошнота и рвота. Ребенок вял, его клонит ко сну. Температура повышается до 38-40°С. При тепловом ударе, кроме того, возникают судороги, возбуждение, бред, потеря сознания.

Первая помощь: ребенка следует перенести в прохладное, затемненное, но хорошо проветренное помещение, раздеть, уложить с приподнятой головой, положить лед или холодный компресс на голову и на крупные сосуды. Холодные обтирания, холодное питье. Для возбуждения дыхания осторожно дать понюхать нашатырный спирт. Смоченную ватку несколько раз поднести к носу пострадавшего, пока не нормализуется дыхание. Необходимо обильно поить солевыми раствора-

ми. В экстренных случаях, когда ребенок потерял сознание, отсутствует дыхание и не прощупывается пульс необходимо приступить к проведению искусственного дыхания и закрытого массажа сердца.

Пострадавшие от теплового и солнечного удара в зависимости от тяжести состояния госпитализируются в реанимационные или соматические отделения.

Профилактика: детей летом надо одевать в светлую легкую одежду, голову покрывать панамкой, избегать длительного пребывания под прямыми солнечными лучами, особенно среди дня, избегать обильной еды и питья в жаркие дни. При походах летом нужны частые привалы в тенистой местности, ограниченный прием жидкости, так как большое количество воды не утоляет жажду, а наоборот, вызывая усиленное потоотделение, усиливает ее. Жажда лучше утоляется чаем, вишневым отваром, хлебным квасом.

Электротравма. Поражение электрическим током происходит, когда пострадавший непосредственно соприкасается с обнаженным проводом и замыкает электрическую цепь.

Симптомы обусловлены направлением прохождения тока (петля тока). Характерно вскрикивание, при котором могут возникать ларингоспазм и асфиксия. В местах входа и выхода тока развивается отек тканей, образуются знаки тока (раны, кровоизлияния, размозжения и обугливание тканей). В легких случаях больной испуган, жалуется на "искры" в глазах, появление светобоязни. В более тяжелых случаях отмечаются головная боль, головокружение, иногда тошнота (рвота), клонические судороги, парез языка, мышечные боли, потеря сознания, нарушение сердечной деятельности.

Первая помощь состоит в освобождении пострадавшего от воздействия тока, что само по себе может спасти ему жизнь: необходимо отключить источник тока (рубильник, пробки) или перерубить провода на разных уровнях топором с деревянной сухой рукояткой. Можно оттащить пострадавшего за ремень или сухую полу одежды, избегая касаний обнаженных конечностей или обуви (металлические гвозди), используя сухую ткань, дерево, пластик. Ребенка уложить, освободить от стесняющей одежды, согреть. При отсутствии сознания дать понюхать нашатырный спирт. При отсутствии дыхания и

сердцебиения приступить к искусственному дыханию и массажу сердца. В первые часы после травмы обычно трудно установить степень поражения. Поэтому больной с электротравмой даже при кажущемся легком поражении должен быть срочно госпитализирован. Такие больные считаются тяжелыми и требуют самого тщательного врачебного наблюдения.

Укус насекомого. Человек может вынести более 100 укусов насекомых, но у людей с повышенной чувствительностью организма даже один укус может вызвать смерть. Наибольшую опасность представляют укусы медоносной пчелы, осы-шершня, оводов и шмелей.

Симптомы: появляется покраснение, отек в месте укуса, повышение температуры тела. При множественных укусах - недомогание, головокружение, головная боль, тошнота, рвота, озноб. Возможны токсические проявления и признаки аллергии: высыпания на коже, отек, нарушение дыхания, частое сердцебиение, судороги, потеря сознания, боли в пояснице, суставах, области сердца.

Первая помощь: удалить жало насекомого из ранки тупой стороной лезвия ножа или ногтем.

Приложить ватку с нашатырным спиртом, разведенным водой 1:5. Положить пузырь со льдом на место укуса. Дать пострадавшему таблетку супрастина или димедрола.

При развитии анафилактического шока – срочно вызвать реанимационную бригаду скорой помощи.

Утопление.

Симптомы: нарушения ритма и типа дыхания, сердечного ритма, сознания (от оглушения до комы), шок.

Первая помощь: Достать утопающего из воды. Проверить пульс, очистить полость рта. Если пострадавший не дышит, придать соответствующее положение (маленького ребенка – держать за ножки головой вниз, придерживая при этом за спину и живот, подростка – уложить животом на твердый выпуклый предмет (на согнутые колени человека) с опущенным головным концом) и произвести массаж грудной клетки.

Срочно вызвать бригаду скорой помощи!

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ

Отравления лекарствами, средствами бытовой химии, уксусной эссенцией являются частой причиной тяжелого заболевания, и даже смерти детей раннего возраста. Примерно 75% отравлений средствами бытовой химии приходится на возраст от 1 до 3 лет, так как в этом возрасте дети проявляют большую любознательность и тянут в рот все заинтересовавшие их предметы.

Отравления средствами бытовой химии. Чистящие средства, жидкости для мытья посуды, шампуни, лосьоны и прочее, без которых в наше время не обходится ни одна семья. Они представляют интерес для ребенка, т.к. упакованы в красочные баночки, пахнут яблоком, медом, шоколадом.

Избежать этих отравлений очень просто – хранить все эти средства плотно закрытыми в недоступном для ребенка месте, не оставлять малыша одного в ванной и на кухне.

Симптомы: тошнота, повышенное слюноотделение, возможен ожог полости рта, который проявляется покраснением и воспалением слизистой.

Первая помощь: если Ваш ребенок случайно употребил какое-либо из вышеперечисленных средств, необходимо срочно вызывать скорую медицинскую помощь!

До приезда врача нужно промыть желудок ребенка - дать выпить подряд 1-2 стакана воды, затем, раздражая пальцем или чайной ложкой корень языка, вызвать рвоту. Обязательно показать врачу и в случае госпитализации взять с собой этикетку от средства, которым предположительно отравился ребенок. Знание состава средства поможет доктору определить тактику и объем терапии.

Отравление лекарственными препаратами. Уважаемые родители, помните, что все лекарственные препараты, включая «витаминчики» и отвары трав приносят пользу только тогда, когда применяются по показаниям и в соответствующей дозировке! Поэтому, перед применением лекарственных препаратов необходимо проконсультироваться с врачом. Но если Вы все же решились лечить Вашего ребенка самостоятельно, настоятельно советуем внимательно ознакомиться с инструкцией прилагаемой к каждому лекарственному препарату и соблюдать

ограничения по возрасту и дозировке, которые там указаны. Несоблюдение дозировок и режима приема даже таких, вроде бы безобидных лекарств, как сосудосуживающие капли в нос, препараты железа, поливитаминные препараты, могут явиться причиной тяжелых отравлений, имеющих необратимые последствия.

Лекарства зачастую имеют яркую, хрустящую упаковку, таблетки - сладкую оболочку и похожи на конфетки, поэтому все лекарства нужно держать в недоступном для ребенка месте, не оставлять ребенка длительно без присмотра, особенно, если с Вами в квартире проживает человек, употребляющий сильнодействующие гипотензивные, снотворные препараты.

Симптомы: необычная сонливость, шаткая походка, вялость, слабость, бледность, понижение температуры тела или наоборот, повышенная возбудимость, покраснение кожи.

Первая помощь: при отравлении лекарственными препаратами необходимо срочно вызвать скорую медицинскую помощь!

До приезда врача нужно промыть желудок ребенка - дать выпить подряд 1-2 стакана воды, затем, раздражая пальцем или чайной ложкой корень языка, вызвать рвоту. Проверьте, не

имеется ли в квартире вскрытая упаковка из-под лекарственных средств, которые мог достать и проглотить Ваш ребенок. Знание названия препарата, вызвавшего отравление, поможет врачу определиться с тактикой и объемом лечения.

Отравления уксусной эссенцией и марганцем. Отравления уксусной эссенцией и раствором или кристаллами марганца происходят очень часто. Даже маленькие объемы этих веществ, попавшие на слизистую полости рта и пищевода, вызывают тяжелые ожоги. Ожог пищевода может в дальнейшем привести к рубцовому сужению органа и потребовать серьезного оперативного лечения. Отравление марганцем опасно на столько же, как и отравление уксусной эссенцией.

Уксусную эссенцию и марганец необходимо держать в плотно закрытой посуде в не доступном для ребенка месте, например, в высоком шкафу, до которого он не сможет дотянуться.

Симптомы: повышенное слюноотделение, отек слизистой, ожог полости рта.

Первая помощь: Если Ваш ребенок случайно выпил уксусной эссенции, необходимо немедленно вызывать скорую медицинскую помощь!

При данном отравлении промывать желудок нельзя!

Отравления ядохимикатами.

Отравление ядохимикатами происходит летом, когда Ваш ребенок может сорвать с огорода обработанные плоды и, не промыв, съесть их, или, если он случайно вдохнул пары ядохимикатов. Отравление развивается в течение 15-60 минут очень бурно и нередко заканчивается летальным исходом!

Для профилактики отравлений не оставляйте ребенка одного в саду, не проводите опыление растений ядохимикатами в присутствии детей. Прививайте детям гигиенические навыки, учите их (а нередко и себя) употреблять в пищу только хорошо промытые овощи и фрукты. Это одновременно предохранит Вас и Вашего ребенка от кишечных инфекций и паразитарных заболеваний.

Симптомы: головная боль, сильное слюноотделение, выраженная потливость, головокружение, нарушение зрения, рвота. Дыхание учащается, становится хриплым. Довольно быстро возникают судороги нижних конечностей, затем, паралич мышц и остановка дыхания.

Первая помощь: при отравлении ядохимикатами необходимо немедленно вызвать скорую медицинскую помощь!

До приезда врача нужно промыть желудок ребенка - дать выпить подряд 1-2 стакана воды, затем, раздражая пальцем или чайной ложкой корень языка, вызвать рвоту.

И напоследок, самый важный совет:

Уважаемые мамы и папы!

Помните, что ваш ребенок – это самый непоседливый и любознательный малыш на свете, он познает мир своими методами, пробуя все на «нюх» и на «зуб», легко справляется с открыванием баночек, холодильников, низко расположенных ящиков комодов и шкафов. Поэтому уделяйте ему побольше внимания, не оставляйте малыша без присмотра, и храните опасные вещества в действительно недоступных местах.

Пусть Ваш малыш всегда будет здоровым и счастливым!

Администрация г.Екатеринбурга

УПРАВЛЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ
ЕКАТЕРИНБУРГ

www.profilaktica.ru