

Консультація для батьків



Безпечне літо, або як поводитися в екстрених випадках



OK



Влітку небезпека отримати травму, сонячний опік або отруїтися зіпсованим продуктами підвищується в геометричній прогресії. Цьому сприяє погода, літні подорожі, цікаві носи. Батькам маленьких непосид потрібно постійно бути наготові, щоб швидко прийти на допомогу. Крім сталевих нервів, у непередбаченій ситуації стане у нагоді і вміння надати першу допомогу.

Травмуючі обставини

Діти - верткі та непосидючі. Взимку одяговий прошарок ще сяк-так стримує їх запал, влітку ж ніщо не заважає бігати, стрибати, лазити по деревах, розминаючи кісточки. Усім батькам відомо, що зупинити цей вічний двигун неможливо, та і немає чого: активність - запорука здоров'я та гарного настрою. Але швидкий темп життя має свою зворотну сторону - забої та травми. Як діяти, якщо сталася неприємність?

Вічні супутники літа: синці та садна

За утворенням синцем потрібно спостерігати, оскільки він не завжди виявляється таким вже невинним. Як правило синяк зобов'язаний пройти кілька стадій «цвітіння»: червоний переходить у ліловий, потім стає вишневим, синім, і, нарешті, жовто-зеленим. Якщо «забарвлення» синяка залишається червоним і не змінюється протягом 2-3 днів - розпочався процес нагноєння. Особливо уважними потрібно бути до синців на колінах і ліктях. Фахівці вважають їх найбільш небезпечними, оскільки крім шкіри і м'яких тканин страждають суглоби, суглобова сумка та зв'язки. А іноді дитячі забиті коліна «відгукуються» через багато років, викликаючи захворювання колінної чашечки.



Допомога при синцях. Перші 2 дні після удару синцям потрібний холод - він зменшує набряк тканин та запобігає розвитку гематоми. Тому кожні 2-3 години на 10 хвилин прикладайте до забитого місця шматочки льоду, загорнуті в целофан, чи пляшку з холодильника. На 3-й день синяк перестають охолоджувати і починають гріти. Компреси роблять за стандартною схемою: тонкий шар бинтика, просочений зігріваючою рідиною (спирт, горілка або камфорне масло), потім компресний папір, вата і матеріал для обгортання (бинт або бавовняну хустку). Пам'ятайте: зігріває компрес тільки 3-4 години, далі починається процес охолодження. Не рідше, ніж синці, у дітей з'являються садна. Ці часті супутники дачного відпочинку відрізняються від синців наявністю пошкодження шкіри.

Допомога при саднах. Для початку ретельно промийте ранку проточною водою і обробіть перекисом водню. У кінці процедури змастіть краю садна йодом, зеленкою або фукорцином. Якщо з'явився синець, дійте за вже відомою схемою. Надалі садно потрібно обробити асептичною маззю. При глибокій рані довжиною більше 1 см необхідно накласти шви, тому зверніться за допомогою до найближчого травм пункту.





Психологічна допомога. Якщо ранка болить, можна дати малюкові вікову дозу знеболюючого засобу. Але слід завжди пам'ятати, що найчастіше дитину мучить не стільки фізичний біль, скільки емоційна, адже за роздряпаної коліно і порваний одяг йому може дістатися від мами. Адже якщо батьки будуть кричати і лаятися, подряпина не заживе сама собою, штани або колготки не стануть цілими, а біль посилиться напевно. Тому заспокойте шибеника, якщо потрібно, дайте йому трохи валеріани. Поясніть, що це не перша і не остання рана в його житті, вона заживе і навіть сліду не залишиться.

Іноді при вигляді крові діти втрачають свідомість. Не метушіться, не панікуйте, на допомогу прийде нашатирний спирт, а потім і валеріана.

Невдала пробіжка: вивихи і переломи

Якщо у дитини після падіння утворився синяк, з'явилася припухлість і біль, а пошкоджена рука або нога обмежена в русі - це може бути як вивих, так і перелом. На жаль, запідозрити перелом у дитини набагато важче, ніж у дорослого, тому не зайвим буде навіть зі звичайним вивихом проконсультуватися у хірурга.

Щоб дізнатися, наскільки дитині боляче, ні в якому разі не згинайте-розгинайте постраждалу частину тіла, а обережно пощупайте місце забитого місця і, якщо болить «дуже-дуже», дайте знеболююче.





Їдемо в травмпункт? Знайдіть у господарстві фанерку або картонку (згодиться бокова стінка коробки з-під взуття) і прибинтуйте її до потерпілого місцем. Важливо, щоб по дорозі рука або нога не бовталася, а була зафіксована. Потім прикладіть холод і скоріше до лікаря. Якщо справа ускладнюється відкритою раною, промийте її і обробіть як садно.

Особливості перелому пальця. У дітей зламати пальчик виходить дуже легко і швидко: випадково засовуєш його між дверима і дверною коробкою і готово. Тому якщо ваш малюк зробив подібний подвиг і все-таки щось собі зламав, то, якщо це палець руки, його потрібно прибинтувати до картону і сусідній палець, якщо ноги - картон прикладають не тільки до «потерпілого», але ще й до стопи. І - до хірурга.

«Політ» з дерева: живіт і голова

При ударі животом можуть постраждати внутрішні органи (селезінка, печінка). Бити на сполох і викликати швидку допомогу потрібно, якщо дитина зблідла (можливо, через внутрішньої кровотечі або зниження тиску), стала млявою, скаржиться на біль в животі. Якщо при цьому вона втратила свідомість, потріть скроні і дайте їй понюхати нашатирний спирт. Знеболювальне в такій ситуації не дають, це заважає фахівцям точно встановити діагноз, адже удар головою не завжди призводить до стусу мозку. Запідозрити недобре можна за таких симптомів: головний біль, нудота, блювота, блідість, млявість, сонливість. Малюка з підозрою на струс головного мозку потрібно укласти в ліжку, обмежити в питті і викликати швидку допомогу.



Кров з носа. Впасти і розбити ніс може кожна дитина. Важлива деталь - при носових кровотечах кров тече не тільки з носових ходів, але і ллється в рот і глотку. Це провокує кашель, а іноді й блювоту. Проявіть витримку, адже якщо малюк, і так сильно переляканий тим, що відбувається, буде бачити панікуючих маму, кровотеча тільки посилиться. Тому заспокойте дитину, посадіть її в прохолодному тінистому місці так, щоб вона не закидала голову назад. Нехай кров вільно витікає. Покладіть на ніс і лоб хустку, змочену в холодній воді. Як бути, якщо кровотеча не зупиняється? Спробуйте сильно стиснути обидві половинки носа 3-5 хвилин або зробити тампон з бинта, змочений перекисом водню. Якщо ж і ці дії не допомогли, викликайте лікаря.

Сонячний нокаут

Під впливом сонячних променів у шкірі виробляється важливий для розвитку молодого організму вітамін Д, тому переоцінити повітряні ванни у літній час неможливо. Але без дотримання правил безпеки сонечко може бути досить небезпечним.

Сонячний удар. Якщо дитина довго грає на сонці без головного убору, біди не минути. Підступність сонячного удару полягає в тому, що нездужання заявляє про себе тільки через 6-8 годин. Як і тепловий удар, сонячний супроводжується порушенням кровообігу, пітливістю, слабкістю, головним болем, шумом у вухах, почервонінням шкіри, іноді втратою свідомості. У перегрівшись дитини підвищується температура до 38-40 С.



Допомога при сонячному ударі. Дитину потрібно роздягнути, укласти в прохолодному місці та напоїти прохолодним чаєм, водою. Змочіть голову дитини холодною водою, потім прикладайте до чола холодні компреси. Можна загорнути малюка в мокру і добре викручене холодне простирадло. Якщо температура не падає і стан погіршується - негайно викликайте швидку допомогу.

Сонячний опік - це почервоніння і хворобливе запалення шкіри під впливом сонячних променів. Оскільки у дітей шкіра надзвичайно чутлива, «заробити» його не складає труднощів. Якщо опік досить сильний, через деякий час на постраждалому ділянці з'являються пухирі, а через пару днів шкіра починає облазити і лущитися.

Допомога при сонячному опіку. При найменшому почервонінні шкіри відведіть дитину в будинок або хоча б у тінь. Обмийте постраждалі ділянки прохолодною водою і змастіть кремом. Якщо з'явилися пухирі, викликайте лікаря.

Летючі терористи

Саме влітку в повітрі спостерігається найвища концентрація потенційної загрози - кусючих літунів.

Для дітей вони представляють особливу небезпеку з двох причин: по-перше, допитливі юні біологи люблять всюди пхати свої носи, по-друге, вони більш чутливі до отрути комах.



Бджола - єдина комаха, що залишає жало в своїй «жертві», оскільки воно має маленькі зазубринки. Чим довше жало знаходиться в шкірі, тим більше отрути потрапляє в організм. Звідси висновок: його потрібно швидко, але акуратно витягнути за допомогою пінцета. Крім цього, відмінностей в укусах різних комах практично немає: постраждале місце червоніє (іноді пляма «виростає» до розміру долоні), опухає, стає гарячим. Біль відчувається близько 4 годин, а припухлість залишається 1-2 дні.

Що робити при укусах? Для ослаблення місцевої токсичної реакції відразу після укусу треба дати дитині таблетку проти алергічного препарату, прикласти до хворого місця щось холодне і обробити ранку оцтом, содовим розчином або зрізом цибулі, часнику, картоплини, шматочком помідора, подрібненою зеленню петрушки. Можна помазати ужалений місце валідолом, корвалолом або бальзамом «Зірочка». Пізніше бажано обробити ранку гормональної маззю («Флуцинар», «Лоринден») або гомеопатичної маззю «Ірікар».

Іноді у дітей (1-2%) виникає алергічна реакція на отруту комах, тоді укусу може викликати анафілактичний шок, що супроводжується загальною інтоксикацією, втратою свідомості і загрозою для життя.

У такому випадку потрібно терміново викликати швидку допомогу.





Кліщ може чекати дитину де завгодно: у траві, на стежці, на галявині. Хитрий маленький жучок кусає безболісно завдяки знеболюючій речовині в слині. Тому після прогулянки в лісовий або луговий місцевості уважно огляньте тіло дитини. І не лякайтеся, виявивши товстеньку попку кліща.

Допомога при укусі кліща . Покладіть кільце так, щоб кліщ опинився в серединці, і налейте всередину рослинне масло. Ця процедура перекриє комасі кисень, і він почне вилазити зі шкіри. Якщо ж кліщ вирішив стояти на смерть, захопіть його пінцетом і крутите гвинтоподібними рухами проти годинникової стрілки. Намагайтеся діяти акуратно, щоб головка не відірвалася. Якщо ж вона все-таки залишиться в шкірі, дістати її можна, як скалку, за допомогою чистої голки. Впоравшись із завданням, обов'язково продезінфікуйте місце укусу перекисом водню, а потім зеленкою.

Серйозну небезпеку представляють кліщі в районах, заражених кліщовим енцефалітом (захворювання центральної нервової системи). Вирушаючи на відпочинок в таку місцевість, краще підстрахуватися і зробити вакцинацію.





Муха в вусі . Ще одна літня неприємність – дрібні жучки-павучки-мушки, які намагаються пробратися в вухо дитини. Не діставайте їх вручну: від переляку бідолахи починають впроваджуватися все глибше, завдаючи дитині сильний біль. Як і у випадку з кліщем «мушці» потрібно перекрити доступ повітря, закрапавши у вухо кілька крапель теплого рослинного масла. При закапуванні злегка нахиліть голову дитини в бік «потерпілого» вуха, щоб рідина не потрапляла на барабанну перетинку, а повільно стікала по стінці вуха. На цьому ваша місія виконана, витяг жучка надайте фахівця.





Ігри на воді

Зараз практично на кожній дачі, де є дитина, є і басейн. Деякі батьки думають, що надувне диво - це не море з хвилями і глибокими місцями, тому спокійно залишають своє чадо плескатися самотійно, чим дуже ризикують, адже щоб захлинутися, маляті багато води не потрібно. Якщо дитина просто нахлебталась води, відкашлюється і задихається, але у свідомості, досить просто заспокоїти його, укутати в щось тепле і віднести в будинок. Якщо ж ситуація критична, важливо дотримуватися певних правил: Не тримайте постраждалої дитини за голову, підхопите його під пахви.

Зверніть увагу на колір шкіри. Якщо він «синюшний», значить, в легенях дитини вода, якщо блідий - малюк швидко втратив свідомість, і вода в легені не потрапила. Спробуйте видалити рідину з дихальних шляхів. Стоячи на одному коліні, вкладіть дитину на своє зігнуте коліно так, щоб на нього спиралася нижня частина грудної клітки, а верхня частина тулуба і голова звисали вниз. Потім відкрийте дитині рот і плавно натисніть ребра на спині. Повторюйте процедуру до тих пір, поки не припиниться інтенсивне витікання води, переверніть дитину на спину і зробіть штучне дихання. Викличте швидку допомогу.





Продукти другої свіжості!

Влітку все псується блискавично, і якщо не заховати в холодильник свіжо приготований борщ, через годину-другу з ним доведеться попрощатися. Крім того, хвороботворні бактерії особливо добре себе почувають у жарку пору року і швидко «заселяють» продукти. Якщо до цього переліку додати ще й любов дітей до немитим фруктам і брудним рук, то причини отруєнь стають абсолютно зрозумілими.

Отруєння може дати про себе знати через 2-3 години після вживання сумнівних продуктів, але іноді симптоми хвороби «вичікують» по 20-26 годин. Фахівці вважають, що найпоширенішим річним захворюванням, що протікає по типу харчових отруєнь, є сальмонельоз.

Допомога при отруєннях. Спочатку потрібно добре промити шлунок великою кількістю злегка підсоленої води або 2% розчином харчової соди.

Після цього дайте дитині подрібнений активоване вугілля (1 таблетка на 10 кг маси тіла), розвівши його в 100 мл теплої води, і смекту (1 порошок 3 рази на день).

Щоб уникнути зневоднення організму, знадобиться фізіологічний розчин (глюкозо-сольовий) і обов'язково багато рідини.

