

Úrazy detí

Leto a prázdniny sú pre deti radosťou a tiež úľavou od školských povinností, ale žiaľ aj časom, kedy sú viac vystavené vzniku rôznych úrazov.

Podľa NCZI úrazovosť u detí celkovo narastá a to hlavne v letných mesiacoch.



Práve vtedy majú deti množstvo voľného času, viac sa pohybujú vo vonkajšom prostredí, pri vode, v lese, ale aj domáce prostredie sa pre nich môže stať rizikom, ak nezabezpečíme dostatočný dohľad najmä nad menšími deťmi. I keď niektorým úrazom nemôžeme zabrániť, vieme ich pomocou preventívnych opatrení aspoň minimalizovať. Úrazy môžu vzniknúť pri cestovaní, na kúpaliskách či už umelých, alebo prírodných, pri športovaní, ale významné množstvo úrazov je spôsobené zmenou a neznalosťou prostredia, napr. keď mestské deti trávajú prázdniny u starých rodičov na vidieku.

Podľa štatistík:

- chlapci majú dvakrát vyššiu úrazovosť ako dievčatá
- deti z miest sú dvakrát častejšie ambulantne ošetrované ako deti z vidieka
- úrazovosť výrazne stúpa od 10. roku a najvyššiu mieru dosahuje medzi 13. až 15. rokom života
- trvalé poúrazové následky majú skôr chlapci ako dievčatá
- najčastejším typom poranenia býva pohmoždenina, úraz hlavy, otvorená rana
- u vekovej skupiny 1-3 roky sú veľmi časté popáleniny



Najčastejším dôvodom hospitalizácií je **otras mozgu, zlomenina a pohmoždenina po úrazoch**, ktoré sa stali doma, alebo na ceste. Trvalé následky sú najčastejšie po otvorenej rane, po poranení hlavy, po údere či páde. Žiaľ niektoré úrazy sa končia aj tragicky. **Takmer polovica vážnych detských úrazov sa stáva v dome alebo v jeho okolí**, pretože práve tam trávajú deti najviac času.

Rizikom sú aj vodné plochy, kde nevidieť dno a deti do nich radi skáču. Tu hrozí poranenie chrbtice. **K vážnym úrazom dochádza často pri hrách a športe** - napr. na ihriskách, pri korčuľovaní a naháňaní sa sú najčastejšími úrazmi zlomeniny rúk, nôh, ťažké poranenia hlavy a chrbtice, vnútorné poranenie brucha a hrudníka. Deti sa tiež veľmi často hrávajú v

opustených budovách a na nestrážených staveniskách, kde im hrozia pády z výšky, zavalenie stavebným materiálom, alebo úrazy elektrickým prúdom.

Ako ochrániť dieťa pred úrazmi v domácom prostredí?

- schovajte všetky predmety, ktoré by sa mohli rozbiť a poraniť dieťa,
- zabezpečte okná, vybavte ich zábranou proti pádu a dohliadnite, aby boli zatvorené bezpečne,
- zaistite elektrické zásuvky bezpečnostnými chráničmi, nenechávajte káble voľne visieť,
- lieky uchovávajte v uzamknutej lekárničke na mieste, kam sa menšie dieťa nedostane,
- nenechávajte v dosahu dieťaťa zbrane, nože, zápalky, zapalovače, sviečky, chemikálie, horľaviny a lieky,
- nepoužívajte obaly potravinárskych výrobkov na uchovávanie iných prípravkov,
- v prítomnosti detí dávajte pozor na manipulovanie s horúcimi kvapalinami,
- v rodine s dojčatami nedávajte horúce nápoje na obrus, hrnce s horúcim obsahom na kraj sporáka, ani ich nekladte na podlahu,
- deťom do troch rokov dávajte iba hračky určené pre túto vekovú skupinu, odstráňte tie, ktoré sa dajú rozložiť na malé časti,
- nedovoľte dieťaťu manipulovať s vreckom z umelej hmoty, mohlo by si ho navliecť na hlavu,



V rámci prevencie je dobré, ak staršie deti naučíme základné pravidlá prvej pomoci, samozrejme stále platí pravidlo, že v takejto situácii treba privolať dospelého človeka.



**REGIONÁLNY ÚRAD
VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA
BRATISLAVA hl.m.
so sídlom v Bratislave**

www.facebook.com/ruvzba.sk



Mgr. Katarína Blažová
odbor podpory zdravia