

## Popáleniny jsou v dětském věku jedním z nejvážnějších poranění.

Miminko můžeme popálit horkým dudlíkem z ohřívacích lahví. Malé děti se nejčastěji opaří horkou tekutinou - kávou, čajem nebo vodou z rychlovarné konvice. Děti předškolního věku se snadno opaří horkou vodou z kohoutku, strhnou na sebe spolu s ubrusem hrnky, konvice s horkým obsahem, popálí se o kamna či sporák.



### PREVENCE

#### NECHOŇ KE SPORÁKU ANI TROUBĚ, NESAHEJ NA HRNCE

Většina popálenin a opaření se stane v kuchyni. Pokud je to možné, vařte na zadních hořácích (plotýnkách) nebo opatřete sporák ochranným krytem. Troubu zajistěte proti otevření (dětská pojistka). Zvláštní pozornost je třeba věnovat rychlovarné konvici.

#### NENÍ TO VIDĚT, ALE MY PÁLÍME TAKY

Kromě vysvětlení, že i když není plamen vidět, mohou být některé věci horké a popálit je (žehlička, trouba, kulma, gril). Doporučujeme běžně kontrolovat, jak moc horká voda vám teče z kohoutku. K vytvoření hluboké popáleniny u dítěte stačí voda o teplotě 53 °C.

#### NIKDY NESAHEJ, KAM NEVIDÍŠ

Ideálně naučte dítě nesahat tam, kam nevidí. Odstraňte ze všech stolů ubrusy, aby je dítě na sebe (společně se všemi odloženými věcmi) nestrhlo.

#### DOSPĚLÍ PIJÍ HORKÉ NÁPOJE

Říká se tomu „syndrom nedělního odpoledne“. Přejde návštěva, vy při kávě na chvíli polevíte v ostražitosti a úplně normálně si odložíte hrnek s horkou kávou na konferenční stůl, který je pro dítě snadno dostupný. Vhodná příležitost pro vznik malé rány.



### PRVNÍ POMOC

U popálenin a opaření je ohrožující nejen jejich hloubka (stupeň), ale především jejich rozsah. Dáváme obzvláště velký pozor na příznaky šoku, který se u popálenin nejčastěji projevuje horečkou a „třesavkou“. Šok je velmi nebezpečný, protože jeho příznaky mohou být lehce přehlédnutelné a přitom patří mezi život ohrožující stav. Je vhodné předpokládat, že všichni zranění, kteří utrpěli úraz, jsou postiženi určitým stupněm šoku.

#### JAK POSTUPOVAT PŘI POPÁLENÍ, OPAŘENÍ

- Zamezte dalšímu působení zdroje tepla.
- Uhasťte a sundejte z dítěte hořící oděv nebo mu sundejte oblečení polité horkou tekutinou.
- Přiškvařené oblečení NEODSTRAŇUJTE! Pouze odstříhnete volné okraje.
- Sundejte dítěti náušnice, hodinky, prstýnky a další vodiče tepla.
- Postižené místo OCHLAZUJTE alespoň 20 minut. Zabráňte tím prohloubení popálené plochy.
- Ochlazovat je nejlepší ponořením do chladné ČISTÉ vody z kohoutku.
- Na popálená místa NEDÁVEJTE žádné masti, krémy nebo zástupy.

- Popáleninu volně překryjte - nejlépe sterilním krytím (obvaz, šátek). Pokud nemáte, můžete použít čistou utěrku nebo látkový kapesník.
- Podle rozsahu a závažnosti zranění zavolejte záchrannou službu - 155, nebo popálené dítě odveďte do nemocnice sami.
- Nikdy nepodceňujte závažnost popálenin a neodkládejte návštěvu lékaře.

#### JAK POSTUPOVAT PŘI POLEPTÁNÍ CHEMIKÁLIÍ

- Sundejte potřísněný oděv.
- Potřísněná místa oplachujte vodou. Jde o to, aby chemická látka z postiženého místa odcházela co nejkratší cestou a přitom se nekontaminovala nepoškozená kůže.
- Podle rozsahu a závažnosti zranění zavolejte záchrannou službu - 155, nebo poleptané dítě odveďte do nemocnice sami.
- Nikdy nepodceňujte závažnost poleptání a neodkládejte návštěvu lékaře.

#### 5T PROTIŠOKOVÁ OPATŘENÍ

- (1T) TEPLLO - snažíme se o udržení optimálního tepelného komfortu. Postiženého přikryjeme a velmi důležité je dát něco i pod něj, protože u postiženého správně nefunguje termoregulace. Postiženého však aktivně nezahříváme.
- (2T) TEKUTINY - nikdy nepodáváme! Pouze tlumíme pocit žízně otíráním rtů a obličje vlhkým kapesníkem.
- (3T) TICHLO - zabezpečení relativní ho klidu (odsun od místa nehody). Postiženého uklidňujeme a komunikujeme s ním.
- (4T) TIŠENÍ BOLESTI - správné ošetření všech poranění postiženého. Nikdy nepodáváme analgetika.
- (5T) TRANSPORT - vždy jsme povinni co nejdříve zavolat záchrannou službu - 155 se zdůrazněním, že se jedná o postiženého v rozvinutém šoku. Postiženého v šoku netransportujeme.