

U starších dětí bývá příčinou dušení nepozornost, špatný odhad situace a sklony k různým pokusům.



PREVENCE

NESTRKEJ DROBNÉ VĚCI DO PUSY

I starší děti mají tendenci mimoděk strkat věci do úst, vysvětlete jim rizika, která náhlým vdechnutím hrozí.

NEBĚHEJ S JÍDLEM V PUSE

Dbejte na to, aby dítě jedlo zásadně v klidu u stolu. Dítě si tak osvojí správné stravovací návyky. Zároveň je to mnohem účinnější prevence, než dítěti pobíhajícímu s jídlem v puse říkat: "Ať ti nezaskočí!"

NECPI SI PLNOU PUSU

Vysvětlete dítěti, že s plnou pusou se nedá dýchat. Navíc hrozí riziko, že dítěti jídlo zaskočí.

V IGELITU SE UDUŠÍŠ

Igelitové sáčky a pytle dejte mimo dosah dítěte. Udušení hrozí i ukousnutým kouskem igelitu, který se nalepí v krku, vytvoří záklopku a dítě nemá šanci se nadechnout.



PRVNÍ POMOC

JAK POSTUPOVAT PŘI VDECHNUTÍ CIZÍHO PŘEDMĚTU

- Pokud je dítě schopné kašlat, ať se pokusí předmět vykašlat, a vy nezasahujte.
 - Pokud předmět nejde vykašlat, otevřete dítěti ústa a podívejte se, jestli vdechnutý předmět nevidíte. Pokud ano, pokuste se ho vytáhnout. Dávejte ale pozor, abyste ho neposunuli hlouběji do dýchacích cest.
 - V případě, že vdechnutý předmět v ústech nevidíte, je pravděpodobné, že je v dolní části dýchacích cest. Máte několik možností, jak vyvolat prudký výdech a tím dýchací cesty uvolnit.
 - Nejprve dítě rázně udeřte plochou dlaní 4x mezi lopatky (tento pohyb několikrát zopakujte). Pokud úder nepomohou, použijte následující manévry první pomoci.
 - Pokud je manévr úspěšný, většinou se dýchání obnoví samo a není třeba zahájit dýchání z úst do úst. Pokud se manévr nezdaří a dítě je v bezvědomí, položte ho na záda, provedte 2 vdechy z úst do úst (někdy se takto podaří předmět posunout níže v dýchacích cestách a uvolnit alespoň jednu plíci), potom 4x za sebou silně stlačujte nadbříšek.
 - V případě, že je dítě v bezvědomí, **VŽDY volejte záchrannou službu - 155 a zahajte masáž srdce.**
- ### GORDONŮV MANÉVR PRO DĚTI DO 8 LET
- Položte dítě přes svá stehna hlavou dolů (pod úroveň jeho hrudníku) nebo mu pomozte se předklonit tak, aby mělo hlavu pod úroveň hrudníku.
 - Opakujte série úderů (vždy po čtyřech úderech) plochou dlaní mezi lopatky.
 - Po provedení manévru prohledejte dítěti prstem zadní část úst a pokuste se předmět vyjmout.

HEIMLICHŮV MANÉVR PRO DĚTI OD 8 LET A DOSPĚLÉ:

- Tento manévr se NESMÍ provádět u dětí mladších 8 let - mohlo by dojít k poranění dutiny břišní.
- Postavte se za dítě, spojte ruce nad nadbříškem a krátce a intenzivně oblast stlačte směrem dovnitř a nahoru (pohyb ve tvaru písmene J).
- Vzniklý tlak v hrudníku může vdechnutý předmět vytlačit. Pokud se manévr nepodaří, opakujte několikrát sérii 4x úder mezi lopatky a znovu se pokuste o Heimlichův manévr.
- Po provedení manévru prohledejte dítěti prstem zadní část úst a pokuste se předmět vyjmout.

OŽIVOVÁNÍ - RESUSCITACE

V případě, že jste na záchranu dítěte sami, nejprve provádějte jednu minutu resuscitaci, a pak okamžitě volejte záchrannou službu - 155.

- (01) Položte dítě na záda, mírně mu zakloňte hlavu.
- (02) Stiskněte prsty obě nosní dírký dítěte a proveďte 5 úvodních vdechů z úst do úst tak, aby se zvedal hrudník dítěte (nesnažte se vdechnout celý objem svých plic).
- (03) Zahajte srdeční masáž. Ruce mějte propruté v loktech s dlaněmi přes sebe. U dětí do 8 let masírujeme hranou jedné ruky, u kojenců dvěma prsty (ukazovák a prostředník).
- (04) Hrudník stlačujte přibližně pod středem hrudní kosti.
- (05) Stlačujte frekvencí alespoň 100x za minutu (rychleji, než tepe vaše srdce).
- (06) Vždy po 15 stlačeních můžete provést vdech z úst do úst.
- (07) Pokračujte, dokud dítě nezačne reagovat, nebo dokud nepřijede záchranná služba.