

Vasara - laukiamas metų laikas vaikams, nes prasideda atostogos ir iki rudens laukiančios pramogos: maudynės vandens telkiniuose, žaidimai su draugais kieme, stovyklos ir kiti smagūs potyriai. Ekspertai tėvams primena, kad už pramogų slypi ne tik džiaugsmas, bet ir nelaimės, tokios, kaip nudegimai, perkaitimai, įvairios traumos. Tad vaiko teisių gynėjai bei Lietuvos Raudonojo Kryžiaus specialistai parengė vaizdo pamokų ciklą, kuriame išsamiai paaiškinama, kaip suteikti vaikui pirmąją pagalbą patyrus traumą, užspringus, nusideginus, pradėjus kraujuoti iš nosies ir kitais atvejais.

Valstybės vaiko teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos direktorės Ilmos Skuodienės teigimu, nelaimingų atsitikimų prevencija turėtų rūpėti kiekvienam iš mūsų. Tėvams ypač svarbu žinoti, kokių veiksmų imtis, siekiant užtikrinti kuo didesnę saugumą vaikams ir ką daryti nutikus nelaimingam atsitikimui, nes tai – žingsniai, padedantys jaustis ramiau.

„Vaikai, ypač jaunesnio amžiaus, dar neturi išsivysčiusio pakankamo savisaugos instinkto. Tad tėvams tenka ypatingas vaidmuo – pasirūpinti ne tik vaikų užimtumu vasarą, bet ir užtikrinti jų saugumą, apgalvoti, kaip išvengti nelaimingų nutikimų. Būtent todėl tėvams svarbu žinoti pirmosios pagalbos veiksmus arba atnaujinti jau turimas žinias. Tarkim, jei šeimai poilsiaujant atokiau nuo kitų žmonių, vaikas susižeistų, tėvai būtų pirmieji, o gal ir vieninteliai, kurie galėtų jam padėti. Planuojant vasaros pramogas pirmosios pagalbos išmanymas yra tarsi saugiklis“, – sako I. Skuodienė.

Statistika rodo, kad vaikai šiltuoju metų laiku patiria gerokai daugiau traumų nei žiemą, o pats pavojingiausias laikas yra nuo gegužės iki rugsėjo. Pavyzdžiui, Higienos instituto duomenimis, praėjusių metų balandį į šalies ligonines dėl įvairių traumų pateko virš 7600 vaikų, o gegužės mėn. šis skaičius netgi viršijo 10 tūkst.

Lietuvos Raudonojo Kryžiaus generalinė sekretorė Ingrida Damulienė pastebi, kad vasarą daugelis atsipalaiduoja, todėl kartais net ir pačios elementariausios saugumo priemonės nukeliauja į antrą planą.

„Puikiai suprantame, kad tėvai savo vaikams nori užtikrinti kuo įvairesnę, įdomesnę laisvalaikį, kuriame gausu pramogų ir dažnai jos būna aktyvios. Tėvai neretai užmiršta, kad svarbu ne tik gerai praleisti laiką, bet ir saugiai: įvertinti vaikų saugumą ir užtikrinti sąmoningą elgesį tam tikroje aplinkoje, nes jie turi mažiau įgūdžių patys įvertinti galimas grėsmes. Būtent todėl norime pakviesti tėvelius būti aktyviais ir sužinoti bei išmokti, kokių veiksmų reikia imtis kraujuojant žaizdai, kaip padėti saulėje perkaitusiam vaikui, ką daryti,

kuomet jis springsta. Nors žinios ir įgūdžiai nuo nelaimingų nutikimų neapsaugo, tačiau įvykus nelaimei, gali būti gyvybiškai svarbūs“ – sako I. Damulienė.

I. Skuodienė primena, kad tėvams net ir puikiai mokant suteikti pirmąją pagalbą, ne ką mažiau svarbu su vaikais kalbėtis, mokyti juos saugaus elgesio ir priminti apie galimas grėsmes: „Vaikai yra iš prigimties smalsūs ir kartais gali susižeisti atsitiktinai, tarkim, žaisdami prie jūros su kriauklėmis, tarp kurių gali būti ir stiklo šukių. Jiems svarbu paaiškinti ir kodėl, pavyzdžiui, negalima liesti karšto paviršiaus, be pertraukų būti saulėje, skubėti glostyti svetimą keturkojį. Arba kodėl nereikėtų ragauti gamtoje randamų augalų, nes kai kurie iš jų gali būti nuodingi, ar kitų žmonių siūlomo maisto, ypač, jei vaikas alergiškas ir dar nežino, kokių produktų reikėtų vengti. Na, ir, žinoma, būtina akylai stebėti vaikus, nepaliekant jų vienu prie vandens telkinių, saulės atokaitoje, o jei jie užsiima aktyvia veikla, aprūpinti juos šalmais, kelių ir alkūnių apsaugomis“.

EKSPERTŲ PATARIMAI TĖVAMS

Ką daryti užspringus kūdikiui?

Dalinio užspringimo metu:

- Kai kūdikis kosėja, skatinti jį tai daryti, ant savo rankos dilbio, švelniai palenkus jį žemyn.

Jei kūdikis užspringo pilnai ir pats negali kosėti, kvėpuoti:

- Ant savo rankos dilbio paguldykite kūdikį taip, kad jo galva būtų truputį nusvirusi žemyn.
- Laisvos rankos plaštaka 5 kartus kūdikiui trinktelėkite į tarpumentę.
- Jei kūdikis vis dar nekvėpuoja, stabiliai prilaikant galvą kūdikį apverskite ir dviem pirštais, statmenai per patį krūtinkaulio centrą, žemiau spenelių linijos penkis kartus spustelėkite.

Kaip elgtis, kai vaikui kraujuoja iš nosies?

Kuo greičiau užspausti nosies šnerves.

- Kūną palenkti šiek tiek žemiau, paliekant galvą ir kūną vienoje tiesėje.
- Iš vaistinės pasitelkti du šalčio maišelius ir vieną jų dėti prie nosies tarp akių, kitą dėti ant sprando bei palaukti 15 minučių.
- Stebėkite, kad vaikas kvėpuotų per burną.

- Jei kraujas nenustoja bėgti, kuo skubiau kvieskite greitąją pagalbą.

Kaip elgtis, kai kraujuoja žaizda?

Užspauskite žaizdą pirštais ar ranka.

- Uždėkite ant žaizdos sterilų tvarstį, jei jo neturite – drabužį iš vidinės pusės.
- Užspauskite žaizdą bintu arba kitu turimu daiktu (akinių dėklas, telefonas, šaka, akmuo).
- Stipriai sutvarstykite (jei neturite tam specialių priemonių tiks šalikas ar megztinis).
- Jei kraujas vis dar sunkiasi per tvarstį, kartokite procesą ir dėkite naują tvarstį ant jau esamo.

• Kaip elgtis, jei vaikas perkaista saulėje?

Perkaitus lengvai, pasinaudokite vėsiu dušu, aptrinkite rankšluosčiu suvilgytu vėsiam vandeniu, skatinkite gerti vandenį.

- Sunkesniu atveju išveskite jį iš karštos aplinkos, paguldykite pavėsyje ant nugaros, pakelkite kojas į viršų.
- Sunkesniu atveju taip pat vyniokite nukentėjusį į sudrėkintą vėsiu vandeniu rankšluostį, paklodę ar antklodę.
- Jei situacija negerėja, kuo skubiau kvieskite greitąją pagalbą.

• Kaip išvengti nudegimų (saulėje, buityje)?

Pasirūpinkite prevencija: neturėkite jokių karštų gėrimų šalia vaikų ar kūdikių, kurie turi stiprų griebimo instinktą.

- Kalbėkite ir mokykite vaikus, kas yra įkaitęs paviršius, ugnis ir kaip reikia elgtis su tokiais dalykais.

• Kaip elgtis, jei vaikas nudega?

Nudegusią vietą skubiai vėsinkite 15-20 min laikant ją po tekančiu, kambario temperatūros vandeniu.

- Jei nudegusios kūno dalies vandenyje panardinti negalite, ant nudegusios dalies dėkite vėsiam vandenyje suvilgytą, nugręžtą, švarios, nepūkuotos medžiagos skiautę ir kompresus nuolat keiskite, kol nurims skausmas.
- Nebandykite pradurti pūslių, patraukti drabužius nuo nudegusių vietų.

Atėjus vasarai, ekspertai siunčia žinią tėvams: „Norite, kad vaikai išvengtų nelaimių? Išmokite suteikti pirmąją pagalbą“

- Nenaudokite jokių maisto produktų turinčių riebalų nudegtai vietai tepti.
- Jei nudegimo plotas viršija nudegusio kūdikio ar vaiko delną, nedelsiant kvieskite greitąją pagalbą.

