Як аказаць дзіцяці першую дапамогу

Дзіця пазнае свет з першых дзён жыцця. Гэта яго права — усюды «соваць нос», хапаць тое, што дрэнна ляжыць, разбіраць па шрубках усё тое, што дрэнна закручана, і абавязкова каштаваць тое, што не паддаецца іншым метадам пазнання. Абавязак дарослых — ахоўваць дзіця ад усяго таго, што тоіць пагрозу для здароўя і жыцця. Але, калі ўсё ж здарылася нечаканае, правільна аказаць дзіцяці першую дапамогу.
Прапануем парады ўрача-педыятра Святланы Чавушнік і ўрача-хірурга Зоі Равенкі, што рабіць, калі дзіця...

- **ударыла галаву.**
  Пастарайцеся супакоіць дзіця, пакласці ў пасцель у зацемненым пакоі, прыўздыміце галаўны аддзел. Агледзьце месца ўдару. Калі там з’явілася гематома, неабходна прыкладаць лёд, закручаны ў тканіну, або іншы халодны прадмет. Калі на месцы ўдару крываточыць ранка, акуратна пратрыце тампонам, намочаным у трохпрацэнтным растворы перакісу вадароду. Уважліва назірайце за дзіцем: калі ў яго з’явілася рвота, галавакружэнне, незвычайная капрызнасць, санлівасць — тэрмінова выклікайце хуткую дапамогу.
- **парэзалася і абдрапалася.**
  Ранку, драпіну неабходна прамыць пад праточнай вадой (дазваляе вы- даліць забруджванні і звузіць крывяносныя сасуды), далей працерці тампонам, намочаным у трохпрацэнтным растворы перакісу вадароду. Краі раны (толькі краі) трэба апрацаваць ёдам ці зялёнкай і накласці стэрыльную павязку. Калі рана глыбокая, вельмі крываточыць, звярніцеся да хірурга.
- **праглынула маленькі прадмет.**
  Калі дзіця праглынула батарэйку-таблетку або магніты, неадкладна звяртайцеся па медыцынскую дапамогу, таму што яны пры доўгім знаходжанні ў стрававальным тракце выклікаюць апёк слізістай абалонкі і пролежні. Калі гэта круглы, гладкі прадмет, не хвалюйцеся. Варта паназіраць — на працягу 2 сутак ён павінен выйсці з экскрэментамі. Карміце дзіця прадуктамі, багатымі на клятчатку (кашы, садавіна, агародніна). Не давайце слабіцельныя! Калі прадмет вялікі па памеры (манета, металічны шарык), мае вострыя краі, або дзіця скардзіцца на боль у жываце, тэрмінова звяртайцеся да хірурга.
- **праглынула лякарства.**
  Неабходна выклікаць хуткую дапамогу, нават калі вы толькі думаеце, што дзіця праглынула лекавы сродак. Калі яно размаўляе і знаходзіцца ў прытомнасці, пастарайцеся ўдакладніць, што, калі, у якой колькасці праглынула дзіця, як яно сябе адчувае і на што скардзіцца. Усю інфармацыю раскажыце медыцынскаму работніку. Да прыезду «хуткай» пастарайцеся

самастойна зрабіць прамыванне страўніка: дайце выпіць як мага больш кіпячонай вады, пасля чаго націсніце на корань языка пальцам або лыжкай, каб выклікаць рвоту.

- **удыхнула дробны прадмет.**
  Калі дзіця папярхнулася, дайце яму адкашляцца, не спрабуйце спыняць рэзкі кашаль, які ўзнік, не стукайце па спіне: так вы спрыяеце прасоўванню іншароднага цела глыбей у дыхальныя шляхі. Калі дзіця задыхаецца і не можа адкашляцца — пакладзіце яго сабе на калені ўніз галавой (маленькае дзіця можна апусціць уніз галавой, моцна ўзяўшы за ногі) і раскрытай далонню ўдарце паміж лапатак (да 5 разоў). Менавіта ў такім становішчы пабочны прадмет лягчэй выштурхнуць з дыхальных шляхоў. Калі нічога не атрымалася, неадкладна выклікайце хуткую дапамогу.
- **засунула пацерку, арэшак ці гарошыну ў нос.**
  Не спрабуйце самастойна дастаць іншароднае цела: так вы можаце неасцярожна пашкодзіць далікатную слізістую поласці носа або прапхнуць прадмет яшчэ глыбей. Папрасіце малыша як мага актыўней высмаркацца, пры гэтым прыціскаючы свабодную ад іншароднага цела ноздру і злёгку нахіліўшы галаву наперад. Калі прадмет знаходзіцца неглыбока, то, магчыма, ён выдаліцца. У выпадку няўдалых спроб трэба звярнуцца па медыцынскую дапамогу да ўрача-отарыналарынголага. Папрасіце дзіця ў час транспарціроўкі дыхаць ротам, каб пазбегнуць далейшага прасоўвання іншароднага цела глыбей.
- **засунула пабочны прадмет у вуха.**
  Пры падазрэнні на пранікненне ў вушка іншароднага цела неабходна пакласці дзіця на бок (праблемным вухам уніз) — магчыма, прадмет выпадзе самастойна. Нельга спрабаваць выняць яго: можна пашкодзіць барабанную перапонку. Неабходна неадкладна звярнуцца да ўрача-отарыналарынголага.
- **апяклося кіпенем, малаком, гарачай ежай.**
  Здыміце з дзіцяці адзенне, на якое трапіў кіпень (але калі адзенне ўжо прыліпла да скуры — не здзірайце яго, а акуратна абрэжце вакол раны), потым падстаўце месца апёку пад струмень халоднай вады (не больш чым на 10—15 мінут). Паверхню раны апрацуйце аэразолем «Пантэнол», налажыце асептычную павязку. Каб не занесці інфекцыю, самастойна не праколвайце пухіры, што з’явіліся. Калі апёк вялікі па плошчы або глыбокі, неабходна выклікаць хуткую дапамогу.
- **упала з вышыні (моцна ударыла руку, нагу).**
  Неадкладна звярніцеся да ўрача, калі ёсць прыметныя сур’ёзныя пашкоджанні: адкрытая рана, канечнасці мяняюць форму, згінаюцца пад незвычайнымі вугламі. Калі дзіця не можа самастойна падняцца, самыя малыя рухі выклікаюць моцны боль, калі яму цяжка дыхаць, тэрмінова выклікайце «хуткую». Няма вышэйпералічаных прымет — паспрабуйце супакоіць дзіця, стварыце ахавальны рэжым (трэба пазбягаць актыўных рухаў у выцятай канечнасці, прыкладваць холад на месца ўдару) і паназірайце. У выпадку нарастання ацёку, з’яўлення крывападцёку звярніцеся да траўматолага.

Паважаныя дарослыя! Памятайце, што правільна аказаная першая дапамога палягчае далейшае лячэнне. Старайцеся супакоіць дзіця, калі яно спалохана, не паказвайце свайго хвалявання, дзейнічайце хутка, але без мітусні.

Падрыхтавана па матэрыялах друку.