

## ACORDAȚI PRIMUL AJUTOR COPILULUI TRAUMAT!

### MEDITAȚI

- *Vă amintiți vre-un caz de accidentare/traumare (a copilului Dvs. sau a altui copil cunoscut)? Ce vârstă avea copilul?*
- *Cum ați/s-a procedat ? Cum l-ați/au ajutat pe copil?*
- *Cum credeți, de ce copiii mici se accidentează/ traumează mai des decât adulții?*

### INFORMAȚI-VĂ

Copiii nu sunt adulți mici și mulți factori, precum vârsta, dezvoltarea și gradul de dependență îi fac vulnerabili la traume/răni într-o lume construită total pentru adulți. Principalul factor de risc asociat vătămărilor neintenționate sunt vârsta și stadiul de dezvoltare. Alte riscuri includ sexul copilului, factorii de mediu și statutul economic. Conduita promptă a părinților în diferite forme de traumatisme este esențială. Orice ezitare sau inacțiune poate costa viața copilului.

### MESAJE DE BAZĂ

- Supravegherea și educația pe care le acordați copilului dvs. îi pot salva viața, prin prevenirea accidentelor. Dacă totuși s-a produs un accident, luarea unor măsuri corecte este esențială pentru a micșora impactul și urmările acestuia.
- Solicitați consultul medical după orice accident, chiar dacă pare lipsit de importanță. Nu vă bizuiți pe părerea proprie sau a unor persoane necalificate.
- Dacă fiica/fiul Dvs. totuși a suferit un accident **SUNAȚI URGENT LA 112!** Învățați-i și pe copiii mai mari să apeleze 112, în caz de necesitate.
- Până la venirea medicului sau ambulanței acordați primul ajutor.
- Și, cel mai important lucru – încercați să preîntâmpinați o situație care poate provoca traume la copil – **NICIODATĂ NU NU LĂSAȚI COPILUL MIC FĂRĂ SUPRAVEGHERE ORIUNDE S-AR AFLA!!**

### ACȚIONAȚI / CE PUTEȚI FACE LA MODUL CONCRET?

Până la sosirea medicului/ambulanței întreprindeți următoarele măsuri :

#### ➤ În caz de *intoxicații*:

- Majoritatea intoxicațiilor pot fi eliminate prin luarea telefonică a măsurilor recomandate de un specialist. Afișați la loc vizibil (pe frigider, de ex.) sau în contactele telefonului Dvs. mobil numerele de telefon ale Centrului de Toxicologie și contactați-i (chiar dacă starea copilului este bună, deoarece se poate agrava în timp).
- Informați medicul despre substanța otrăvitoare înghițită, cantitatea de otrăvă și vârsta copilului, pentru ca să se prescrie medicația corectă.
- Dacă copilul și-a pierdut cunoștința, așezați copilul pe o parte pentru a nu se înneca cu o eventuală vomă involuntară.
- Până la venirea specialiștilor nu induceți voma la copil, deoarece, în funcție de substanța chimică ingerată, acest lucru poate duce la o deteriorare și mai mare a organelor interne delicate ale unui copil mic.

- Dacă există suspiciunea de otrăvire ar trebui să știți că copilul nu ar trebui să bea. Nu-i oferiți nimic copilului (apă, lapte, alte lichide etc.), decât dacă este recomandat de un specialist.

➤ **În caz de arsuri:**

- Stingeți focul cu o plapumă prin întreruperea accesului de oxigen care întreține arderea.
- Nu întreprindeți nimic - doar acoperiți suprafața lezată cu un cearșaf curat, călcat sau acoperiți rana cu comprese sterile și plasați segmentul ars în poziția înaltă.
- Liniștiți copilul. Înveliți-l și asigurați-i pe măsura posibilității imobilitatea.
- În arsuri cu lichide fierbinți răciți suprafața arsă cu un get de apă rece curgătoare, timp de 10-15 min. - aceasta va micșora puțin și durerile, apoi acoperiți suprafața lezată cu un cearșaf curat, călcat.
- **NU APLICAȚI CREME, UNGUENTE SAU ALTE PRODUSE PE ARSURĂ.**
- Dacă arsurile acoperă 1/10 din corp sau mai mult, nu folosiți comprese reci; în timp ce așteptați ambulanța, acoperiți copilul cu un cearșaf curat sau o pătură pentru a preveni hipotermia.
- Arsurile localizate pe față, mâini, picioare, perineu (organe genitale) sau care afectează o zonă întinsă a corpului, sau nu este doar o arsură superficială (în cazul unei arsuri adânci pielea poate fi albă sau de culoare maro și uscată) și amenință viața copilului, acesta trebuie internat de urgență în unități specializate în tratarea arsurilor la copii sau la cel mai apropiat centru medical.
- Orice arsură la copilul sub 3 ani poate fi periculoasă prin riscul de infecție și prin urmările ei.

➤ **În caz de electrocutare:**

- Nu atingeți copilul până ce nu ați deconectat sursa electrică (opriți curentul electric, scoateți aparatul din priză sau îndepărtați cablul electric cu obiecte de lemn uscat sau cu obiecte din cauciuc);).
- Pentru a trage copilul de lângă sursa electrică folosiți obiecte uscate, neconducătoare de electricitate (de ex., lemn uscat, cauciuc).
- Culcați copilul și recurgeți la respirație artificială. Așezați copilul pe o suprafață uscată.
- Acoperiți plăgile arse cu comprese sterile.

➤ **În caz de traumă craniană (lovituri la cap):**

- Apelați imediat **112** dacă copilul a suferit o vătămare la cap și este inconștient. Nu mișcați copilul rănit după o cădere dacă credeți că pot fi rupte oasele coloanei vertebrale. În așteptarea sosirii ambulanței, așezați copilul inconștient pe o parte cu mâna sub cap. Această poziție de recuperare va ajuta la reducerea riscului de „înghițire” a limbii și depresie respiratorie.
- Agățați-i deasupra capului o pungă cu gheață (la depărtarea de 10-15 cm), înveliți-l, liniștiți-l și nu-l lăsați să se scoale până la venirea medicului.
- Dacă este inconștient urmăriți să nu înghită limba sau să nu aspire masele vomitate involuntar. Pentru aceasta întoarceți-i capul pe o parte.
- Rănile localizate la nivelul scalpului (pielea capului) sângerează foarte mult. Nu intrați în panică, liniștiți copilul, aplicați un pansament curat.
- Uneori poate exista o reacție întârziată la leziunile de cap, chiar dacă copilul pare să se recupereze rapid, așa că aveți grijă de copil, urmăriți-l cu atenție și solicitați sfatul medicului în cazul în care copilul are dureri în orice zonă, se plânge de dureri de cap, amețeli, greață, vărsături sau pierde brusc curajul sau vigilența.
- În caz de căderi, destul de des problema este sângerarea, ceea ce necesită un răspuns rapid. Prin urmare, apăsați mai întâi ferm și aplicați presiune pe rană cu o cârpă curată până când sângerarea se poate opri - aceasta poate dura de la 3 până la 15 minute. Clățiți

rana cu apă caldă și uscați ușor. Dacă rana este murdară, puteți utiliza un săpun ușor pentru a curăța zona deteriorată. Dacă nu puteți opri sângerarea după mai multe încercări cu presiune directă, duceți copilul la spital.

➤ **În caz de *traumarism abdominal (lovituri în burtă)*:**

- Culcați copilul în poziție semișezândă. **NU DAȚI COPILULUI LICHIDE SAU ALTE ALIMENTE**, nu-i administrați nici un fel de preparate medicamentoase până ce nu este văzut de un specialist. Chiar și lovituri mici pot provoca la copii rupturi de organe abdominale, care pun în pericol viața acestora.
- Orice copil care acuză dureri abdominale (de burtă) varsă, vomită sânge, are urinări cu sânge trebuie **SPITALIZAT DE URGENȚĂ**.
- Pe abdomen aplicați-i o pungă cu geață învelită într-un prosop. Înveliți copilul, liniștiți-l.

➤ **În caz de *răniri mecanice, inclusiv mușcături*:**

- Curățați pielea din jurul rănii cu vierde de briliant, cu soluție spirtoasă de iod ori cu alcool și aplicați un pansament cu tifon steril. În lipsa tifonului steril aplicați benzi de țesătură aflate la îndemână, stropite și călcate cu fierul încălzit la maximum.
- Dacă rana sângerează abundant, e bine să aplicați garoul, să ridicați regiunea lezată mai sus sau să aplicați rece pe rană.
- În caz de mușcături de animale rana se spală cu apă curgătoare și săpun, se usucă. Marginile rănii se dezinfectează cu verde de briliant, cu soluție de iod ori cu alcool și se aplică pansament. Regiunea lezată se imobilizează.
- Copilul traumatizat prin accident rutier sau prin cădere de la înălțime nu va fi mișcat din loc și nu va fi deplasat prin târâre, pentru a nu înrăutăți posibilele fracturi ale membrelor sau a coloanei vertebrale.
- Neapărat liniștiți și încălziți copilul prin învelire.

➤ **În sufocare din cauza *înhalării unor obiecte mărunte în căile respiratorii*:**

- Așezați copilul pe genunchi sau pe un scaun cu capul în jos, apoi loviți-l cu forța între omoplați. Efectuarea manevrei s-ar putea să fie necesară de la 6 până la 10 ori.
- Chemați urgent asistenta medicală ori medicul de familie care vă vor ajuta să îndepliniți corect acest procedeu până la sosirea ambulanței. Obiectele inhalate ar putea să se expectoreze în acest mod din căile respiratorii.
- Nu încercați să îndepărtați obiectul din gâtul copilului, încercând să ajungeți cu degetele, deoarece acest lucru poate împinge elementul mai departe în gât.

***Copii în vârstă până la 1 an:***

- Puneți copilul pe braț sau coapsă cu capul în jos,
- Loviți de 5 ori copilul pe spate cu dosul palmei.
- Dacă obstrucția nu se oprește, verificați dacă există obstacole în gura copilului care pot fi îndepărtate.
- Dacă este necesar, repetați din nou loviturile pe spate cu degetele.

***Copii cu vârsta mai mare de 1 an:***

- Loviți de 5 ori copilul pe spate cu dosul palmei. Copilul ar trebui să stea pe scaun/pat sau în genunchi, sau în poziție culcat.
- Dacă obstrucția nu se oprește, apropiați-vă de copil din spate, apucați-l cu mâinile, închideți palmele în poziție „lacăt” sub stern și împingeți în sus în stomac; repetați acest truc Heimlich de 5 ori.
- Dacă obstrucția nu se oprește, verificați dacă există obstacole în gura copilului care pot fi îndepărtate.
- Dacă este necesar, repetați din nou loviturile pe spate cu dosul palmei.

➤ **În caz de *înnec (în apă)*:**

- Țineți telefonul lângă apă, astfel încât să puteți ajunge rapid la acesta în caz de urgență. Asigurați-vă că știți numărul de telefon al serviciilor locale de salvare.
- În caz de urgență, scoateți mai întâi copilul din apă (dacă este posibil, ajungeți/luați sau aruncați obiectul plutitor către o persoană aflată într-o poziție sigură în afara apei care poate ajuta). Începeți cu verificarea căilor respiratorii, respirația și circulația sângelui copilului.
- Dacă doriți să intrați în apă, ar trebui să aduceți un obiect plutitor. Păstrați-l/țineți-l între Dvs. și copil. (Mulți salvatori s-au înecat din cauza victimelor salvate).
- Rugați pe cineva să cheme serviciile locale de urgență.

### Rețineți !

**Aceste intervenții vor facilita procesul de vindecare și vor exclude dezvoltarea complicațiilor care pot pune în pericol viața copilului.**

### REFLECTAȚI

- *Ce simțiți după lectura acestui suport informațional?*
- *Aveți suficiente cunoștințe și abilități pentru a acorda copilului Dvs. primul ajutor în caz de traumă?*
- 

### DECIDEȚI PENTRU Dvs.

- *Ce veți face, ÎN PRIMUL RÎND, pentru a vă informa mai mult despre cum să acordați primul ajutor copilului în caz de traumă?*

***Informație suplimentară poate fi accesată pe site-ul MECC, link-ul <https://mecc.gov.md/ro/content/resurse-pentru-parinti-educatia-timpurie>***

**Recomandări metodice de aplicare a suportului informațional (pentru formatorul local și educatorul parental)**

### **Tema ACORDAȚI PRIMUL AJUTOR COPILULUI TRAUMAT**

1. Explicați părinților/ îngrijitorilor că înecul, căderile, arsurile/ opăririle, intoxicațiile, obiectele mici care intră în căile respiratorii, strangularea și asfixia sunt cele mai frecvente traume pe care le primesc copiii în interiorul și în afara casei.
2. Explicați părinților că traumele nu sunt „acte ale destinului” („așa i-a fost scris”, „așa a trebuit să se întâmple”), ci au la bază anumite cauze, care le provoacă.
3. Reamintiți-le părinților, că copiii nu sunt adulți mici și că mulți factori, precum vârsta, dezvoltarea și gradul de dependență îi fac vulnerabili la traume/răni într-o lume construită total pentru adulți. Principalul factor de risc asociat vătămărilor neintenționate sunt vârsta și stadiul de dezvoltare. Alte riscuri includ sexul copilului, factorii de mediu și statutul economic.
4. Împărtășiți cu părinții cunoștințe despre etapele de dezvoltare ale copilului și la ce se pot aștepta la fiecare etapă în ceea ce privește siguranța de bază și primul ajutor.

5. Explicați părinților că băieții sunt mai adesea supuși accidentelor decât fetele, și aceasta datorită felului lor de a fi, mai activi, zvăpăiați, mai orientați către situațiile de risc.
6. Accidentele copilului pot fi determinate și de oboseală și neglijență. Majoritatea accidentelor se produc în cursul după-amiezii și serii, atunci, când atât copilul, cât și părinții sunt obosiți, iar calitatea supravegherii scade.
7. Spuneți-le părinților, că va fi nevoie să repete pentru copil de multe ori regula înainte ca el s-o memorizeze. În același timp, restricțiile nu trebuie să întrecă măsura, încât la un moment dat să nu lese copilul să facă un pas fără tata sau mama. Spaima nemotivată îl va face fricos. Copilul trebuie obișnuit să devină independent, să nu se sperie de găze sau să rămână la bunica nici pentru o zi.
8. Explicați părinților că copiii nu sunt doar adulți mici. Abilitățile fizice și mentale ale copiilor, gradul lor de dependență, comportamentul și tipurile de activități ale acestora nu sunt ca la adulți. Adesea, nevoia copiilor de a-și satisface curiozitatea poate duce la experimentare, ceea ce îi pune la egalitate cu o situație la care abilitățile lor fizice sau psihice nu sunt pregătite pentru a-și crește riscul de accidentare.
9. În plus, o serie de caracteristici fizice fac copiii mai vulnerabili la răni:
  - Copiii mici au pielea mai subțire, care arde/ se opărește mai adânc, mai repede și la temperaturi mai scăzute decât pielea adultă.
  - Copiii au o greutate corporală mai mică, ceea ce face ca cantitățile mici de substanțe toxice să fie și mai toxice.
  - Capul copilului este mai moale și mai mare în raport cu masa corporală a adultului.
  - Copiii au mâini, picioare, tălpi, degete mici, care pot nimeri în diverse crăpături.
  - Copiii nu întotdeauna știu cum să se protejeze – ei încă nu au învățat asta.
  - Copiii sunt mai mici decât un adult și e mai ușor să nu-i observi (în speță, în stradă/ pe drum de către șoferii de automobile), la fel și copiilor le este mai complicat să vadă ce se întâmplă în jurul lui.
  - Dimensiunea mică a părților corpului copiilor (de exemplu, picioare, mâini, degete și, cel mai periculos, capete disproportionat de mari în raport cu dimensiunea corpului) înseamnă că copiii mici pot intra în goluri și găuri mici, ceea ce poate duce la blocare.
10. Prezentați părinților informația în așa fel, încât aceștea să nu se sperie, dar să le oferiți șansa de a avea grijă de copilul lor și a-i asigura diverse oportunități de a interacționa cu mediul înconjurător, de ex., de a se juca în apă, de a examina obiectele, lucrurile și a cunoaște ce poți/ nu poți face cu ele, într-un mediu sigur, fără pericole...
11. Principala regulă care trebuie NEAPĂRAT accentuată pentru părinți și strict respectată pentru a-i asigura copilului securitatea la această vârstă este:  
***NU-L LĂSAȚI FĂRĂ SUPRAVEGHERE ORIUNDE S-AR AFLA!***
12. Dacă este posibil, sfătuiți părinții să urmeze un curs de bază de prim ajutor și un curs de reanimare cardio-pulmonară, pentru mai multe informații despre ce trebuie să facă în caz de urgență.