

VAIKO SAUGI APLINKA NAMUOSE











Traumos yra pagrindinė vaikų mirties ir negalios priežastis visame pasaulyje. Kasmet Europoje nuo netyčinių sužalojimų miršta beveik 42 tūkstančiai vaikų ir paauglių iki 19 metų. Ikimokyklinio amžiaus vaikai daugiausia sužalojimų patiria namuose, o nemažai nelaimingų įvykių galima nuspėti ir išvengti, pasitelkus įvairias priemones, kurių viena – saugios namų aplinkos kūrimas.



Tyrimo radiniai atskleidė, kad kiekvienuose namuose buvo gausybė grėsmę keliančių daiktų: buitės chemijos priemonių, karštų skysčių ir paviršių, stalčių ir spintelių, aštrių, smulkių daiktų, vaistų. Siekiant išvengti susižeidimų, tėvams teko keisti daiktų laikymo vietas, naudoti specialias apsaugas, užtikrinti nuolatinę vaikų priežiūrą, mokyti vaikus saugaus elgesio pagrindų. Nors tėvai stengiasi namuose sukurti kuo saugesnę aplinką savo vaikams, tačiau nelaimingų atsitikimų išvengti nepavyksta. Vaikai yra patyrę įvairių traumų: kritimo, nudegimo, springimo, įsipjovimo ir kitų nesudėtingų sužeidimų.

Rekomendacijos

-  **Elektros lizdai, ligintuvai turi būti su užblokuojamomis skylutėmis arba su apsauginiais dangteliais, kištukais.**
-  **Viryklės apsauga sumažina vaiko riziką užsiversti karštą puodą ant savęs ir nusiplikyti jo turiniu.**
-  **Laiptus ar židinių izoliuojanti tvorelė apsaugo nuo kritimų ir terminių sužalojimų.**
-  **Durų fiksatoriai apsaugo vaiką nuo pirštų prisivėrimo. Langų fiksatoriai neleidžia vaikui pačiam atsidaryti lango ir iškristi per jį.**
-  **Stalčių bei spintelių fiksatoriai apsaugo, kad vaikas neprisivertų pirštų, taip pat nerastų jam pavojingų daiktų.**
-  **Baldų kampų apsaugos padeda išvengti skaudžių sužalojimų, kurių metu vaikas gali prasiskelti galvą.**
-  **Vaikams nepasiekiamoje vietoje būtina laikyti buitinės chemijos priemones, vaistus ir daiktus, kuriais vaikai galėtų susižeisti ar apsinuodyti.**
-  **Žaislai turi būti saugūs, tinkami vaikams pagal amžių, pažymėti specialiu ženklu.**

Nutikus bet kokiai rimtesniai nelaimei reikia skubiai skambinti bendruoju pagalbos numeriu



112
SKUBI PAGALBA

Veiksniai lemiantys kai kurių sužalojimų dažnį vaikystėje

Visų pirmą derėtų prisiminti, kad vaikai nėra maži suaugusieji, jų fiziologija ir anatomija yra specifinė ir neretai tampa lemiamu veiksnium, dėl kurio įvyksta kai kurie sužalojimai. Daugelis organizmo sistemų vaiko augimo laikotarpiu tik pradeda formuotis. Kūdikių momenėlis yra nesukaulėjęs, todėl jiems itin pavojingos įvairios galvos traumos.

Visų antra vaikų regėjimo kampas yra siauresnis negu suaugusiųjų, jie negali aiškiai matyti tolimų objektų, vaikams sunkiau pakeisti tolimą vaizdą artimu. Jie linkę matyti atskiras detales, o ne visą vaizdą, jie nesugeba sekti akimis judančių objektų kaip suaugusieji. Vaikams daug sunkiau įvertinti atstumą ir garso šaltinį.

Vaikų raumenų sistema skiriasi nuo suaugusiųjų. Ikimokyklinio amžiaus vaikų raumenyse vyrauja aerobinis energijos gamybos būdas, o tai reiškia mažą raumenų nuovargį ir susitraukimo galingumą, greitą atsigavimą po darbo. Dėl šių priežasčių vaikai blogiau mato aplinką, įvertina pavojus, Žymiai daugiau vaikų linkę elgtis saugiau, jei nuo mažens buvo mokyti saugaus elgesio. Nuo vaikystės dera vaikams pasakoti apie saugumą, įspėti, kad būtų atsargūs, parodyti pavojingas vietas. taip pat yra judresni, mažiau pavargsta ir greičiau pailsi po nuovargio.

Žymiai daugiau vaikų linkę elgtis saugiau, jei nuo mažens buvo mokyti saugaus elgesio.

Vaikus reikia mokyti saugaus elgesio

Daug efektyviau vaikus veikia mokymas ir aiškinimas, kas yra nesaugu, negu draudimai ar bausmės dėl netinkamo elgesio.

Reikia mokyti vaikus elgtis saugiai ne tik pasakojimais, bet ir rodant filmukus, naudoti spalvinimo ir skaitymo knygeles apie saugą namuose.



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS

Parengta pagal Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro ir Vilniaus visuomenės sveikatos biuro medžiagą, visuomenės sveikatos specialistė Simona Gelžinienė, simona.gelziniene@sveikatos-biuras.lt