

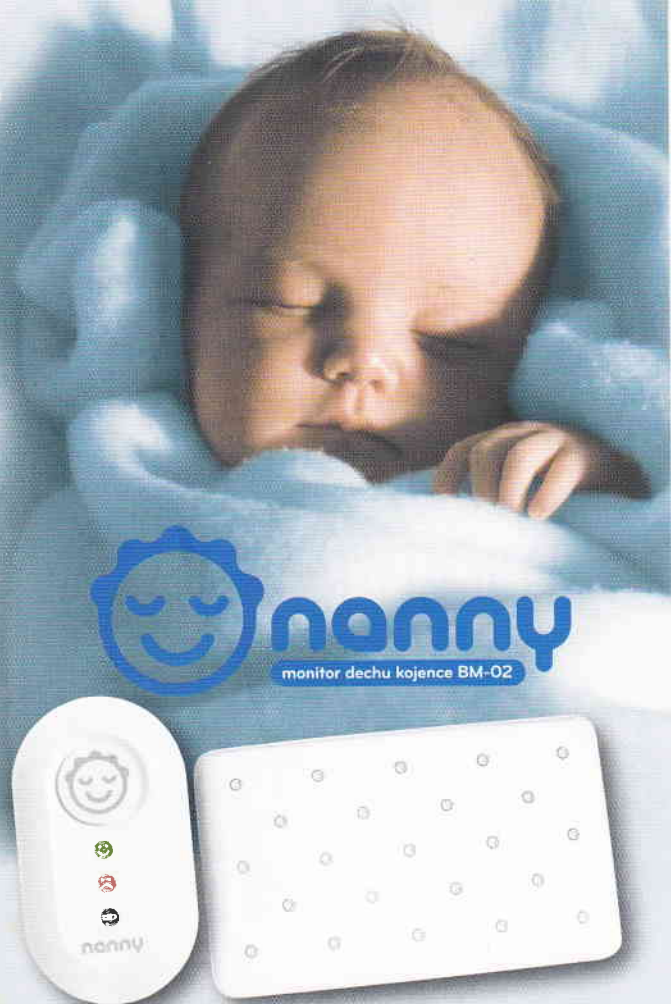
SYNDROM NÁHLÉHO ÚMRTÍ DÍTĚTE

Syndrom náhlého úmrtí dítěte (též SIDS, Sudden Infant Death Syndrome) je nejčastější příčinou úmrtí dětí během prvního roku života s vrcholem mezi 2. a 5. měsícem života. V České republice zemře na tento syndrom cca 20 dětí za rok. Příčina není objasněna, předpokládá se vliv mnoha faktorů. Některé z nich můžete ovlivnit dle následujících doporučení. Jejich dodržováním výrazně omezíte možnost vzniku SIDS.

- 1) **Dítě by mělo spát na zádech po celou dobu spánku. Spánek na boku nebo bříšku není vhodný, pokud u dítěte nejste přítomni.**
- 2) V postýlce dítěte nesmí být přítomny **žádné měkké hračky ani jiné předměty**, které by mohly zakrýt obličej dítěte (polštář, příliš měkká matrace). Příkrývkou v oblasti nohou zahněte pod matraci, dítě si ji pak nepretáhne přes hlavu.
- 3) Dítě by mělo **spát ve své postýlce** ve stejné místnosti s matkou.
- 4) V místnosti, kde dítě spí, **nesmí být příliš vysoká teplota vzduchu**. Stačí taková, která vyhovuje rodičům. Dítě by mělo být **přiměřeně oblečeno**.
- 5) **Nekuřte** v těhotenství a minimálně rok po porodu. **Nedovolte, aby někdo v přítomnosti dítěte kouřil.**
- 6) **Kojte**. Mateřské mléko je pro dítě nejlepší strava.
- 7) **Nikdy nechoďte spát pod vlivem tlumících léků, alkoholu nebo drog.** Neužívejte je ani přes den.
- 8) Uvedená doporučení musí dodržovat nejen rodiče, ale i ostatní, kdo o dítě pečují (např. **prarodiče**).

V prodeji jsou monitory pro sledování dýchání dítěte. O jeho koupi se poradte s dětským lékařem.

V případě zájmu o tento leták volejte 777 345 845.



www.nanny-distribuce.cz

STRUČNÝ POSTUP RESUSCITACE MALÝCH DĚTÍ

Kdy je dítě ohroženo na životě a potřebuje resuscitaci?

Dítě nedýchá, nereaguje, je bledé nebo zmodralo. Hrudník a břicho se nezvedají.

Co dělat ?

- Okamžitě začněte s resuscitací (oživováním) dítěte dle dalšího návodu.
 - Pokud je přítomna pouze jedna osoba, provádějte resuscitaci dle pokynů, teprve po minutě neúspěšné resuscitace volejte ZZS (Zdravotnická záchranná služba). Pokračujte v resuscitaci do oživení dítěte či příjezdu lékaře.
 - Pokud jsou přítomny dvě osoby, jedna resuscituje a druhá přivolá ZZS.
- Zavolejte ZZS - 155. Sdělte své jméno, popište situaci a uveďte, kam má sanitka přijet.
- Položte dítě na záda na tvrdou a rovnou podložku a podívejte se mu do úst. Pokud je potřeba, odstraňte cizí těleso (jídlo, hračka).
- Při podezření na předmět uvízlý hlouběji v dýchacích cestách je nutné provést v poloze hlavou dolů pět silných úderů mezi lopatky a po otočení dítěte pět prudkých stlačení na hrudní kost ve spojnici bradavek (obr. 1). Opakujte do vypuzení tělesa a pak pokračujte v resuscitaci dle dalších bodů.
- Pokud dítě nedýchá, obemkněte svými ústy pootevřená ústa i nos dítěte a vpravte do nich přibližně takové množství vzduchu, které je třeba ke zvednutí hrudníku (většinou jen obsah úst). Ústa oddalte a to stejné proveďte ještě čtyřikrát. (obr. 2). Vdech by měl trvat asi 1 až 1,5 sekundy. Pokud se hrudník nezvedá, je umělé dýchání neúčinné a je třeba vyhledat správnou polohu hlavy dítěte (záklon hlavy nebo opačně, hlava musí být v přímce s tělem). Pokud po pěti vdechích dítě stále nejeví známky života (dýchá, hýbe se, kašle), zahajte nepřímou srdeční masáž. Prostředníkem a ukazovákem stlačujte hrudní kost v její dolní třetině kolmo k ní do hloubky asi 1/3 hrudníku. Stlačení i uvolnění má být pravidelné a trvat stejnou dobu, frekvence stlačení je asi 100-120x za minutu. (obr. 3)
- Vždy po 30 stlačeních hrudníku proveďte 2 vdechy.
- Toto opakujte až do příjezdu lékaře nebo oživení dítěte.

Autoři: MUDr. L. Kantor, Ph.D., L. Göblová, A. Novotná.

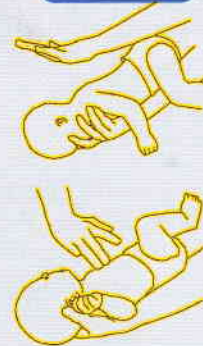
Aktualizace: MUDr. Martin Wita, 2013

Novorozenecké oddělení Fakultní nemocnice Olomouc

Lékařská fakulta Univerzity Palackého v Olomouci, 1. vydání 2006, 2. vydání 2013

V případě zájmu
o tento leták volejte
777 345 845.

obr. 1



obr. 2



obr. 3

