

# PREVENCIA

## Primárna prevencia mládeže

Prevenciu, významnému spôsobu predchádzania nežiadúcim javom, v našom prípade úrazom, sa venujeme vo viacerých číslach nášho časopisu. Dnes upriamime svoju pozornosť na mládež, teda skupinu detí, ktorá má špecifické správanie a spravidla predpokladáme, že riziko vzniku úrazu je minimalistickejšie, ako tomu bolo vo veku predškolskom. Deti v období dorastu, resp. mládež sú vo veku experimentovania, pričom ich správanie môže mať rôzne rizikové prvky. Zároveň v uvedenom veku si budujú a stabilizujú osoby životné návyky, majúce vplyv na zdravie človeka. Vyžadujú si osobitosť prístupu pre formovanie zdravého **fyzického i mentálneho JA**.

Na Slovensku zomiera ročne približne 200 detí a mladistvých dôsledkom dopravných nehôd, utopení, rôznych pádov, udusení, popálenín a otráv. Úrazy boli v roku 2005 u detí do 16. roku života najčastejšou príčinou ich úmrtnosti.

### Prevencia úrazov je poddimenzovaná ako celok

Zranenia mládeže sa obdobne ako aj v iných vekových periódach spájajú s vysokým rizikom dlhodobých fyzických následkov. Je potrebné reflektovať, že deti sa približujú sústreďeniu, postrehu a predvídaníu dospelého až po 12. roku života. Na druhej strane obdobie puberty je spájané s rôznorodými psychosoci-

álnymi štádiami, čo môže mať negatívny dopad na ľahší vznik úrazu. Fantázia je aj v danom vekovom štádiu nevyčerpateľná bez uvedomenia si jasnej hranice rizikovosti úrazu.

Zvýšené riziko úrazu identifikujeme u detí hyperaktívnych, agresívnych, vystavených napätiu doma, prípadne až domácejmu násiliu, stresu alebo veľkej duševnej záťaži.

**U mladistvých ako vyššie uvádzame je typická aj potreba experimentovania, čím sa nám formujú už aj iné alternatívy miesta vzniku úrazov, spojené s rôznorodostou prostredia:**

- **Domácnosť** - okrem potenciálnych rizík uvádzaných v predchádzajúcich článkoch aj napr. domáce násilie
- **Školské a mimoškolské prostredie** - úrazy pri športových aktivitách, úrazy spôsobené šikanovaním,
- **Verejných sociálnych sietí** - šikanovanie, zneužívanie
- **Doprava** - účastník dopravných nehôd, úraz bez nosenia bezpečnostných prvkov (napr. prilba)
- **Exteriér** - napr. príroda- možná otrava, detské ihrisko - úraz na trampolíne, bazén/plaváreň - riziko utopenia.

Množstvo zranení nám vzniká v rámci cestnej premávky, a to buď úmyselne, alebo neúmyselne a náhodne. Významným negatív-

ným fenoménom je používanie odzvučených slúchadiel u chodcov- mládeže, ktorí pri počúvaní hudby sú nepozorní a nebezpečenstvo vopred ani nedokážu vnímať sluchovými zmyslami. Rizikovým prvom je aj aktuálne používanie kolobežiek, osobitne elektrických kolobežiek. Mládež podceňuje používanie bezpečnostných prvkov (ochranná prilba), ktoré na bicykli, ako aj kolobežke dokážu zachrániť život dieťaťa. Mládež je potrebné v prvom rade najprv edukovať v dopravnej výchove, overovať praktickú znalosť poznatkov, fixovať naučené zručnosti a následne budovať a stabilizovať dodržiavanie pravidiel cestnej premávky.

Úlohou dospelých je vytvárať bezpečné prostredie pre deti, čo je najpodstatnejším prvkom prevencie úrazov.

### Odporúčania:

- častá otvorená a priateľská komunikácia
- monitorovanie dieťaťa, určité skutočnosti predvídaním a poznaním rizík v novej miere vieme minimalizovať, čím spoločne kreujeme bezpečnejšie prostredie a domov pre našich najbližších,
- viesť dieťa k bezpečnému zvládnutiu životnej situácie
- zvýšený dozor v rušnom a rizikovitom prostredí (napr. výstavba domu)
- výchovno-vzdelávacia činnosť u detí o prevencii úrazov
- znalosť poskytovania prvej pomoci - priemerný dojazd rýchlej zdravotnej pomoci je cca 10 minút. Dovedy je život dieťaťa v rukách rodičov.

doc. JUDr. Mgr. Jana Šimonová, PhD.