

# PREVENČIA

## PRIMÁRNA PREVENČIA V DOMÁCNOSTI U DETÍ DO TROCH ROKOV

Bezpečnosť a ochrana detí sú prvotným cieľom každého z nás! Predmetný článok bude predstavovať generalizované odporúčania, k vybraným otázkam ako minimalizovať možnosť vzniku úrazu v domácnosti, v tomto prípade u detí do troch rokov života.

### Primárna prevencia

je orientovaná na zníženie rizika vzniku úrazu, pričom sa realizuje výchovno-edukačnou činnosťou rodičov, ochranou detí pred vznikom konkrétnej nežiadúcej situácie, dozorom nad deťmi v špecifickom prostredí (napr. školský výlet, chata, záhrada, stavba), ale aj vzdelávaním, osvetou a voľno-časovou aktivitou detí.

### „Je možné považovať moju domácnosť za bezpečnú?“

Ťažiskom vyhodnotenia bezpečnosti je identifikovať možné indikátory a determinanty ovplyvňujúce prípadný vznik úrazu vo vzťahu k príslušnému veku, teda laicky povedané zistiť a následne eliminovať najfrekvencovanejšie možné príčiny vzniku úrazu u detí do troch rokov. Vo veku do 3 rokov je ovplyvnený vznik úrazu najmä nebezpečenstvom prostredia, v ktorom sa dieťa nachádza, či nevhodným správaním rodičov, prípadne absenciou predvídavosti.

### Štatistické závery

Podľa štatistik až 42% všetkých úrazov detí sa stane v domácnosti. Docentka MUDr. J. Hamade, PhD. tvrdí, že „príčiny detských úrazov úzko súvisia so stupňom somatického a psychického vývoja, s úrovňou kognitívnych funkcií, ale tiež s tým, v akom prostredí je dieťa vychovávané, ako má zorganizovaný voľný čas, s kým a v akom kolektíve ho trávi. Deti majú ťažisko tela nižšie, ľahko strácajú rovnováhu a s tým sa spájajú častejšie pády. Do veku 6 rokov prevažujú v domácnosti najmä poranenia hlavy, lebky, zlomeniny spôsobené pádmi, poranenia povrchu tela – najmä ostrými predmetmi. Úrazy spôsobené obarením

a popálením sú najčastejšou príčinou úmrtia detí vo vekovej skupine do 4 rokov, ohrozené sú najmä dojčatá a batoláta. Zvýšené riziko utopenia súvisí s nárastom popularity domácich bazénov a nedostatočným dozorom pri kúpaní. Udusenie v tomto veku býva najčastejšie spôsobené vdýchnutím cudzieho predmetu. Najviac otráv postihuje deti vo veku do 6 rokov. Deti do 3 rokov vnímajú skutočnosť inak, ako my dospelí, dokonca inak ako starší súrodenci. Nevedia vyhodnotiť možnosť následku ich rozhodnutia, konania, ovláda ich častokrát zvedavosť a chuť poznávať nové veci.

### Odporúčania:

- zaisťiť bezpečne obrusy, prípadne nepoužívať obrusy a tým predísť možnosti stiahnutia si horúceho nápoja na seba.

- dbať na ukladanie nebezpečných predmetov, či už horúcich, alebo aj ostrých mimo dosahu detí, pričom musí mať na zreteli, že šikovné dieťa si ľahko pritiahne aj stoličku a dočiahne ďalej, či už na stôl alebo na kuchynskú linku.

- úschova iných rizikových vecí, ako napríklad liekov, dezinfekčných prostriedkov, chemikálií a iných nebezpečných látok, a teda uložiť ich nielen mimo priameho dosahu detí, ale aj zabezpečiť ich tak, aby aj za použitia iných pomôcok (stolička, podstavec) sa k nim nedokázali priamo dostať.

- Ak máme dieťa do troch rokov života, ideálne je nakupovať všetky dostupné produkty aj s detskou poistkou, či už máme na mysli spotrebný materiál, alebo elektrospotrebiče.

- V domácnosti máme aj množstvo OSTRÝCH HRÁN, ktoré časom už nevnímame ako rizikové, avšak s ohľadom na zorný uhol dieťaťa sa môžu stať prekážkou spôsobujúcou úraz. Odporúčania:

- zabezpečenie rohov stolov, sklenených stolov a vitrín, ako aj schodov je azda samozrejmosťou každej domácnosti počas starostlivosti detí do troch rokov.

- so schodmi sa nám spája zvýšené riziko úrazov najmä u detí do troch rokov, ktoré nedokážu samostatne zvládnuť pohyb po nich.

- osobitne preventívne je potrebné pristupovať k oknám, balkónom, vyvýšeným terasám, ktoré sa spájajú s rizikom pádu.

Efektívnymi pomocníkmi sú aj v daných prípadoch rôzne zabezpečovacie pomôcky, ktoré nájdeme v detských obchodoch, či už zábrany na schody, ochranné kryty na rohy stolov, ochranné kryty na obalenie sklenených stolov, ochranné kryty a lišty, bezpečnostné fólie na sklo, uzamykateľné skrinky, bezpečnostné poistky a podobne. HRAČKY, ktoré používajú deti, musia osobitne vo veku do troch rokov zodpovedať parametrom a certifikácii bezpečnosti tak, aby ich menšie časti nemohli deti prehltnúť, vdýchnuť alebo strčiť do nosa, či ucha. Rizikom je aj umiestnenie hračiek vo vyšších priestoroch, pričom zvedavé dieťa má pochopiteľne snahu dostať sa k hračke akýmkoľvek spôsobom a tým by mohlo dôjsť k pádu. Nemali by sme deti klást na vyvýšené miesta, prípadne aj na stôl počas kŕmenia alebo hrania sa. Dieťa sekundárne vníma takéto správanie ako tolerované a bezpečné, a teda nielenže snažia dostať sa k vysoko umiestnenej hračke, ale ani priloženie si stoličky a vylezenie na ňu s cieľom uspokojiť svoju zvedavosť, či získať, čo práve vníma ako nevyhnutné, nepovažuje ako niečo riskantné, vďaka predchádzajúcemu tolerantnému správaniu rodiča v takej situácii.

**TRI základné zásady efektívnej prevencie, a to:** **1. ÚČINNÝ DOHLAD NAD DIEŤAŤOM.** **2. ZABEZPEČENIE BEZPEČNÉHO PROSTREDIA,** v ktorom sa dieťa nachádza (napr. domácnosť) **3. Primerané výchovno-vzdelávacie činnosti smerujúce k BUDOVANIU BEZPEČNÝCH NÁVYKOV DETÍ** (s ohľadom k veku dieťaťa).

doc. JUDr. Mgr. Jana Šimonová, PhD.