

# PRIMUL AJUTOR

pentru  
sugari  
și copii





# PRIMUL AJUTOR pentru sugari și copii



Proceduri de urgență pentru toți părinții



Editor medical

Dr. Vivien J. Armstrong

Traducere din limba engleză de Dr. Irina-Roxana Crîșmaru



# Prefață

Știți ce să faceți când copilul dumneavoastră cade și se rănește la braț sau se împiedică și se lovește la gleznă? Ați avea încredere să vă ocupați de rană, să-l consolați și ați ști unde să căutați ajutor? Sunteți capabil să vă îngrijiți bebelușul care are febră și să recunoașteți când boala devine mai gravă?

Copiii sunt aventuroși de felul lor și rănilor minore fac parte din procesul de creștere, la fel ca bolile copilăriei, dar, din fericire, rănilor și bolile severe sunt rare. Indiferent de incident, este important ca un copil să primească cel mai bun prim ajutor posibil. O îngrijire inițială bună poate nu doar să salveze viața, ci și să amelioreze procesul de recuperare. Această ediție revizuită a ghidului *Primul ajutor pentru sugari și copii* conține toate îndrumările recente pentru salvarea vieții, precum și sfaturi pentru abordarea leziunilor și a bolilor mai puțin severe.

Sper ca sfaturile și îndrumările din această carte să vă ofere cunoștințele, capacitățile și încrederea să vă îngrijiți copilul sau sugarul cu o rană sau boală și, de asemenea, să vă ajute să vă simțiți încrezător să acționați dacă se produce un incident sever.



dr. Vivien J. Armstrong MBBS FRCA DRCOG PGCE (FE)

Medical Editor

# Cuprins

Introducere 8

Cum să folosiți această carte 9

Acțiunea în caz  
de urgență 10

Focul 11

Electrocutarea 12

Incidente în apă 13

Verificarea semnelor vitale 14

Starea de inconștiență 16

Starea de inconștiență 16

Sugarul inconștient 19

RCP: sugar 20

Copilul inconștient 22

RCP: la copil 24

Poziția de siguranță 26

Tulburări de respirație 28

Sugarul care se asfixiază 28

Copilul care se asfixiază 30

Ținerea respirației 32

Sughitul 32

Sufocarea și strangularea 33

Inhalarea de fum 33

Crupul 34

Astmul bronșic 35

Plăgile și hemoragia 36

Șocul 36

Hemoragia gravă 38

Corpii străini inclavați 40

Tăieturile și zgârieturile 41

Plaga infectată 42

Veziunile 43

Plăgile oculare 44

Epistaxisul 45

Plăgile urechii 46

Plăgile cavității bucale 47

Amputația 48

Hemoragia internă 49

Plăgile prin strivire 49

Plăgile toracelui 50

Plăgile abdominale 51

Arsurile și opărelile 52

Arsurile și opărelile 52

Arsurile electrice 54

Arsurile chimice ale pielii 55

Arsurile chimice oculare 56

Otrăvirea 57

Substanțe chimice înghițite 57

Intoxicația cu medicamente

sau alcool 58

Intoxicația cu plante 58

Traumatismele capului,  
ale feței și ale coloanei  
vertebrale 59

Plăgile scalpului 59

Traumatismul cranian 60

Traumatismele

nasului/pomeților 62

Traumatismele mandibulei 62

Traumatismele

coloanei vertebrale 63

Leziunile oaselor,  
ale articulațiilor  
și ale mușchilor 64

Traumatismele bazinului 64

Traumatismele

membrului inferior 64

Traumatismele genunchiului 66

Traumatismele piciorului 66





Traumatismele gleznei 67  
Traumatismele claviculei 68  
Traumatismele coastelor 69  
Traumatismele brațului 70  
Traumatismele cotului 70  
Traumatismele mâinii 71  
Traumatismele degetelor 72  
    Crampele 73  
Vânățăile și tumefacțiile 74

### Obiecte străine 75

    Așchiile 75  
Corpii străini intraoculari 76  
Corpii străini în ureche 77  
Corpii străini intranazali 78  
    Obiecte înghițite 78

### Mușcăturile și înțepăturile 79

    Mușcăturile de om și de  
        animale 79  
    Înțepăturile de insecte 80  
Erupția cauzată de urzici 80  
    Mușcătura de căpușă 81  
    Înțepătura de meduză 82  
Înțepătura de animale marine 82  
    Mușcătura de șarpe 83

### Efectele căldurii și ale frigului 84

    Hipotermia 84  
    Degerăturile 86  
    Arsurile solare 87  
Erupția cutanată la căldură 87

Epuizarea termică 88  
Șocul hipertermic 89

### Afecțiuni medicale 90

    Alergiile 90  
    Șocul anafilactic 91  
    Urgența diabetică 92  
    Leșinul 93  
    Febra 94  
    Meningita 95  
    Convulsiile febrile 96  
    Convulsiile epileptice 97  
    Vărsăturile și diareea 98  
    Durerea abdominală 99  
    Durerea de ureche 100  
    Durerea de dinți 101

### Trusa de prim ajutor 102

    Trusa de prim ajutor 102  
    Pansamentele 104  
    Bandajarea 105  
    Bandajele triunghiulare 106  
    Articole de uz casnic  
        folositoare 108

### Siguranța la domiciliu 109

    Siguranța la domiciliu 109  
    Holul și scările 110

    Sufrageria 111  
    Bucătăria 112  
    Dormitorul 114  
        Baia 116  
    Jucării și locuri de joacă 117  
    Grădina 118  
Garajul și siguranța în mașină 119  
    Afară și în jur 120

### Siguranța copilului 122

    Călătoritul cu sugarii  
        și cu copiii 122

    Index 123  
    Mulțumiri 127

    Numere de telefon utile 128



# Introducere



Această carte a fost creată în principal pentru părinți, dar și pentru alte persoane – bunici, învățători, îngrijitori, lideri ai grupurilor de joacă și babysitteri – care au grijă de sugari și de copii în mod regulat sau ocazional. Conținutul a fost stabilit într-o manieră clară și logică, iar informațiile au fost prezentate sub formă ilustrată, folosind cuvinte și legende simple pentru a le face ușor de urmărit și de înțeles. Sfaturile de prim ajutor pot fi folosite pentru a trata orice copil până la pubertate și urmează ghidurile clinice cele mai recente la momentul publicației.

Prin natura lor, urgențele sunt evenimente neașteptate și pot fi foarte înspăimântătoare și stresante pentru oricine îngrijește un copil. Această carte vă va fi de folos pentru a deprinde diferite aptitudini practice utile în fața unei serii de urgențe care necesită prim ajutor și accidente comune, crescându-vă încrederea și asigurându-vă că veți reacționa în cel mai bun mod. Cu cât sunteți mai calm, cu atât va fi mai eficient ajutorul dumneavoastră, și ascultând și vorbind cu copilul, veți putea lua cea mai bună decizie pentru ambii, ameliorând mult rezultatul.

În plus, la finalul cărții există referințe. O secțiune despre trusa de prim ajutor și tehnicile de bandajare listează, de asemenea, obiecte utile de avut în casă și cum să le folosiți. Paginile despre siguranța domiciliului subliniază posibile zone periculoase din casă și cum să le amenajați pentru a minimiza riscul de accidente.

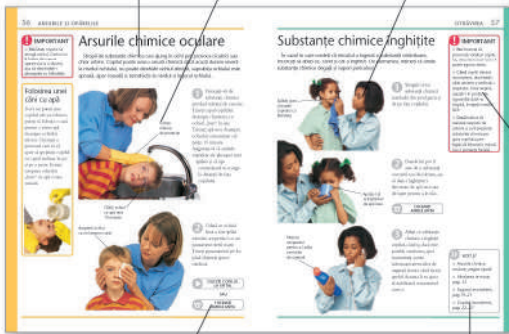
## Cum să folosiți această carte

Această carte acoperă tratamentul de prim ajutor pentru orice, de la tăieturi minore și zgârieturi la abordarea unui copil inconștient. Pentru fiecare

Semnele și simptomele-cheie vă ajută să recunoașteți afecțiunile

Adnotările subliniază acțiunea esențială

Fotografiile clare ilustrează fiecare pas al tratamentului



Simbolurile subliniază acțiunea necesară pentru ajutor medical

Referințele din subsolul paginii vă trimit la pagini cu informații despre leziunile asociate

Casetele cu eticheta „Important” atrag atenția asupra arilor de interes

### Ghid pentru simboluri

Următoarele simboluri și instrucțiuni apar când copilul necesită ajutor medical suplimentar:



**CEREȚI SFATUL  
MEDICULUI**

În funcție de zona dumneavoastră, sunați la cabinetul medicului dumneavoastră, la asistenta medicală, la camera de gardă sau la 112 pentru sfaturi.



**DUCEȚI COPILUL  
LA SPITAL**

Duceți copilul la cel mai apropiat departament de urgență dacă aveți ajutor și mijloc de transport.



**CHEMAȚI AMBULANȚA**

Copilul dumneavoastră necesită ajutor medical urgent și este mai bine să fie transportat la spital cu ambulanța.

afecțiune, o serie de fotografii sau de imagini vă arată exact ce să faceți în caz de urgență. Pe fotografiile sunt indicate mesaje-cheie, iar în textele alăturate se regăsesc sfaturi suplimentare, pas cu pas.

Leziunile sunt prezentate în funcție de tip, în secțiuni colorate precum „Dificultăți de respirație” sau „Plăgi și sângerare”. Totuși, în caz de urgență, indexul de la sfârșitul cărții vă va conduce direct la pagina relevantă. Există și secțiuni, precum „Acțiunea în caz de urgență”, „Bandaje și pansamente” și „Siguranța la domiciliu”, care conțin informații cu referire generală.





# Acțiunea în caz de urgență

În caz de urgență, în special în una implicând copii, păstrați-vă calmul și acționați logic. Amintiți-vă patru pași:

## 1 Evaluati situația

- Ce s-a întâmplat și cum s-a întâmplat?
- Este prezent cineva care poate ajuta?
- Vă puteți apropia în siguranță?
- Aveți nevoie de serviciul de urgență?
- Este rănit mai mult de un copil?

## 2 Siguranța este importantă

- Nu riscați să vă accidentați – nu puteți fi de ajutor dacă deveniți o victimă.
- Îndepărtați orice sursă de pericol de lângă copil. Mișcați copilul doar dacă o puteți face în siguranță și dacă este esențial pentru siguranța lui, și faceți-o cu foarte mare atenție.



## 3 Tratați mai întâi rănilor severe

Principalele afecțiuni imediat amenințătoare de viață sunt:

- Obstrucția căilor aeriene, care împiedică respirația, de exemplu, ca rezultat al lipsei de conștiență (vezi pag. 14).
- Hemoragia severă, care poate duce la șoc amenințător de viață (vezi pag. 36).

### ! IMPORTANT

- Dacă sunt răniți mai mulți copii, duceți-vă la cel liniștit – este posibil să fie inconștient și să nu respire.

## 4 Cereți ajutor

Strigați după ajutor devreme și rugați alte persoane să:

- asigure zona
- vă ajute cu acordarea primului ajutor
- ceară ajutor medical sau să cheme
- transporte copilul într-o zonă sigură, dacă este necesar.
- o ambulanță

## Sunând după ajutor

Atunci când sunați serviciul de urgență, folosiți opțiunea hands-free astfel încât să puteți trata copilul în timp ce faceți apelul. Oferiți următoarele informații:

- numărul dumneavoastră de telefon
- detalii despre leziuni
- localizarea incidentului
- informații despre pericole precum gaz, linii electrice sau ceață.
- tipul incidentului
- numărul, sexul și vârsta victimelor





# Focul

Scrieți un plan de evacuare pentru casa dumneavoastră și asigurați-vă că toată lumea știe ce să facă.

- Cum ați ieși din fiecare cameră?
- Cum ajutați sugarii și copiii mici?
- Unde vă întâlniți, odată ieșiți?

## Acțiunea în cazul focului de ulei

- Închideți sursa de căldură, apoi acoperiți tigaia cu un capac, un prosop ud sau o pătură de incendiu – lăsați-le jumătate de oră – **NICIODATĂ** nu turnați apă peste flăcări.
- Dacă focul nu este controlat, ieșiți din casă închizând ușile în urma dumneavoastră, apoi chemați pompierii.

## Evacuarea dintr-un incendiu

- 1** Puneți mâna pe ușă. Dacă ușa este rece, părăsiți camera. **SAU** **2** Dacă ușa este fierbinte, nu o deschideți. Mergeți la fereastră.



Plecați repede,  
NU VĂ ÎNTOARCEȚI



Stați jos, unde aerul este cel mai curat

## ! IMPORTANT

- **Transportați** sugarii și copiii mici.
- **Nu** puneți copiii să facă altceva în afară de a-și purta de grijă.
- **Închideți** ușile în urma dumneavoastră.
- **Întâlniți-vă** în afara casei.
- **Niciodată** nu vă întoarceți.
- **Telefonați** după ajutor din altă parte.

**Dacă trebuie să ieșiți printr-o fereastră:**

- Dacă trebuie să spargeți sticla, acoperiți rama cu o pătură înainte de a ieși.
- **Scoateți** copilul afară, țineți-l și apoi cereți-i să-și dea drumul
- **Ieșiți** afară, țineți-vă de margine, apoi dați-vă drumul.

## Hainele în flăcări

**Dacă iau foc hainele:**

**Opriti** mișcările copilului, deoarece mișcarea va ațâța flăcările.

**Puneți-l** pe podea și înveliți-l într-o pătură sau haină pentru a stinge flăcările.

**Rostogoliți-l** pe jos.



## ! IMPORTANT

- **Nu** lăsați copilul să alerge panicat; mișcarea rapidă va ațâța flăcările.
- Dacă este disponibilă apă, întindeți-l pe jos, cu partea care arde în sus și stropiți-l cu apă sau cu un lichid neinflamabil.