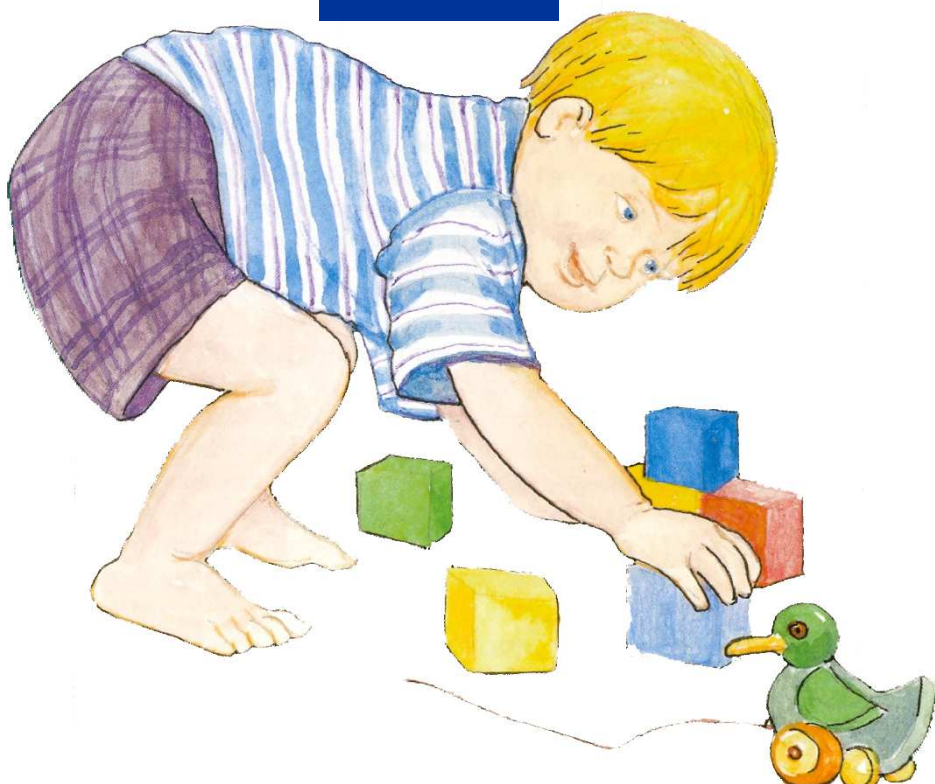


Otrok
od starosti
6 mesecev
do 2 let



**PREPREČUJMO
POŠKODBE
PRI OTROCIH**

Starostno obdobje od šestega meseca do drugega leta je razburljivo razvojno obdobje, za katerega je značilno kar nekaj novosti, kot so prvi koraki, besede, pa tudi socialni stiki, strahovi in ljubosumnost. Otrok vse bolj obvladuje svoje telo, se spoprijema s prostorom in številnimi predmeti v njem, ga raziskuje in spoznava. Posnema ljudi okoli sebe, navezuje prve socialne stike, se odkrito veseli in jezi.

Otrokov telesni in duševni razvoj poteka po sicer ustaljenem vrstnem redu, nikakor pa vsi otroci ne dosegajo vseh razvojnih mejnikov ob istem času, saj gre za individualne razlike v hitrosti razvoja.

In kaj se dogaja v otrokovem razvoju v obdobju, ko otrok postaja vse bolj neodvisno in vedoželjno bitje? Poglejmo si nekaj pomembnih razvojnih mejnikov v tem obdobju.

Otrok pri približno 7 do 8 mesecih:

- sam sedi brez opore,
- stoji z oporo,
- prijema predmete z vsemi prsti,
- pričinja razumeti, da predmeti, ki niso v vidnem polju, še obstajajo, zato jih išče.

Pri približno 8 do 10 mesecih:

- se plazi,
- se sam dvigne,
- predmete prijema s konicami prstov in palcem,
- posnema gibe odraslih.

Pri približno 10 do 12 mesecih:

- hodi z oporo ali sam,
- uporablja prve besede kot simbole,
- razume preprosta navodila in vprašanja.

Pri približno 12 do 18 mesecih:

- samostojno hodi in premaguje enostavne ovire v prostoru,

- odkriva nova sredstva za doseganje cilja (npr. stopi na pručko, da postane višji),
- hodi navzdol po stopnicah,
- se pomaga oblačiti, sodeluje pri lastnem prehranjevanju,
- je ljubosumen, prepira se za svoje stvari.

Pri približno 18 do 24 mesecih:

- pleza po stopnicah ob ograji,
- teče, skače, vendar še pogosto pada,
- posnema dejavnosti drugih in se pretvarja,
- igra se z drugimi otroki v majhnih skupinah.

Otrok se v tem starostnem obdobju intenzivno giblje v prostoru, je radoveden in želi biti samostojen. S svojim ravnanjem pogosto izzove nevarne situacije, ki se lahko končajo s poškodbo. Zato je potrebno življenje v družini podrediti otrokovim razvojnim značilnostim. Stanovanje je treba preurediti tako, da se bo otrok v njem varno gibal in pridobival izkušnje. Verjetno ne boste uspeli preprečiti vsake buške, vreznine ali praske. Nekaj varnostnih ukrepov pa bo zmanjšalo možnosti za hude poškodbe otroka in tudi vi boste manj zaskrbljeni.

V brošuri so prikazane nevarne situacije, ki najbolj pogosto ogrožajo otroka od starosti 6 mesecev do 2 let in napotki, kako lahko preprečite poškodbe.

Otroci, mlajši od 2 let, se lahko zadušijo z vsakim predmetom, katerega premer je manjši od 3 cm. Zato iz dosega otrok odstranite gumbe, frnikole, kovance, kamenčke, okrogle baterije in druge drobne predmete, ki se lahko zataknejo v grlu. Posode in omare, kjer hranite drobne predmete, naj bodo zaprte tako, da jih otrok ne more odpreti. Majhnega otoka nikoli ne pustite samega, kadar je. Pomembno je, da starejše otroke poučite, da ne smejo dajati majhnemu otroku nobene hrane brez vašega nadzora, še zlasti ne bonbonov, lizik, orehov ali lešnikov. Otrokom, mlajšim od 5 let, nikoli ne smete ponuditi arašidov, ker se arašid zelo rad zaleti, potuje po sapniku in obstane v pljučih.

- Otrok, mlajši od 2 let, se lahko zaduši z blazino ali odejo v posteljici, zato v posteljico ne dajajte blazine, da se ne zaduši. Vzmetnico in plastično zaščitno prevleko na njej vedno prekrijte z bombažno rjuho, ki se tesno prilega vzmetnici. Presledek navpičnih letvic na ograji posteljice mora biti 4,5 do 6,5 cm, da otrok ne more potisniti glave skozi odprtino, ker se lahko zadavi. Različne vrečke, predvsem plastične, naj bodo zunaj dosega otroka.
- Pogosto se otroci zadušijo tudi z deli pokvarjenih igrač. Otroku ponudite le igrače, ki so primerne njegovi starosti. Nevarne so igrače starejših otrok, še posebno, če so sestavljene iz manjših delov. Redno pregledujte, ali so deli igrač, npr. oči pri medvedku, še dobro pritrjeni.
- Nevarnost za otroka predstavljajo igračke na vrvici, ki so razpete na posteljici ali stajici. Odstranite vse igračke na vrvici iz posteljice in stajice.
- Otrok se lahko zadavi, če ima okrog vratu obešeno dudko ali igračko. Zato ne obešajte otroku dudk ali igračk na vrvico okrog vratu. Tudi otroška oblačila ne smejo imeti trakov in vrvic, ker se lahko otrok z njimi zadavi. Poskrbite, da otrok ne bo dosegel vrvic od zaves ali žaluzij.

- Otrok se lahko utopi v nekaj centimetrih vode v kopalni kadi, bazenčku, vedru, stranišču, luži ali mlaki. Majhen otrok, ki se utaplja, ne kriči na pomoč in ne dela hrupa. Nikoli ne puščajte majhnega otoka samega ali z drugimi otroki v kopalni kadi ali bazenčku brez vašega nadzora niti toliko časa, da dvignete telefon ali greste po brisačo. Če že morate oditi, vzemite otroka s seboj.



- Otroci pogosto padejo v vodo (bazen, potok, reka, jezero, morje). Opazujte svojega otroka ob bazenu, v toplicah, na obali jezera ali morja. Bodite pozorni in ne puščajte otroka brez nadzora, če so v bližini vašega doma nezavarovane vodne površine. Če imate svoj bazen, ga z vseh štirih strani obdajte z ograjo tako, da bo bazen popolnoma ločen od hiše in dvorišča.

PRVA POMOČ

KADAR SE OTROK DUŠI, KER JE VDIHNIL TUJEK

Če je otrok pri zavesti (kašlja, govori in diha brez večjih težav), ne posredujte in ga položite v udoben položaj. Potem pokličite zdravniško pomoč na telefonsko številko **112**.

Če otroku grozi nezavest (ne more govoriti in kašljati ter pomodri), mu takoj nudite prvo pomoč:

1. Postavite se za otroka in ga objemite tako, da je vaša pest med njegovim popkom in konico prsnice!
2. Petkrat močno in hitro pritisnite navzad in navzgor!
3. Odstranite tujek, če je viden.
4. Če je tujek še v dihalnih poteh, ponovite postopek.
5. Če poskus odstranjevanja tujka ni uspešen in je otrok nezavesten, takoj začnite z umetnim dihanjem.



Če je otrok nezavesten (se ne odziva na trepljanje ali glasno nagovarjanje) in ne diha, nemudoma pričnite z umetnim dihanjem. Če je kdo v bližini, ga prosite, da pokliče zdravniško pomoč na telefonsko številko **112**. V primeru, da ste sami, pa morate najprej izvajati umetno dihanje in, če je potrebno, zunanjo masažo srca vsaj **1 minuto**. Potem šele pokličite zdravniško pomoč na telefonsko številko **112** in nadaljujte z oživljanjem.

Vpišite se v tečaj oživljanja pri Rdečem križu, kjer se lahko naučite pravilne tehnike umetnega dihanja in zunanje masaže srca!

Med vsemi nezgodami so prometne nezgode glavni vzrok umrljivosti otrok v tej starosti. Skrbeti morate, da bodo otroci v avtomobilu varno nameščeni. Prav tako je pomembno, da v avtomobilu ne kadite, saj cigaretni dim škoduje zdravju otroka.

Otroci so pogosto žrtve v prometu tudi kot pešci. Koordinacija med različnimi gibi ter med gibi in zaznavami še ni taka, da bi otroku omogočala varno in brezskrbno gibanje v prostoru ali na

prostem, saj otrok še ne zmore ustrezno oceniti, kaj je varno in kaj nevarno. Pomembno je vedeti, da se otrok pri 8 do 9 mesecih prične bati tujih ljudi. Ta strah je najhujši do 18. meseca starost. Če neznan oseba nenadoma in vsiljivo vstopi v njegovo okolje, se lahko otrok zelo nepredvidljivo in močno čustveno odzove, kar seveda zmanjša njegovo siceršnjo zmožnost presojanja in odločanja. To je lahko razlog, da otrok nenadoma steče na cesto.

OPOZORILO IN NASVET STARŠEM

- Največ nezgod se zgodi blizu doma, zato se tudi pri najkrajših vožnjah prepričajte, da so v avtomobilu vsi potniki pripeti z varnostnimi pasovi in da so otroci nameščeni v otroškem varnostnem sedežu. Po zakonu o varnosti cestnega prometa smete otroka voziti v avtu le, če je nameščen v otroškem varnostnem sedežu, primernem starosti in teži otroka, ki nosi mednarodno oznako ECE-R44/04.
- Otroka vedno vozite nameščenega v **otroškem varnostnem sedežu**. Ko je otrok star približno 9 mesecev ali tehta 9 kg, je čas, da prejšnji varnostni sedež zamenjate z novim, ki bo uporaben do 4. leta starosti ali do teže 18 kg. Varnostni sedež mora biti nameščen na zadnjem sedežu avtomobila tako, da je obrnjen v smer vožnje.

Varnostni sedež morate pravilno postaviti in pritrditi. Pri tem upoštevajte navodila proizvajalca. Otroka v sedežu vedno pripnite z varnostnimi pasovi v obliki črke H tako, da se tesno prilegajo otrokovemu telesu.

- Otroka v avtomobilu nikoli ne držite v naročju, tudi če sedite na zadnjem sedežu. Ob trku otroka lahko vrže v vetrobransko steklo ali celo iz avtomobila.
- Na ulici spremljate otroka tako, da otrok hodi po notranji strani pločnika, vi pa po zunanji strani. Otroka morate vedno držati za roko, obstaja pa nevarnost, da se vam izmuzne iz rok in steče na cesto. Kadar hodite po zelo prometnih ulicah, je zato priporočljivo, da uporabljate **varnostne naramnice za hojo**. Uporabljati jih lahko začnete, ko otrok shodi. Z uporabo le-teh otroka lažje nadzirate, otrok pa je varen in se počuti bolj neodvisno.



- Pazljivi bodite, ko prečkate prometno ulico z otrokom v vozičku. Upoštevajte, da je voziček vsaj en meter pred vami in ko ste na robu pločnika je voziček že en meter na cesti. To je lahko še posebno nevarno, ko stopate na prehod za pešce, če so ob robu ceste parkirani avtomobili. V takem primeru vozniki ne vidijo vozička izza parkiranih avtomobilov. Majhnega otroka v vozičku nikoli ne zaupajte starejšemu bratcu ali sestrici.
- Kadar vozite otroka na kolesu, morate poskrbeti za njegovo varnost. Po Zakonu o varnosti cestnega prometa je dovoljen prevoz otroka, starega do 8 let, če je na kolesu pritrjen poseben **sedež za otroka** in je kolo dodatno opremljeno s stopalkami za noge. Pri nakupu pazite, da ima otroški sedež vzglavnik. Med vožnjo mora biti otrok vedno pripet z varnostnim pasom v obliki črke H. Zakon pa predpisuje tudi obvezno **kolesarsko čelado** za otroka. Otroci ne sodijo na moped ali motorno kolo!



- Pazljivi bodite pri speljevanju iz garaže ali dvorišča še zlasti, če vozite vzvratno. Pri tem lahko po nesreči povozite otroka, ker ga iz avtomobila ne vidite. Take nezgode so pogoste tudi na kmečkem dvorišču, ko neprevidni voznik s traktorjem ali drugim kmetijskim strojem nenamerno povozi otroka.
Otroci ne sodijo na traktor ali druge kmetijske stroje!

PRVA POMOČ

KADAR SE OTROK POŠKODUJE V PROMETNI NEZGODI

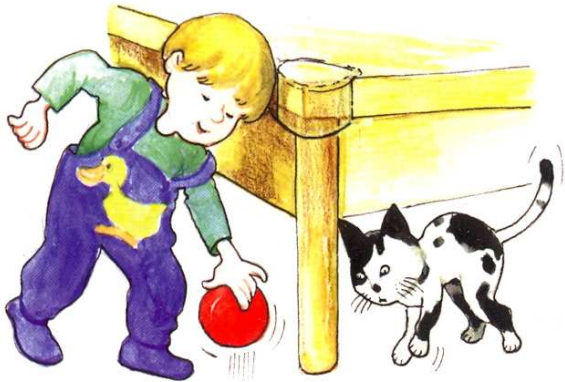
1. Potrudite se ostati mirni in skušajte pomiriti tudi otroka!
2. Zavarujte kraj nezgode!
3. Pokličite pomoč ali prosite mimoidočega, da to stori. Pokličite reševalce na telefonsko številko **112** in policijo na številko **113**!
4. Otroka ne premikajte, če ni res nujno potrebno zaradi grozeče zunanje nevarnosti. Tudi sam naj miruje!
5. Preverite dihanje!
6. Ustavite krvavitev; na rano pritisnite z roko, obvezo ali s čim podobnim!
7. Otroka pokrijte!

Prostor, ki ga otrok obvlada s svojim gibanjem, se širi. Pri starosti približno 8 mesecev se otrok že sam dvigne iz sedečega v stoječi položaj, stoji ob opori, se spretno plazi in kasneje tudi samostojno hodi. Med 12. in 14. mesecem večina otrok shodi, kmalu nato otrok že leze

po stopnicah, premaguje različne ovire v prostoru, se vzpenja na pručko, stol in podobno. Prav v obdobju, ko otrok hitro osvaja različne gibalne spretnosti, predstavlja zanj gibanje svojevrsten izziv in način samopotrjevanja.

OPOZORILO IN NASVET STARŠEM

- Majhni otroci pogosto padejo in se poškodujejo, ko se spotaknejo ob igrače, ki so raztresene po tleh. Poskrbite, da bo na tleh čim manj igrač, ob katere se lahko spotakne otrok ali kdo od odraslih.
- Pri padcu se lahko otrok težko poškoduje, če se udari ob radiator ali oster rob na pohištvu. Ostre robove radiatorjev in pohištva, predvsem vogale, zaščitite s posebnimi **zaščitnimi vogalniki**.



- Otrok se lahko zaleti tudi v steklena vrata ali okno in se poreže z razbitim steklom. Strokovnjaki priporočajo posebno **plastično folijo**, ki se nalepi na steklo in preprečuje, da bi se razbito steklo razletelo na kose in porezalo otroka.



- Prepričajte se, da je otroška posteljica stabilna ter dovolj globoka, da otrok ne more sam splezati ven. Med površino žimnice in zgornjim robom ograje na posteljici mora biti najmanj 50 cm višine. Ograjo na posteljici morajo sestavljati navpične letvice s presledkom od 4,5 do 6,5 cm, da otrok ne more preplezati ograje in pasti iz posteljice. Vedno, kadar je otrok v posteljici, naj bodo stranice posteljice zaprte.
- Kadar otrok sedi v visokem stolčku ali vozičku, je nevarno, da pade iz njega, zato mora biti vedno pripet z varnostnim pasom v obliki črke H. Otroku ne dovolite, da bi stal na stolčku oz. vozičku ali da bi plezal po njem. Ne pustite otroka v stolčku samega pri mizi, ker se z nogami lahko odrine od mize in se skupaj s stolčkom prevrne.
- Otroku, ki se že dviguje na noge, lahko spodrsne v kopalni kadi in pade. Zato ga v kopalni kadi ne spustite izpred oči niti za trenutek. V kopalno kad namestite **podlogo iz materiala, ki ne drsi**.

- Otrok se v tej starosti začne intenzivno gibati in raziskovati svoje okolje, zato namestite **pregrajo na vrhu in na dnu stopnišča** ter zaprite vhodna vrata. Uporabo hojice pediatri ne priporočajo, ker ne vpliva ugodno na otrokov razvoj, nevarna pa je tudi za nastanek poškodb. Otrok se v hojici giblje zelo hitro, lahko se spotakne ob preprogo, prag, se zaleti v steklena vrata ali pade po stopnicah.
- Otrok se v tej starosti lahko sam vzpne na stol ali drug del pohištva in pade skozi okno ali preko balkonske ograje. Prestavite stole in ostalo pohištvo stran od oken in balkonskih ograj. Na okna namestite **okensko zapiralo**, ki omogoča, da se okno lahko odpre samo za 8 do 10 cm. Odprtine na balkonski ograji naj bodo take velikosti, da otrok ne more zlesti skozi nje. Otroka med bivanjem na balkonu ali terasi nadzorujte.



- Ko gradite hišo, se v njej in okrog nje skriva veliko nevarnosti. Otrok lahko pade z nezavarovanega balkona, po nedokončanih stopnicah ali v zemeljski izkop ob hiši. V hiši in okrog nje so številna nevarna orodja, s katerimi se otrok lahko težko poškoduje. Zato ne jemljite otrok s seboj, kadar greste v nedograjeno hišo ali na gradbišče okoli nje!

Otrokovo mišljenje postaja bolj prožno in odprto, kar pomeni, da zanj niso več zanimive le stvari, ki so v njegovem vidnem polju, ampak tudi vse tisto, kar mora šele odkriti. Otrok po 8. do 9. mesecu starosti odstrani oviro, da pride do cilja, npr. odrine blazino, odpre škatlo in

podobno. Vse to se dogaja v obdobju, ko je otrok zelo radoveden. Uči se tako, da stvari neposredno preizkuša in opazuje, kaj se bo zgodilo, če ... Včasih tudi poskusi, kakšen okus ima barvna tabletki ali tekočina v steklenički.

OPOZORILO IN NASVET STARŠEM

- Več kot polovico zastrupitev pri otrocih je zastrupitev z zdravili, ker otroci pogosto mislijo, da so zdravila bonboni. Nočne omarice, predali, torbice, denarnice in žepi površnika so neprimerna in nevarna mesta za shranjevanje zdravil. Zdravila, ki jih hranite doma, naj bodo v varni embalaži, npr. v **škatlicah s posebnim dvofaznim zapiranjem**, ki jih otroci ne morejo odpreti. Da odprete tako škatlico, je potrebno hkrati zamašek potisniti navzdol in ga zavrteti, tega pa majhni otroci ne zmorejo. Vsa zdravila pospravite v omarico, ki jo otroci težko dosežejo. Najbolje je, če se omarica zapira s ključem ali posebnim **mehanizmom-zatičem**. Mehanizem je narejen tako, da ga odrasli lahko odprejo, otroci pa ne, ker imajo prekratke prste. Ne shranjujte zdravil v hladilniku, razen v izjemnih primerih, ko vam to naroči zdravnik. Zdravila, ki morajo biti v hladilniku, naj bodo v posebej označenih škatlah z dvofaznim zapiranjem, ki jih otrok ne more odpreti.
- Naši domovi so polni zdravju nevarnih snovi v obliki čistil, detergentov, praška za pomivalni stroj, belil in drugih kemikalij, ki se uporabljajo v gospodinjstvu. Ni prav, da jih shranjujemo pod pomivalnim koritom v kuhinji, kjer so otrokom lahko dostopni. Otroci ne znajo brati napisov in opozoril na steklenicah in lahko zdravju

nevarno tekočino popijejo. Pri nakupu gospodinjskih kemikalij izberite vedno tiste, ki so shranjene v embalaži s posebnim dvofaznim zapiranjem.

Nikoli ne prelivajte kemikalij iz originalne embalaže v druge posode, npr. v steklenice, kjer je bil prej sok, ker lahko pride do usodnih zamenjav.

Gospodinjske kemikalije in druge zdravju nevarne snovi, ki jih imamo v stanovanju, ponavadi shranjujemo v kopalnici. Potrebno jih je pospraviti zunaj dosega otrok, npr. v omaro, ki se zapira s ključem ali posebnim **mehanizmom-zatičem**. Otroka nikoli ne pustite samega v kopalnici in ne dovolite, da bi se v njej igral.



- Največ otrok se zastrupi takrat, ko odrasli uporabljajo kemikalije pri svojem delu, npr. ko z njimi čistijo. Med čiščenjem pogosto pustijo posodo s kemikalijo odprto na mizi ali na tleh, kjer je otroku lahko dosegljiva. Zato bodite posebno pazljivi takrat, ko uporabljate kemikalije. Ne puščajte jih v odprti embalaži na mizi, na omarici ali na tleh, ker jih otrok lahko popije in se zastrupi.
- Otroci lahko pojé tudi male okrogle baterije, ki so v otroških igračah in urah. Male okrogle baterije niso nevarne samo zaradi možnosti zadušitve, ampak vsebujejo tudi jedke snovi, ki lahko poškodujejo prebavni trakt. Če vaš otrok pojé malo okroglo baterijo, takoj poiščite pomoč pri zdravniku!
- Strupene so tudi mnoge sobne rastline, npr. difenbahija, filodendron, božična zvezda. Če imate majhne otroke, potem vse strupene sobne rastline odstranite iz stanovanja ali jih postavite tako, da jih otroci ne bodo mogli doseči. Majhnim otrokom ne dajajte jesti jedi, ki so pripravljene iz gob.
- Nikotin je zelo strupen za otroke, saj je zaužitje ene cigarete za otroka lahko usodno. Ne kadite v prisotnosti otrok, ker je cigaretni dim škodljiv za zdravje. Pepelniki naj bodo vedno prazni, cigarete in zavojčki s tobakom pa pospravljeni zunaj dosega otrok.
- Za otroka so nevarni tudi alkoholni napitki, še posebno žgane pijače. Bodite pazljivi in ne pustite otroka brez nadzora, kadar imate obiske in so na mizi steklenice ter kozarci, napolnjeni z alkoholnimi pijačami. Otroke privlačijo raznobarni likerji in druge alkoholne pijače, ki so živih barv. Zato vedno pospravite alkoholne pijače zunaj dosega otrok.

PRVA POMOČ PRI ZASTRUPITVI

1. Ostanite mirni in pomirite tudi otroka!
2. Poglejte otroku v usta in odstranite vse ostanke strupa oziroma zdravila! Ne izzivajte bruhanja in ne dajajte otroku ničesar piti, dokler se ne posvetujete z zdravnikom!
3. Vzemite otroka s seboj k telefonu in pokličite osebnega ali dežurnega zdravnika. Sporočite mu podatke o otrokovi starosti in teži ter vrsti in količini zaužite snovi!
4. Upoštevajte zdravnikova navodila: če vam priporoči pregled v ambulanti, vzemite s seboj tudi proizvod oz. navodila za uporabo proizvoda ali strupeno rastlino, s katero se je otrok zastrupil!

Otrok postopoma odkriva nova sredstva za doseg cilja. Povleče npr. prt na mizi in si tako približa skodelico, postavi pručko ali stol ob polico in se tako poviša. Vse to se dogaja v obdobju, ko je otrok zelo radoveden. Med zanimivimi stvarmi je lahko skodelica z vročo tekočino, odpiranje

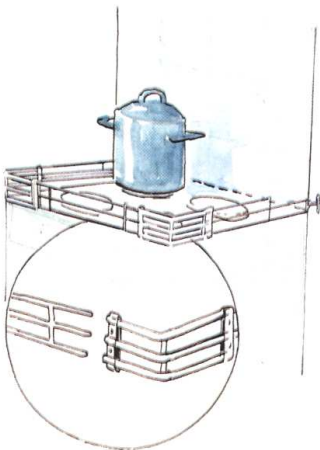
vodovodne armature za vročo vodo ipd.

V tej starosti vas začne otrok posnemati pri vsakdanjih opravilih. Lahko se zgodi, da vas otrok želi posnemati pri kuhanju in pri tem s štedilnika potegne nase posodo z vročo tekočino ali hrano ter se popari.

OPOZORILO IN NASVET STARŠEM

- Opekline, ki jih povzročajo vrele tekočine, so najpogostejše vrste opeklín pri otrocih, sprejetih v bolnišnico. Če imate majhne otroke, je priporočljivo, da ne uporabljate namiznega prta, kadar imate na mizi vročo hrano ali pijačo. Otrok se lahko opeče tudi med hranjenjem z vročimi tekočinami ali vročo hrano. Vedno preverite, ali tekočina oz. hrana, ki jo ponudite otroku, ni prevroča. Tekočina ali hrana, ki jo hladite, naj bo zunaj dosega otrok.
- Nevarno je, da otrok seže po skodelici, kadar pijete vroč čaj ali kavo in se popari. Ne pijte čaja, kave ali drugih vročih napitkov, kadar držite otroka v naročju. Nikoli si ne podajajte skodelice z vročo pijačo nad otrokovo glavo.
- Majhnega otroka nikoli ne pustite samega v kuhinji. Ne dovolite, da bi se v kuhinji igral z žogo, saj lahko prevrne posodo z vročo hrano ali tekočino.

V specializiranih trgovinah lahko kupite **zaščitno ograjico za štedilnik**, ki se namesti na štedilnik tako, da otrok ne more doseči posod in zliti nase vroče tekočine. Ročaje posod obrnite proti zadnjemu delu štedilnika in uporabljajte zadnje kuhalne plošče.



- Kadar likate, naj bo otrok v drugem prostoru. Otrok se lahko nevarno opeče in poškoduje, če med igro potegne nase vroč likalnik, ki stoji na mizi.
- Otroci lahko dobijo težke opekline, če pridejo v stik z grelnimi telesi in pečmi, ki imajo vročo površino. Obstaja tudi velika nevarnost za požar, če otrok položi na vročo peč lahko vnetljive predmete. Peči, vroče radiatorje in cevi prekrijte z brisačami ali postavite prednje kose pohištva. Otroka že zgodaj naučite, da so peči in radiatorji vroči in da se jih ne sme dotikati. Pred kamin vedno postavite zaščitno mrežo.
- Naj vam preide v navado, da preverite temperaturo vode v kopalni kadi s toplomerom ali vsaj s svojo podlaktjo in komolcem, preden daste otroka vanjo. Nadzorujte otroka pri kopanju, ker se otrok med kopanjem lahko začne igrati z vodovodnimi armaturami, pri tem

odpre vročo vodo in se z njo opari. Otroška koža se veliko hitreje opeče kot koža odraslega. Priporočljivo je, da termostat za gretje vode nastavite na največ 50 stopinj Celzija.

- V stanovanju lahko pride tudi do požara ali uhajanja plina. Za preprečevanje požarov v stanovanju je mogoče kupiti **naprave za odkrivanje in javljanje požarov**, ki se sprožijo ob dimu, plamenu ali toploti, ki jih povzročajo požar. **Detektorji za plin** pa v prostoru zaznavajo previsoko koncentracijo plina, ki se uporablja v gospodinjstvu.

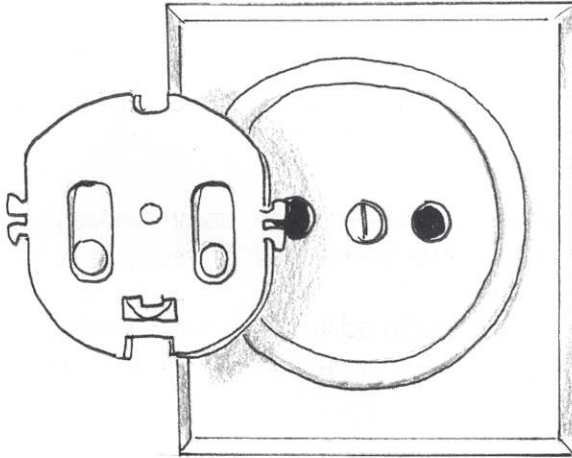
PRVA POMOČ

KADAR SE OTROK OPEČE ALI OPARI

- Na opečeni ali oparjeni del telesa takoj spustite zmeren curek tekoče hladne vode ali pa ga potopite v hladno, čisto vodo. S hlajenjem preprečite poglobljanje opekline in omilite bolečino.
- Hladite toliko časa, dokler bolečina ne mine (najmanj 10 minut in ne dlje kot pol ure).
- Če se otrok opari, mu takoj slecite obleko, da preprečite pregrevanje tkiva. Če se je obleka prijela telesa, oparino hladite z obleko vred.
- Oparine in opekline, ki so večje od kovanca, mora oskrbeti zdravnik. Za nujen prevoz v bolnišnico pokličite na telefonsko številko **112**.

ELEKTRIČNI TOK

Otroke zanima vse, kar vidijo okrog sebe, zato so vedno tudi v nevarnosti, da jih poškoduje električni tok. Otrok ne ve, da je stik z električnim tokom zanj lahko usoden. Zato električne vtičnice prekrijte s posebnimi **ščitniki za električne vtičnice**.



Izključite vse električne gospodinjske naprave, ki jih otroci lahko dosežejo. Električne kable potegnite iz vtičnic in jih pospravite zunaj dosega otrok. Električne žice in podaljški morajo biti v dobrem stanju, ne smejo biti razcefrani ali kako drugače poškodovani.

Besedilo:
asist. Mateja Rok-Simon
dr. Ljubica Marjanovič-Umek

Sodelovali so: Sonja Borštnar, Inštitut za varovanje zdravja RS; mag. Eva Stergar, Inštitut za varovanje zdravja RS; asist. Ivan Vidmar, Klinični center, Pediatrični oddelek kirurških strok; asist. Silvo Kopriva, Klinični center, Pediatrična klinika; Hermina Damjan, Inštitut Rs za rehabilitacijo; Marija Jamšek, Klinični center, Center za zastrupitve; Nada Hribar, Inštitut za varovanje zdravja RS; prim. Primož Hribar, Klinični center, Inštitut za anesteziologijo; prof. dr. Zoran Arnež, Klinični center, Klinika za plastično kirurgijo in opeklino; doc. dr. Igor Švab, Inštitut za varovanje zdravja RS.

Ilustracije: Dunja Furlani-Kofler, akad. slikarka
Izdajatelj: Inštitut za varovanje zdravja RS

www.ivz.si



Prva izdaja: 1996

Zadnja dopolnitev: julij 2009 (objavljeno na www.ivz.si)

KAJ POTREBUJETE ZA VARNOST OTROKA

	Starost otroka v letih					
	0	1	2	3	4	5
Avtomobilski otroški varnostni sedež (od 9. meseca do 4. leta ali od 9 do 18 kg teže)						
Varnostne naramnice za hojo						
Otroški sedež za kolo						
Otroška kolesarska čelada						
Pregraje za stopnice						
Okensko zapiralo						
Zaščitni vogalniki						
Plastična folija za steklo						
Nedrsča podloga za kad						
Škatlice s posebnim dvofaznim zapiranjem						
Mehanizmi-zatiči za varno zapiranje omar						
Zaščitna ograjica za štedilnik						
Javljalnik požara in detektor za plin						
Ščitniki za električne vtičnice						