

Jak snížit riziko SIDS?



1. Používejte monitor dechu.
2. Dávete dítě ke spánku do vlastní postýlky.
3. Ukládejte dítě ke spánku na záda nebo na bok.
4. Do postýlky neumisťujte zbytečné předměty (hračky, dečky, polštářky apod.).
5. Dejte si pozor na přehřátí dítěte.
6. Dbejte na nezakouřené prostředí.
7. Dejte dítěti ke spánku dudlík.
8. Kojte.



PRO VÍCE INFORMACÍ:



Tento informační letáček byl vytvořen v rámci bakalářské práce zabývající se syndromem náhlého úmrtí kojence.



Lenka Fojtíková

+ PRVNÍ POMOC MIMINKU

Syndrom náhlého úmrtí kojence (SIDS)

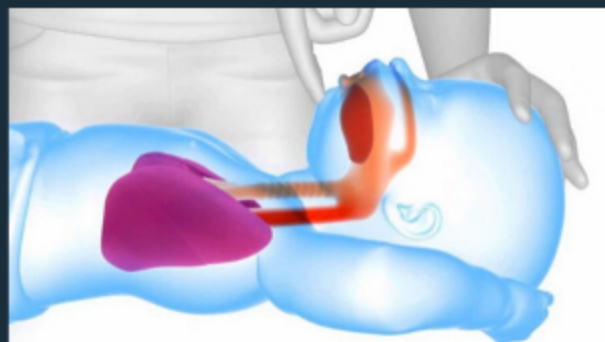
Jako SIDS je označována situace **neočekávané a náhlé smrti dítěte** mladšího jednoho roku. Příčina smrti zůstává nevysvětlena i po provedení důkladné pitvy. Pro SIDS platí, že kojeneček **nevykazuje žádné známky bolesti a nekřičí** a k smrti dochází **v průběhu spánku. Pokud dítěti není poskytnuta včas první pomoc, umírá.**

Příčina syndromu není zatím zcela známá. Jednou z variant je, že se jinak zdravé dítě v hlubokém spánku zapomene nadechnout. Zástava dechu u dítěte může nastat i z jiných příčin. Například ucpáním dýchacích cest cizím předmětem nebo zvratky. Riziko je také vyšší při respiračních infekcích, nesprávné poloze dítěte při spánku, sdílení postýlky a přehřátí dítěte.



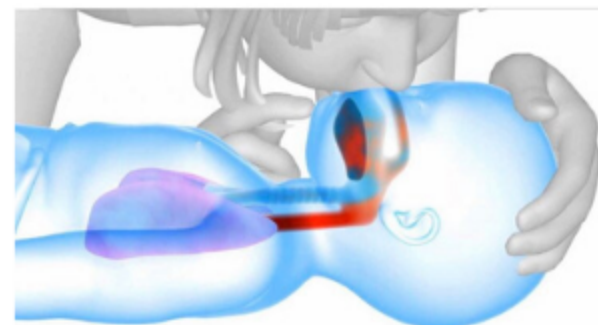
Resuscitace kojence

1. Kontrola základních životních funkcí



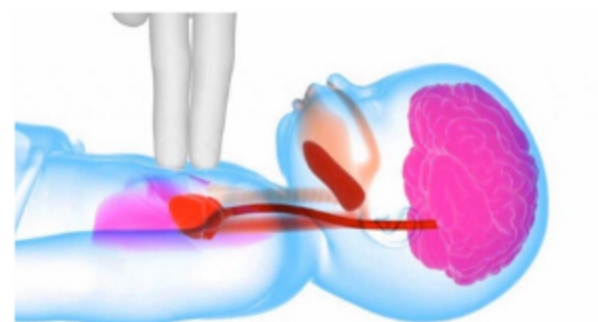
- Zjistěte, zda dítě reaguje na oslovení, zatřeste s dítětem, vyzkoušejte bolestivý podnět (štípnutím do patičky, ušního lalůčku).
- Přiložte svou tvář k obličeji dítěte, pozorujte dech dítěte a pohyby hrudníku.

2. 5 umělých vdechů



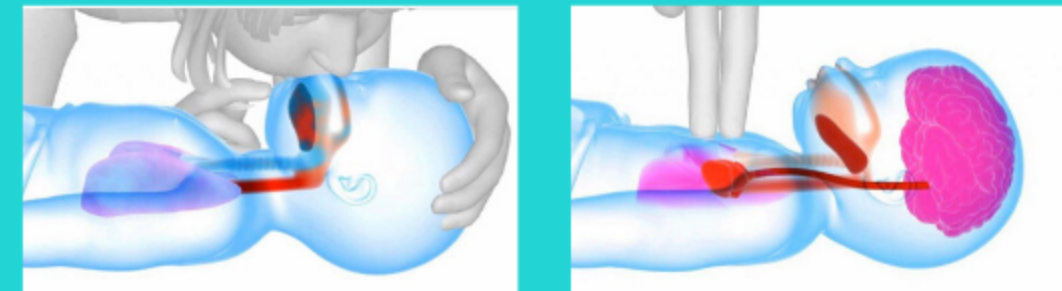
- Pokud dítě nedýchá, obemkněte svými ústy nos i pusu dítěte a vydechněte objem vašich úst, tak aby se hrudník dítěte zvedl.
- **Opakujte 5krát.**

3. 30 stlačení



- Dvěma nataženými prsty stlačujte hrudník dítěte ve středu hrudní kosti na spojnici prsních bradavek do hloubky 1-2 cm, frekvencí cca 120 stlačení za minutu.
- Proved'te celkem **30 stlačení**.

4. Pokračujte v resuscitaci po dobu jedné minuty



- **Proved'te 2 umělé vdechy** stejným způsobem jako na začátku a poté **30krát stlačte hrudník**.
- Znovu opakujte po dobu 1 minuty a kontrolujte reakci dítěte.

5. Po jedné minutě volejte 155 a pokračujte v resuscitaci



- **Po jedné minutě** resuscitace (cca 5 cyklů) volejte **číslo 155**.
- Je-li to možné, nastavte telefon na hlasitý odposlech a pokračujte dle pokynů operátora tísňové linky.
- Pokračujte v resuscitaci 30 stlačení hrudníku/2 vdechy až do příjezdu zdravotnické záchranné služby.