



## Prvá pomoc bábätku

# Syndróm náhleho úmrtia dojčat'a (SIDS)

je definovaný ako **náhla a** vzhľadom k predchádzajúcemu stavu **neočakávaná smrť** dieťaťa mladšieho ako 1 rok, u ktorej sa nepodarí nájsť príčinu ani po vykonaní pitvy a vyšetrení okolností na mieste úmrtia. Príčina tohto syndrómu **nie je zatiaľ vysvetlená**. Všetko, ale nasvedčuje tomu, že sa inak zdravé dieťa **zabudne v hlbokom spánku nadýchnuť**. Pokiaľ nie je včas prebudené, alebo mu nie je poskytnutá prvá pomoc, umiera.

Dieťa však môže prestať dýchať aj **z iných príčin**, napríklad ak dôjde k upchatiu dýchacích ciest, ak dieťa zvracia v polohe na chrbátiku. Riziko zástavy je vyššie aj pri vírusových ochoreniach, teplotách, kŕčoch, obštrukčnej bronchitíde, u detí s perinatálnymi rizikami, nedonosených detí a jedincov trpiacich spánkovou apnoe.



Používajte monitor dychu pre bábätká



Dieťa k spánku ukladajte na chrbát



Dávajte bábätko do jeho vlastnej postiel'ky



Používajte tvrdší matrac



Dajte pozor na prehriatie



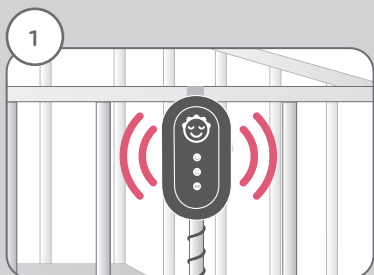
Kojte bábätko



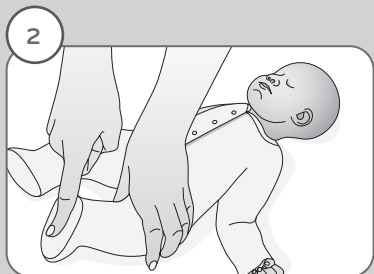
Dajte dieťaťu cumlík



Vyhýbajte sa zafajčenému prostrediu

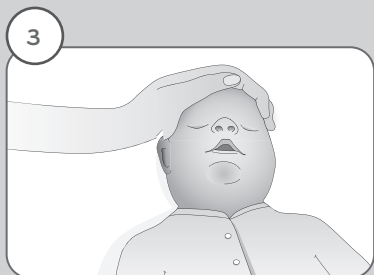


Ak počujete **poplachový signál** moni-  
tora dychu, zistite, či **dieťa kričí, alebo**  
**sa hýbe.**



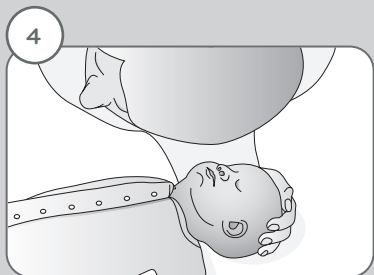
**Stimulujte** dieťa na chodidle. **Volajte**  
dieťa menom.

Ak dieťa nereaguje pohybmi, krikom  
či plačom, **volajte hlasito o pomoc.**  
Ak je niekto s Vami, vyzvite ho  
k **zavolaníu na tiesňovú linku 155.**

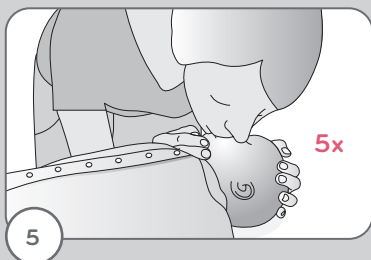


Nastavte **hlavičku** dieťaťa do **neutrálnej**  
**polohy.** Ak je dieťa staršie ako 1 rok,  
zakloňte mu hlavu.

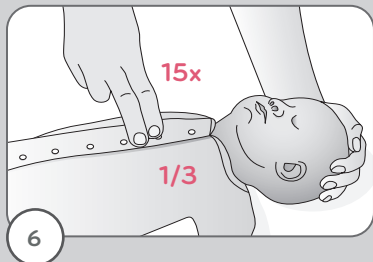
**Odstráňte** zjavné **prekážky** v dýchacích  
cestách. Nikdy však v ústach nepátrajte  
naslepo!



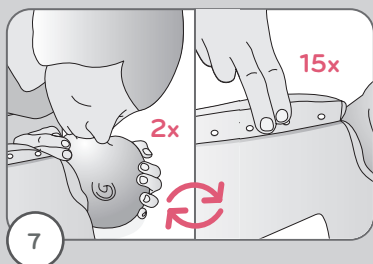
**Kontrolujte dýchanie** po dobu  
10 sekúnd. Priložte Vaše ucho k ústam  
dieťaťa, **počúvajte** či dýcha a súčasne  
pozorujte pohyby hrudníka.



Ak nedýcha, **obkoleste tesne svojimi ústami nos aj ústa dieťaťa a vydýchnite objem vzduchu** vo Vašich ústach, kým sa nezdvihne hrudník, čiže cca. 1 sekundu. **Opakujte 5x.**



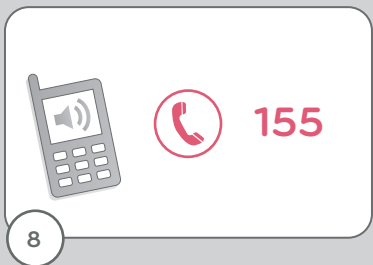
**Dvomi prstami 15x stlačte** stred hrudníka medzi bradavkami. Stláčajte približne frekvenciou 2 stlačenia za sekundu. Hrudník stláčajte do tretiny jeho hĺbky.



Znovu urobte **2 vdychy**. Vdychujte len dovtedy, než sa hrudník nezdvihne.

**Opakujte 15x stlačenie hrudníka a 2x vdych.**

Po jednej minúte **zavolajte 155**, ak tak už neurobil iný záchranca.



Ak je to možné, nastavte telefón na **hlasitý odposluch** a položte telefón vedľa hlavy dieťaťa. **Pri vytáčaní stále opakujte 15x stlačenie hrudníka a 2x vdych.**

Následne postupujete podľa **pokynov** operátora **tiesňovej linky**.

nanny

**+**  
**155**

www.nanny.sk

## Doprajte si pokojný spánok s Vaším bábätkom aj VY!



Doprava  
zdarma



Doručenie  
do 2 dní



Výhodné  
balíčky



### KURZY PRVEJ POMOCI

Ak chcete byť pripravení na všetky situácie, informujte sa vo svojej nemocnici na kurzy prvej pomoci, alebo navštívte niektorý z našich kurzov, ktoré pre Vás poriadame ZADARMO.

Aktuálny prehľad termínov na [www.nanny.sk](http://www.nanny.sk)