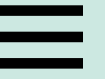




Apsinuodijimų prevencija

Parengė:
Visuomenės sveikatos
specialistė Jolanta Šturienė



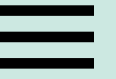
VAIKŲ APSINUODIJIMAI

Mažų vaikų apsinuodijimai yra dažnas įvykis, sukeliantis nerimą tėvams ir kainuojantis nemažai lėšų ir pastangų medikams.

Tai įvykiai, kurių nesunku išvengti – medikų ir tėvų rūpestis, prevencinės rekomendacijos

- Rizikos grupės apsinuodyti
- Prevencinės priemonės namuose

Ką daryti, jei vaikas apsinuodijo?



KOKIŲ VAIKŲ RIZIKA APSINUODYTI YRA DIDŽIAUSIA?

Rizikos veiksniai:

- Vaiko amžius – > 13 mėn., 25–36 mėn.
- Antras ar trečias vaikas šeimoj.
- Mamos amžius < 20 met.
- Mamos perinatalinė depresija, alkoholio vartojimas.
- Nepilna šeima.

- *Galimybė namuose vaikui apsinuodyti:*

- Nesaugus medikamentų ir buitinės chemijos priemonių laikymas namuose,
 - galimybė vaikui nors trumpam būti be priežiūros,
 - nepakankama priežiūra vartojant chemines medžiagas

- 98% šio amžiaus vaikų turėjo potencialią galimybę apsinuodyti vaistais ir 99% – namuose esančia buitine chemija.

- Apsinuodyti galima dujomis, skysčiais, pasenusiais maisto produktais, grybais ir uogomis, augalais, vaistais, alkoholiu ir kt.

DAŽNIAUSIOS PRIEŽASTYS, SUKĖLUSIOS VAIKŲ APSINUODIJIMUS (PSO DUOMENYS)

- Buitinės skalbimo bei valymo priemonės (balikliai, skalbikliai, valikliai, dezinfekcijos medžiagos.
- Žibalas, parafinas.
- Kosmetikos priemonės
- Vaistai.
- Dažai ir kitos namų remontui naudojamos medžiagos.
- Buityje naudojami produktai kenkėjams naikinti.

POŽYMAI, PAGAL KURIUOS GALIMA ĮTARTI APSINUODIJIMĄ

Kai kurie dažnai pasitaikantys simptomai, kurie gali apibūdinti apsinuodijimą:

- pykinimas ir vėmimas;
- spazmai (mėšlungis);
- skausmas gerklės srityje;
- seilėtekis;
- staigus mieguistumas, sutrikimas ar sumažėjęs budrumas;
- nerimastingumas, nervingumas, irzlumas ar virpulyis;
- traukulių priepuolis;
- medžiagos likučiai ar nudegimas aplink burną, dantis, akis ar odą.

MAŽŲ VAIKŲ APSINUODIJIMAI

Apsinuodijimas turi būti įtariamas kiekvienam vaikui, kuris

- pradėjo keistai elgtis
- ar jam sutriko sąmonė
- ar staiga sutriko gyvybinės funkcijos.

KĄ DARYTI JEI ĮTARIATE APSINUODIJIMĄ?

- Jeigu chemikalų pateko vaikui į akis, nedelsiant plaukite tekančiu vandeniu 10–15 min., ypač atidžiai po vokais, juos atsargiai pakėlus.
- Jei vaikui medžiagos pateko ant odos, nurenkite drabužius ir plaukite odą tekančiu vandeniu 10–15 min.
- Jei vaikas įkvėpė dūmų ar garų, nedelsiant išveskite į gryną orą, skambinkite Apsinuodijimų kontrolės ir informacijos biurui: 85 236 2052; 8 687 53378 – toksikologai patars, kokių veiksmų toliau imtis.
- Jeigu vaikas prarijo netinkamų medikamentų ar jų išgėrė didesnę kiekį, nedelsiant kreipkitės į gydymo įstaigą
- Jei vaikas prarijo kažką ir tai nėra maistas ar vaistas, duokite jam išgerti vandens ir kreipkitės į gydytojus. Neskubėkite sukelti vėmimo, tai gali sukelti sunkesnes pasekmes.
- **Jei vaikas prarado sąmonę, skambinkite 112**

CHEMINIAI PRODUKTAI NAMUOSE

-Cheminius produktus būtina laikyti vaikams nepasiekiamose užrakintose spintelėse.

-Chemines medžiagas laikyti originalioje, t. y. toje pačioje pakuotėje, svarbu gerai užkimšti pakuotę.

-Nelaikykite cheminių produktų, vaistų spintelėse kartu su maisto produktais – vaikai supras, kad čia valgyti tinkami produktai.

-Nekaupkite cheminių produktų: jei nenaudojamas ar nereikalingas produktas, atitinkamai sunaikinkite likučius, jokių būdu nepilkite į klozetą.

-Išsipylus produktui atidžiai išvalykite ne tik nuo grindų, bet ir nuo pakuotės.

-Kai dirbate su cheminiu produktu, nepaleiskite vaiko iš akių nei minutei – vaikas gali nebūtinai gurkštelėti, gali apsipilti ar produkto gali patekti į akis. Jei suskambo telefonas ar durų skambutis, pasiimkite vaiką su savimi.

-Šalia vaikų nenaudokite toksiškų, buityje naudojamų, chemikalų ir visada pasirūpinkite tinkamu patalpų vėdinimu.

APSINUODIJIMAI VAISTAIS

–Nepalikite vaistų kišenėse, rankinėse. Svečių rankines padėkite vaikams nepasiekiamoje vietoje.

–Nenuplėškite etikečių nuo vaistų pakuočių. Jei etiketėje neaiškus užrašas, paryškinkite jį, kad kiti taip pat iškaitytų.

–Nepalikite vaistų kaip priminimo juos vartoti, geriau užrašykite raštelį matomoje vietoje.

–Vaikas niekada neturėtų nešti vaistų, pats pasiimti vaistus ar dalyti kitiems.

–Neduokite kitam vaikui vaistų, kurie nebuvo skirti jam, nors simptomai būtų ir panašūs, prieš tai nepasikonsultavę su gydytoju.

–Nevadinkite vaistų saldainiais ar saldumynais – vaikas ateityje neatskurs jų.

–Neleiskite vaikams žaisti tuščiomis vaistų pakuotėmis – vaikas bus įsitikinęs, kad tai saugu.

– Nemokykite vaikų atidaryti specialių saugių kamštelių. Jie yra saugūs, bet neatsparūs.

–Periodiškai tikrinkite vaistų ir vitaminų galiojimo laiką.

YPAČ PAVOJINGI VAISTAI:

- TEOFILINAS – VAISTAS ASTMAI GYDYTI,
- FENOTIAZINAS IR KITI ANTIDEPRESANTAI,
- KAMPARAS – YRA DAUGELIO ŠILDOMŲ TEPALŲ SUDĖTYJE,
- KODEINAS – MALŠINANTIS KOSULĮ VAISTAS,
- ANTIISTAMININIAI VAISTAI – NAUDOJAMI ALERGIJAI GYDYTI.

–Būtina triskart patikrinti vaisto pavadinimą ir dozę, kuria ruošiatės duoti vaikui. Paėmus vaistų būtina užkimšti buteliuką ir paslėpti. Kol sugirdysite vienam vaikui vaistų, kitas jau gali būti šalia spintelės, kur palikote vaisto buteliuką.

–Nepalikite vaistų kišenėse, rankinėse. Svečių rankines padėkite vaikams nepasiekiamoje vietoje.

–Nenuplėškite etikečių nuo vaistų pakuočių. Jei etiketėje neaiškus užrašas, paryškinkite jį, kad kiti taip pat įskaitytų.

–Nepalikite vaistų kaip priminimo juos vartoti, geriau užrašykite raštelį matomoje vietoje.

–Vaikas niekada neturėtų nešti vaistų, pats pasiimti vaistus ar dalyti kitiems.

–Neduokite kitam vaikui vaistų, kurie nebuvo skirti jam, nors simptomai būtų ir panašūs, prieš tai nepasikonsultavę su gydytoju.

-Vaikai mėgsta mėgdžioti suaugusius, todėl niekada negerkite vaistų matant vaikams.

-Nevadinkite vaistų saldainiais ar saldumynais – vaikas ateityje neatskurs jų.

-Neleiskite vaikams žaisti tuščiomis vaistų pakuotėmis – vaikas bus įsitikinęs, kad tai saugu.

-Nemokykite vaikų atidaryti specialių saugių kamštelių. Jie yra saugūs, bet neatsparūs. Yra duomenų, kad 80 proc. penkiamečių negali atsukti jų 5 minutes, vadinasi, 20 proc. vaikų šiuos kamštelius atsuka greičiau. Vaikai yra išradingi, ir mums sunku suprasti tai, ką gali prisigalvoti mažieji tyrinėtojai.

-Niekada neimkite vaistų tamsoje, galite suklysti bei paduoti ne tą vaistų ar netinkamą dozę.

–Būdami su vaikais svečiuose ar atostogaudami sužinokite, kur laikomi vaistai ir cheminiai produktai – ne visų namai saugūs vaikams.

–Periodiškai tikrinkite vaistų ir vitaminų galiojimo laiką. Dažnai atidarius pakuotę vaistai galioja pusmetį, o ne iki nurodytos ant pakuotės datos. Nemeskite vaistų į klozetą, nuneškite į vaistinę, ten bus tinkamai jais pasirūpinta.

–Būtina žinoti, kad yra keliolika vaistų, kurių vaikui prarijus net labai mažą kiekį, išsivysto gyvybei pavojinga būklė!!



APSINUODIJIMAI AUGALAIS

–Įsigydamį naują sodinuką jūsų kiemui ar namams sužinokite, ar kurios nors augalo dalys nėra nuodingos. Augalus laikykite vaikams nepasiekiamoje vietoje. Daugelį jų pakramčius ar suvalgius galima apsinuodyti.



KITOS PRIEMONĖS, APSAUGANČIOS NUO APSINUODIJIMŲ BUITYJE

- Uždaryti šiukšliadėžės dangčiu, kad vaikai neištrauktų jose esančio turinio;
- Šiukšles būtina šalinti pagal galiojančias regionines taisykles;
- Aerozoliniai balionai turėtų būti užkasami, ypač jei atliekos yra deginamos, negalima jų kaitinti, prakiurdyti.
- Prižiūrėti prietaisus, kurie išskiria anglies monoksidą (CO) (šildytuvai, dujinės viryklės);
- Prižiūrėti kaminus, kad nesusikauptų per didelis kiekis CO.
- Negalima naudotis krosnimis, židininiais, šildymo įrenginiais patalpose, kur nėra tinkamo vėdinimo, langų.

–Būtina laikyti žiurknuodžius ir pan. produktus toliau nuo maisto produktų, kad nebūtų galima jų supainioti;

–Gyvenamosiose patalpose nelaikyti pesticidų, naudojamų aplinkoje.

–Jei abejojate, manykite apie blogiausią. Visada tikėkite, ką sako vaikas ar liudininkas (brolis ar sesuo), kuris teigia, kad prarijo nuodingos medžiagos.

–Leiskite vaikams dirbti tik su sertifikuotais dažais, flomasteriais, pieštukais, klijais ir pan.

–Niekada nieko nekiškite į jų ausytes, nosytes ar burnytes, kol jie kartu su jumis neapžiūrėjo.

–Niekada nieko netepkite ant vaikų odos, kol nepaaiškinote kas tai ir kodėl tai darote.

–Visada plaukite rankas atėję iš lauko ir prieš valgi.

-Vaikai turi būti mokomi, kad cheminiai produktai, net jei primena jų kasdien vartojamus saldainius ar vitaminus gali kelti rimtą pavojų. Ne viską, kas skaniai atrodo, galima valgyti.

-Mokykite vaikus, kad jie atsiklaustų prieš ką nors suvalgydami ar išgerdami.



Maisto pakuotės kelia kūdikiams didesnę riziką nei suaugusiems žmonėms. Kūdikių nuo 3 iki 6 mėnesių kraujyje aptikta iki 5 kartus didesnis bisfenolio A kiekis, palyginti su suaugusiųjų kraujyje esančiu kiekiu. Bisfenolis A (BPA) yra viena dažniausiai naudojamų cheminių medžiagų plastikinėse maisto pakuotėse, ši medžiaga, patekusi į organizmą, gali pakenkti vaisingumui. Abejojama jo saugumu mažiems vaikams. Ši medžiaga gali išsiskirti ir iš polikarbonatinių gaminių, tokių kaip nedūžtantys buteliukai kūdikių maistui. Vaikams labiausiai tinka stikliniai buteliukai ir stiklinėse pakuotėse įpakuoti maisto produkta. Net žaislai gali kelti pavojų vaikams. Iš kitų šalių (pvz., Kinijos) atvežti žaislai dažnai neatitinka ES šalių normatyvų (netinkama medžiaga, iš kurios pagamintas žaislas ar dažai), todėl norint apsaugoti vaikus būtina pirkti sertifikuotus žaislus, nors jie gerokai brangesni.

Nesaugių žaislų sąrašus galite rasti Valstybinės ne maisto produktų inspekcijos www.inspekcija.lt tinklapyje