



## Bezpieczeństwo dziecka

ul. Jeleniogórska 16B/4  
60-179 Poznań

ul. Hallera 188/1  
53-203 Wrocław

tel. +48 530 812 811  
e-mail: [kontakt@mamagaja.pl](mailto:kontakt@mamagaja.pl) , <http://www.mamagaja.pl/>

Przedmiotowy dokument i wszelkie materiały udostępniane w trakcie zajęć lub w związku z działalnością Szkoły Rodzenia MAMA GAJA w tym ich wygląd, rozmieszczenie treści, wszystkie zapisy oraz zawarte w nich przekazy edukacyjne, regulacyjne, informacyjne stanowią wyłączną własność POZ PRO MED Sp. z o.o.

Zakazane jest ich plagiatowanie, kopiowanie oraz naśladownictwo w jakiegokolwiek formie.

## OPIEKA MEDYCZNA

- Zapisz dziecko do przychodni
- Wybierz dobrego lekarza pediatrę
- Opieka położnej środowiskowej, wizyty patronażowe
  - wybór położnej POZ (**druk wyboru położnej rodzinnej**) – np. w Szkole Rodzenia MAMA GAJA 😊
  - pierwsza wizyta powinna odbyć się do 48h od wypisu ze szpitala
  - co najmniej 4 wizyty patronażowe, trwające 1-2 godziny
  - **badanie noworodka** i sprawdzenie, czy rozwija się on prawidłowo
  - **ocena rany po cięciu cesarskim lub po nacięciu krocza (pod kątem sprawdzenia, czy w ranach nie rozwija się proces zapalny)**
  - **obkurczanie się macicy - sprawdzenie**
  - ilość i kolor odchodów połogowych
  - **ocena piersi**, pomoc w radzeniu sobie np. z nawałem mlecznym.
  - **ocena karmienia, demonstracja wygodnych pozycji do karmienia**
  - **rozebranie dziecka, przebranie pieluszki i wykonanie podstawowych czynności pielęgnacyjnych w wykonaniu mamy**
  - omówienie **kalendrza szczepień i suplementacji witaminowej noworodka**
  - **opieka nad rodziną i zdrowiem psychicznym**, ocena **radzenia sobie w nowej roli-rodziców**
  - **odpowiedzi na wszystkie nurtujące pytania** (warto je zapisać)
- Postępowanie w nagłych sytuacjach (czyli odczytanie objawów, telefon po pomoc).
- Pierwsza pomoc - dobrze jeśli rodzice ukończą odpowiedni kurs

## BEZPIECZEŃSTWO W PODRÓŻY

- **Zawsze przewoź dziecko w foteliku samochodowym** – od 1999 roku obowiązują przepisy nakazujące przewożenie dzieci do lat 12 i nieprzekraczających 150 cm wzrostu w dopasowanych do ich wieku oraz wagi fotelikach, bądź siedziskach podwyższających ich pozycję i umożliwiających prawidłowe zapięcie pasów bezpieczeństwa dla dorosłych. Przyzwyczajanie najmłodszych do zapiętych pasów zwiększa świadomość już później dorosłych użytkowników samochodów.

- **Montowanie fotelika** – dla bezpieczeństwa bardzo duże znaczenia ma odpowiednie zamontowanie fotelika. Dzieci ważące do 18 kg powinny być zabezpieczone trzy- lub pięciopunktowymi pasami bezpieczeństwa. Najmłodszy pasażerowie, o wadze do 9 kg, powinni być przewożeni w fotelikach tyłem do kierunku jazdy. W ten sposób ich słaby jeszcze kręgosłup i główka są lepiej chronione.
- **System ISOFIX** – najbezpieczniej zamontować fotelik pośrodku tylnej kanapy, pod warunkiem, że miejsce to jest wyposażone w mocowanie ISOFIX lub trzypunktowy pas bezpieczeństwa. Wspomniane miejsce zapewnia ochronę podczas zderzenia bocznego, ponieważ dziecko jest oddalone od strefy zgniotu. W innym przypadku, sugeruje się umiejscowienie fotelika na tylnej kanapie za pasażerem. Pozwala to na bezpieczne wsiadanie i wysiadanie, a dodatkowo daje możliwość nawiązania kontaktu wzrokowego z dzieckiem.
- **Fotelik z przodu** – najmłodsze dzieci, w wieku do lat 12, mogą być przewożone w foteliku na przednim siedzeniu tyłem do kierunku jazdy, tylko w przypadku dezaktywowania poduszki powietrznej pasażera. Dzieci powyżej 12 lat, nie przekraczające 150 cm wzrostu, nie muszą podróżować w foteliku.

## BEZPIECZEŃSTWO W DOMU

Bezpieczeństwo naszych dzieci to sprawa priorytetowa. W domu nietrudno o poważniejsze wypadki. Można ich jednak uniknąć, odpowiednio urządzając przestrzeń domu, a nie tylko stosując zakazy. Warto pomyśleć o każdym pomieszczeniu domu i każdym zakątku ogrodu, wyobrażając sobie w nim nie tylko nas, poważnych dorosłych, ale również nasze dzieci. Należy pamiętać, że dom powinien być miejscem bezpiecznym, ale pozostawiającym możliwość eksplorowania go i swobodnego rozwoju bez lęku. Niemowlęta i starsze dzieci uwielbiają psocić, dlatego zadaniem dorosłego jest zapewnić im bezpieczeństwo. Poniżej znajdują się informacje, dzięki którym zapewnisz swojemu maluszkowi bezpieczną przestrzeń do zabawy.

Jak zadbać o bezpieczeństwo dzieci w domu?

1. **Śliska wanna bądź brodzik** – przyszłym przykrym wypadkom zapobiegniemy, wykładając w tych miejscach matę antypoślizgową, która nie jest drogim rozwiązaniem, natomiast z pewnością zaoszczędzi nam problemów i zapewni dziecku bezpieczeństwo.

2. **Temperatura wody do kąpieli** - przygotowując wodę na kąpiel, upewnij się, że jej temperatura nie jest zbyt wysoka.

### 3. Schody

- specjalne bramki (przy wejściu i u szczytu schodów), tworzące łatwe do zamontowania miniaturowe ogrodzenie, które ochroni małego odkrywcę przed eksploracją niebezpiecznych miejsc; bramki powinny być odpowiednio skonstruowane, żeby dziecko nie mogło przecisnąć się pomiędzy szczebelkami, pod bramką lub nad nią; zabezpieczenie powinno być dobrej jakości, tak aby bramka nie otworzyła się lub nie złamała pod naporem dziecka.
- schody nie powinny być strome i kręte
- stopnie trzeba pokryć materiałem antypoślizgowym lub do każdego z nich przykleić paski antypoślizgowe
- balustrady na schodach i balkonach muszą być bezpieczne; lepiej unikać poziomych elementów wypełnienia balustrady, szczególnie jako zabezpieczeń antresol, galerii i balkonów, ponieważ istnieje niebezpieczeństwo, że dzieci będą się po nich wspinały; najlepsze są balustrady pełne lub z gęsto zamontowanymi tralkami (odległości między nimi nie powinny być większe niż 12 cm).
- poręcze powinny mieć zabezpieczenia uniemożliwiające zjeżdżanie po nich
- w wykończeniu balustrad należy unikać ostrych metalowych elementów

4. **Kuchnia** – gdzie największym zagrożeniem dla małych dzieci jest rozgrzana kuchenka, gorący piekarnik, gotujące się i gorące potrawy. Pamiętajmy o stawianiu gorących garnków i naczyń poza zasięgiem maluszka, zawsze z uchwytami odwróconymi od dziecka. Dobrym rozwiązaniem może być zabezpieczenie kuchenki specjalną osłoną/ogranicznikiem. Jeśli kuchnia nie jest otwarta, w drzwiach lub przejściu można na jakiś czas zainstalować bramkę zabezpieczającą wejście.

5. **Obrusy** – rodzice na pewno zgodzą się z tym, że używanie obrusów niesie ze sobą niebezpieczeństwo pociągnięcia ich przez dziecko i wylania na siebie gorących napojów.

### 6. Okna

- bezpieczna szyba z pleksi bądź szkła wzmocnianego folią, dzięki temu nasze dziecko praktycznie nie będzie narażone na kontakt z ostrymi kawałkami w razie stłuczenia szyby
- jeśli okna są w zasięgu małego człowieka, warto także pomyśleć o zainstalowaniu specjalnej blokady zawiasowej bądź sztywnej do okien, dzięki temu okna będzie się

- dało tylko uchylić, a kiedy zabezpieczenie nie będzie już potrzebne, stosunkowo łatwo się go pozbędziemy.
7. **Drzwi** – zabezpieczenie wewnętrznych drzwi. Taką zawiasową blokadę instalujemy powyżej zasięgu rąk dziecka, a w razie gwałtownego zamykania drzwi elastyczny zawias wyhamuje pęd drzwi i nie pozwoli na ich zatrzaśnięcie, drzwi wewnętrzne najlepsze będą pełne.
  8. Zdejmij **gumowe końcówki z ograniczników** otwarcia drzwi, maluszek mógłby spróbować włożyć je do buzi.
  9. **Szafki** – jeśli chcemy uniemożliwić małym dzieciom dostęp do szafek zwłaszcza dolnych, najlepiej zastosować specjalne blokady, zatrzaski zabezpieczające.
  10. **Domowa apteczka** z lekami – usunięcie z zasięgu dziecka leków, połknięcie dużej ilości leków w postaci kolorowych kapsułek może doprowadzić do groźnego zatrucia.
  11. **Środki chemiczne** – używane do czyszczenia należy przeznaczyć zamykaną i niedostępną dla dziecka szafkę.
  12. **Ostre kanty** na meblach, stole czy np. kominku – możemy zabezpieczyć dziecko przed kontaktem z nimi za pomocą specjalnych plastikowych narożników, żeby zapobiec zranieniu dziecka. Można je kupić praktycznie w każdym sklepie z artykułami dla niemowląt.
  13. **Gniazdka elektryczne** – niebezpieczeństwo **porażenia dziecka prądem bezpośrednio z gniazda elektrycznego**. Czy skorzystamy ze specjalnych zaślepek, czy z zamków zabezpieczonych kluczykiem, jest głównie kwestią naszej wygody; w obu przypadkach cel zostanie osiągnięty - mamy pewność, że dziecko nie włoży do nich paluszków.
  14. **Przewody elektryczne/kable** - Schowaj przewody urządzeń elektrycznych (i umieść urządzenia w miejscu niedostępnym dla dziecka). W przeciwnym wypadku niemowlę może się nimi udusić.
  15. **Ciężkie przedmioty** np. telewizor przymocuj do mebli, żeby uniknąć ryzyka strącenia ich.
  16. Upewnij się, że działają **czujniki dymu i tlenku węgla**.

17. **Ważne numery telefonów** (do lekarza pediatry, szpitala) miej zawsze pod ręką.

Równie ważne jest przekazanie powyższych wskazówek innym członkom rodziny i przyjaciołom, których Twoje dziecko będzie często odwiedzać. Dzięki temu będą mogli także przygotować swój dom na bezpieczne przyjęcie Twojej pociechy.

## **SYTUACJE, KTÓRE ZAGRAŻAJĄ BEZPIECZEŃSTWU NIEMOWLĄT W DOMU**

**Opiekujesz się dzieckiem, więc masz oczy dookoła głowy, jesteś czujna i rozważna. Asekurujesz malucha i zapobiegasz przykrym konsekwencjom jego aktywności. Niestety czasem wystarczy chwila nieuwagi, by wydarzyło się nieszczęście.** Opieka nad małym dzieckiem to ogromna odpowiedzialność. Nie wystarczy być czujnym, trzeba jeszcze wykazać się wyobraźnią i starać się wypadkom zapobiegać. **Spójrz, jakie są najczęstsze przyczyny wypadków, jakim ulegają niemowlęta w swoich domach, a potem raz jeszcze przyjrzyj się swojemu mieszkaniu.**

### **1. Uduśnienia**

- nieumyślne uduśnienia w łóżku rodziców, przygnięcie dziecka swoim ciężarem bądź poduszką, dlatego w przypadku gdy rodzice śpią niespokojnie lub na małej powierzchni, lepiej, żeby nie dzielili łóżka z maluszkiem
- źle zorganizowane dziecięcych łóżeczka, uduśnienie się malucha przez zawinięcie w kocyk (zwłaszcza małe dzieci nie potrafią się uwolnić z takiego uścisku), poduszką bądź maskotką; przed snem dziecięce łóżeczko warto opróżnić z pluszaków i poduszek, a dziecko umieścić w bezpiecznym śpiworku.

### **2. Zadławienie**

- żywność – winogrona, rodzynki, popcorn, ale także surowa marchew, chleb czy kiełbasa (sposób babci na swędzące dziaśła okazuje się być bardzo niebezpieczny),
- porzucane po domu przedmioty (monety, małe klocki, mini baterie, elementy zabawek),
- reklamówki i foliowe torby, które rodzice dają maluszkom do zabawy, bo te ładnie szeleszczą i absorbują uwagę dziecka,
- elementy odzieży: końcówki od troczków przy bluzie czy guziki.

W niejednym szpitalu dziecięcym, w oszklonej gablocie, umieszczone są przedmioty, które lekarze – podczas interwencji chirurgicznej - wydobyli z dzieci. Czasem owe kolekcje są zdumiewające.

### 3. Oparzenia

- zbyt gorąca woda w kranie, gorąca kawa czy herbata, a także wrząca zupa, pozostawione na niskich stolikach, blisko rantów lub na obrusach, na których – na przykład do stania – podciąga się maluch
- oparzenia, jakim dzieci ulegają podczas przygotowywania posiłków przez opiekuna; wystarczy spróbować coś pomieszać w garnku, trzymając dziecko na ręku – mała stópka dotyka rozgrzanej płyty czy wrzątku, i nieszczęście gotowe
- dziecko bawiące się na podłodze koło kuchenki, a mama bądź tata zahaczają ręką czy ścierką o wystającą rączkę patelni, wrzucają coś na rozgrzany tłuszcz lub próbują np. przemieszać warzywa na patelni, podnosząc ją z palnika i finezyjnie – w górze – nią potrząsając.

### 4. Utonięcia

Wydaje ci się, że skoro nie macie basenu, a mały, dmuchany basenik zawiera mało wody, twoje dziecko nie jest narażone na utoniecie?

- utonięcia w wiadrze wody – wystarczy zostawić raczkujące dziecko w towarzystwie wiadra z wodą przygotowaną do umycia podłogi – dziecko zanurza w nim głowę, ale nie ma siły jej podnieść
- pozostawienie dziecka samego podczas kąpieli
- brak maty antypoślizgowej w wannie czy brodziku
- złudne poczucie bezpieczeństwa, gdy rodzic umieszcza dziecko w foteliku kąpielowym.

### 5. Upadki

- ze schodów
- z wysokości
- z przewijaka

Zdarza się, że rodzic, po uprzednim przymocowaniu szelkami dziecka w foteliku samochodowym, stawia je na stole czy kuchennym blacie. Nie wolno tego robić! To samo dotyczy pozostawiania dziecka – nawet na chwilę – w krzeselku do karmienia czy przewijaku. Trzeba też uważać na krzesła czy stołki, ustawione koło stołów czy mebli, na które dziecko może się samodzielnie wspiąć, a i mierzyć jeszcze wyżej.

---

Opracowała Agnieszka Rybarczyk-Ciunik