

Ne Pánikolj!

Előadás-sorozat szülőknek,
pedagógusoknak, érdeklődőknek!



Kisgyerekek
is lehetnek nagybetegek Alapítvány



Szülői kompetencia, mi kezelhető otthon és mikor kell orvoshoz fordulni?

Hogy mérd meg a hőmérsékletet?

A szakmai vélemények megoszlanak abban a tekintetben, hogy hol kell a hőmérsékletet mérni. Az azonban leszögezhető, hogy megfelelő lázmérési technikával mind a hónaljban, mind a végbélben történő mérés megbízható bármely életkorban.

Mikor mérj lázat?

- ha a gyermeked bőrét forrónak érzed
- ha a gyermeked különösebb ok nélkül izzad, verejtékezik
- ha a gyermeked rossz benyomást kelt, rosszul érzi magát

Mit tegyél láz esetén?

Ha bizonytalan vagy abban, hogy orvoshoz kell-e vinned a gyermeked, konzultálj telefonon a gyermekorvosoddal ill. ügyeleti időben keresd a területi gyermekügyeletet. A legtöbb esetben a láz hátterében egyszerű vírusfertőzés áll, ha a gyermeked állapota megnyugtató, otthon is kezelhető a megbetegedés.

Amit tehetsz:

- tartsd otthon a gyermeked, ne engedd közösségbe
- rossz közérzet, fájdalom esetén adj neki fájdalom- és lázcsillapítót (pl. paracetamol / ibuprofen) a gyógyszer leírásában található adagolás szerint
- itasd gyakran, figyelj a kiszáradás jeleire
- gyakran értékeld újra az állapotát



HÍVJ MENTŐT! 112

- ha súlyos állapotot észlelsz (szürkés bőr, nehézlégzés, eszméletlenség)
- lázgörcs esetén
- ha gyermeked a megszokottól eltérően viselkedik, zavart vagy aluszékony
- ha nyomásra nem halványuló bőrkürtések jelennek meg a testén

Mielőbbi orvosi vizsgálat indokolt háziorvosnál vagy gyermekügyeleten:

- 3 hónaposnál fiatalabb csecsemő lázas állapota esetén
- ha a gyermeked nagyon betegnek tűnik, nyugtós, nem eszik, nem iszik
- ha a gyermeked láza 3 napnál tovább elhúzódik

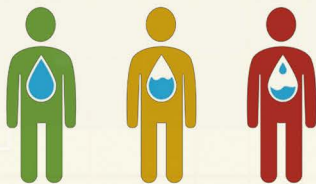
Házi gyermekorvosi vizsgálat szükséges a soron következő rendelésen:

- ha a gyermekednek magas láza van, elesett és a láza gyógyszeradásra nem csökken
- ha láza az alkalmazott terápia ellenére visszatér, vagy 7 napon túl sem szűnik meg

Hányás, hasmenéssel járó betegségek esetén fokozott a kiszáradás veszélye. Ennek felismerésére az alábbi jelekre figyelj!

Kiszáradás jelei:

- cserepes ajkak, fehér nyelv
- karikás szemek
- bágyadság, aluszékonyság
- sötét vizelet
- hűvös végtagok



Mit tegyél, hogy megelőzd a gyermek kiszáradását?

- a folyadékpótlást mielőbb kezd el gyakori, de kis! mennyiségekkel (10-20 ml)
- az utolsó hányás és az első korty között várj kb. 10-20 percet
- szobahőmérsékletűre hűtött vizet, hígított gyümölcslevet vagy teát adj, esetleg orális rehidráló oldatot
- az anyatejjel táplált csecsemődet továbbra is szoptasd
- ha a hányás megszűnik, emeld a folyadékmennyiségeket
- **NE!** készítsd hígabbra a gyermeked tápszerét
- **NE!** itass vele nehezen emészthető folyadékot (tej, kakaó, rostos gyümölcslé)

Ha a gyermeked 4-6 óránként pisil, elegendő a folyadékbevitel.

Mit tegyél hasmenés esetén?

- ekkor is pótolj folyadékot a kiszáradás megelőzésére (ha nem társul hányás, bátran adj nagyobb mennyiséget)
- adj probiotikumot
- figyelj a higiéniára, ne vidd közösségbe gyermeked
- **NE!** alkalmazszékletfogó gyógyszereket

Ha bizonytalan vagy abban, hogy orvoshoz kell-e vinned a gyermeked, konzultálj telefonon a gyermekorvosoddal illetve ügyeleti időben keresd a területi gyermekügyeletet!



HÍVJ MENTŐT! 112

- ha súlyos állapotot észlelsz (szürkés bőr, nehézlégzés, eszméletlenség)
- ha a hányás mellett veszélyeztető tünetet észlelsz (görcsroham, tudatzavar, bőrküítés)

Mielőbbi orvosi vizsgálat indokolt háziornosnál vagy gyermekügyeleten:

- nem szűnő hányás, gyakori hasmenés esetén
- ha a kiszáradás jeleit észleled, és nem tudsz folyadékot pótolni a gyermekednek
- lázzal járó vagy véres hasmenés esetén
- ha a 3 hónapos kor alatti gyermekednél kifejezetten etetések után jelentkezik sugárhányás
- erős hasi vagy heretáji fájdalom esetén

Leggyakoribb sérülések



1. Horzsolások, kisebb sebek:

- fertőtlenítsd, fedd kötéssel/sebtapasszal



2. Vérző sebek:

- csillapítsd a vérzést direkt nyomással, emeld meg a sérült végtagot majd fertőtlenítsd és fedd kötéssel



3. Törés vagy ficam gyanúja esetén:

- rögzítsd a sérült végtagot úgy, hogy minél kevésbé mozogjon - ezt követően gyermektraumatológiai vizsgálat indokolt



4. Fejsérülés:

- legtöbbször banális, szövődmény nélkül gyógyuló esemény, **DE!**
- mindenképp javasolt orvosi vizsgálat, ha a gyermeked 3 évesnél fiatalabb; ha volt rövid eszméletvesztése; ismételten hányt; nem homloktáji a kialakult seb, duzzanat a fején; erős fejfájásra panaszodik; megváltozott a viselkedése vagy ismert véralvadási betegsége van



5. Égés:

- azonnal hűtsd a sérült bőrfelületet hideg víz alatt 20 percig, majd fedd kötéssel



6. Rovarcsípés:

- a kullancsot mielőbb távolítsd el pl. egy csipesszel - nem kell szakértelem hozzá
- tisztítsd meg a bőrt
- duzzanat esetén alkalmazhatsz antihisztamint



HA FÁJ, ADJ FÁJDALOMCSILLAPÍTÓT!

HÍVJ MENTŐT! 112

- súlyos, nagy vérzéssel járó sérülés esetén
- fejsérülést követően kialakuló görcsroham esetén
- ha a gyermek füléből vagy orrából vízszerű folyadék ürül
- kiterjedt, nagy fájdalommal járó égés esetén

Mielőbbi orvosi vizsgálat indokolt háziorvosnál vagy gyermekügyeleten:

- jelentős vérzéssel járó sebek esetén, ha a vérzés 20 perc nyomás után sem szűnik
- kifejezetten fájdalmas végtagduzzanattal járó sérülés esetén
- csonttörés gyanújakor
- állatharapás esetén
- fejsérülést követő rövid eszméletvesztés esetén
- minden esetben, ha a gyermeked a saját testmagasságánál magasabbról esett le
- idegentest nyelésének gyanújakor
- a gyermek tenyerénél nagyobb kiterjedésű bőrpírral vagy hólyagképződéssel járó égés esetén

Otthoni patika



Lázmérő

Fájdalom- és lázcsillapítók - javasolt két különböző hatóanyag-tartalmút tartani

- paracetamol (pl.: PANADOL BABY, BEN-U-RON, MEXALEN, RUBOPHEN)
- ibuprofen (pl.: ALGOFLEX BABY, NUROFEN)
- metamizol (pl.: FLAMBORIN, NORAMINOPHENAZON, ALGOPYRIN)



Felső légúti betegségek esetére

- orrcsepp/orrspray tengervizes és nyálkahártya-duzzanatot csökkentő fajta
- torokfertőtlenítő spray vagy szopogató tableta/nyalóka a gyermeked korától függően
- inhaláláshoz inhalátor és fiziológiás sóoldat vagy Salvus víz
- nagyobb gyermekek és felnőttek részére a felső légúti tüneteket enyhítő hatóanyag-tartalmú porok



Hányás, hasmenés esetére

- probiotikum – a bélflóra helyreállítására
- ORS (orális rehidráció oldat) az elvesztett elektrolitok pótlására
- dimenhidrinát tartalmú hányingert, hányást csökkentő kúp/tabletta
- Tasectan vagy Smecta - hasmenés alatt a bélnyálkahártya védelmére



Allergia esetére

- antihisztamin csepp/szirup/tabletta/szem- és orrcsepp formában
- 2 éves kor felett kapható vény nélküli készítmény, ennél fiatalabb életkorban csak recept ellenében, orvosi tanácsra



Sérülések esetére

- fertőtlenítő oldat
- kötszerolló
- kötszerek - gézlapok, gézpólyák, sebtapaszkok
- égési kötszer
- jégzsely

MINDIG ZÁRD EL A
GYÓGYSZERKET ÚGY,
HOGY GYERMEKED
NE FÉRHESSEN HOZZÁ!



Változás az ügyeleti rendben Szegeden!

2023.10.01-től akut (sürgősségi) gyermekellátás kizárólag az SZTE Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ Gyermekgyógyászati Klinika és Gyermekegészségügyi Központ „A”-részlegén (6720, Szeged, Korányi fasor 14-15.) történik.

A Gyermekklinika Újszegedi „B”-részlegén – 6727 Szeged, Temesvári krt. 35-37. – 2023.10.01-től MEGSZÜNT a sürgősségi járóbeteg ellátás, így a lázas, felső légúti tüneteket mutató, vagy hasmenés és hányás miatt érkező betegeket is az „A” részlegén (6720 Szeged, Korányi fasor 14-15.) látják el.

A gyermek ALAPELLÁTÁSI SÜRGŐSSÉGI ügyelet, a következő rendelésig nem halasztható esetek ellátása, a Gyermekklinika „A” részlegén működő, házi gyermekorvosi ügyeleten történik.

Hétköznap: 16-22:00 óráig
Hétvégén és ünnepnapokon: 8-20:00 óráig.

Kérdés esetén a 1830-as telefonszám hívható, ott az OMSZ diszpécser ad utasítást. A többi esetben a korábban megadott helyszínek (szeptemberi kiadvány) az iránymutatók.

Forrás:

- Szent Márton Gyermekmentő Szolgálat Közhasznú Alapítvány - Gyermekmentő kézikönyv szülőknek
- Cseh Aron, Krivácsy Péter, Szabó Attila - Mit tegyek, ha beteg a gyermekem? Gyermekkorai betegségek és sürgősségi élethelyzetek otthoni megoldása
- National Health Service (NHS) idevágó ajánlásai

