



# Dušení u dětí

# Prevence dušení

## 1. pozor na možné **vdechnutí potravy/tekutin (i mléka):**

- **NIKDY** nenechte jíst dítě samotné
- **NIKDY** nepoutejte dítě v jídelní židliče
- **VŽDY** podávejte dítěti přiměřenou velikost kousků
- dbejte na to, aby dítě jedlo pouze v poloze vsedě
- nedávejte dítěti jídlo při hře a jiných aktivitách
- nabízejte dítěti během jídla tekutiny – až když **spolklo sousto**
- pokuste se, aby během jídla nemluvílo (víme, že je to kolikrát obtížné) 😊

## 2. pozor na možné **vdechnutí zvratků:**

- po kojení/krmení nenechávejte dítě spát na bříšku

## 3. pozor na možné **vdechnutí cizího tělesa:**

- zejména malých předmětů/hraček – korálky, části hraček, provázky, šňůrky, ...

# Prevence dušení

některé potraviny by se dětem **neměly nabízet před 3. rokem věku** (u některých dětí i **později** – je to vždy individuální)

## 4. pozor na **potraviny, které mohou být rizikové/nevhodné:**

- maso – nabízejte dětem měkké maso nakrájené na malé kousky, aby se jim dobře kousalo
- kosti z ryby – po spolknutí kosti a jejím zapíchnutí/zaseknutí začne dítě kašlat, dojde k otoku sliznice a možnému až úplnému uzávěru dýchacích cest
- hroznové víno a cherry rajčata – děti by neměly jíst před 3. rokem celé hroznové víno, rozpulte ho napůl
- hrášek – můžete ho rozmačkat vidličkou
- mrkev, jablko – můžete nastrouhat nebo povařit do změknutí
- mandarinka a pomeranč – můžete rozkrojit raději na měsíčky
- oříšky – děti by neměly jíst před 3. rokem celé kousky ořechů, proto volte raději ořechová másla nebo ořechy rozmixujte
- žvýkačky – nevhodné do 3 let věku

Pokud byste dítěti nabízeli i potraviny, které se do **dětské stravy nehodí**, dejte si pozor zejména na párek (krájejte ho raději na půlkruhy), tvrdé bonbony (pokud dítě sedí, nahrad'te bonbony raději lízátkem) a popcorn (nevhodný do 3 let věku).

# Příznaky dušení

pamatujte, že  
dušení vzniká  
**NEČEKANĚ!!!**

## 1. neúplné uzavření dýchacích cest:

- náhlý kašel – pokud dítě kašle, snažíme se ho v kašli podpořit
- omezení mluvení
- pískot

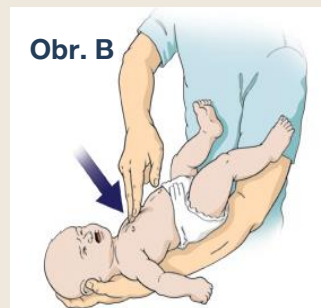
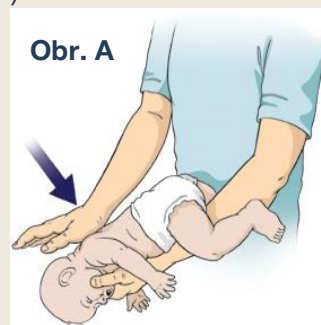
## 2. úplné uzavření dýchacích cest:

- není schopno kašlat (nebo kašle velmi slabě)
- nemluví (může jen přikyvovat)
- zpočátku má tendenci se chyťat za krk, kopat nohama
- není schopno se nadechnout
- rtý začnou být modré, dítě začne blednout

**TIP:** pokud je dítě schopné **kašlat**, vždy ho v kašli **podporujte** a nezasahujte (kašel je přirozenou obrannou reakcí organismu a může pomoci k vykašlání předmětu a obnově dýchání)

# První pomoc při dušení dítě do 1 roku

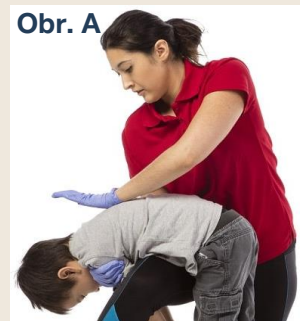
- provedte **úderý mezi lopatky (Gordonův manévr, obr. A)**
  - položte dítě v poloze na bříšku na své předloktí
  - prsty fixujete hlavičku (hlava dítěte je níž než hrudník)
  - plochou dlaní druhé ruky 5x rázně udeříte mezi lopatky
- nepodaří-li se těleso dostat ven, tak můžete provést **stlačení hrudníku (obr. B)**
  - položte dítě na záda na Vaše předloktí (opět hlavičkou níž než je zbytek těla, Vaše ruce fixují hlavičku a krk dítěte)
  - stlačíte hrudní kost pomocí dvou prstů jako při resuscitaci - nahmatáte si místo v dolní třetině hrudní kosti a prsty 5x stlačíte
- vypuzovací manévry **opakujte** dokud nedojde k odstranění překážky, nebo dokud dítě neztratí vědomí – pokud upadne dítě do bezvědomí musíte zahájit **resuscitaci (a volat RZS ☎ 155)**



Zdroj obrázků: [www.fairview.org](http://www.fairview.org)

**TIP:** pokud jste na výletě v přírodě a nevíte Vaší přesnou adresu, použijte **aplikaci Záchranka**

# První pomoc při dušení dítě nad 1 rok



Zdroj obrázku: www.redcross.ca

- provedte **úderý mezi lopatky (Gordonův manévr, obr. A)**
  - sedíte a dítě si položíte přes kolena hlavou dolů/alternativou může být, že dítě stojí v předklonu a svým předloktím mu podpíráte hrudník
  - provedete opět 5 rázných úderů mezi lopatky a sledujete, zda došlo k vypuzení tělesa
- nepodaří-li se těleso dostat ven, tak můžete provést **Heimlichův manévr - stlačení hrudníku (obr. B)**
  - postavte se zezadu k dítěti, předkloňte ho a obejměte ho (pokud se jedná o menší dítě, klekněte si za něj)
  - jednu ruku sevřete v pěst a položte na břicho dítěte
  - druhou rukou tuto pěst uchopíte a silně stlačujete nadbřišek (směrem šikmo dovnitř a nahoru), opakujte opět 5x
  - Heimlichův manévr se neprovádí u dětí mladších 1 roku a u těhotných žen
- vypuzovací manévry **opakujte** dokud nedojde k odstranění překážky, nebo dokud dítě neztratí vědomí – pokud upadne dítě do bezvědomí musíte zahájit **resuscitaci** (a **volat RZS** ☎ 155)



© AboutKidsHealth.ca

Zdroj obrázku: www.suarainsan.com.my

# Kdy zahájit KPR?

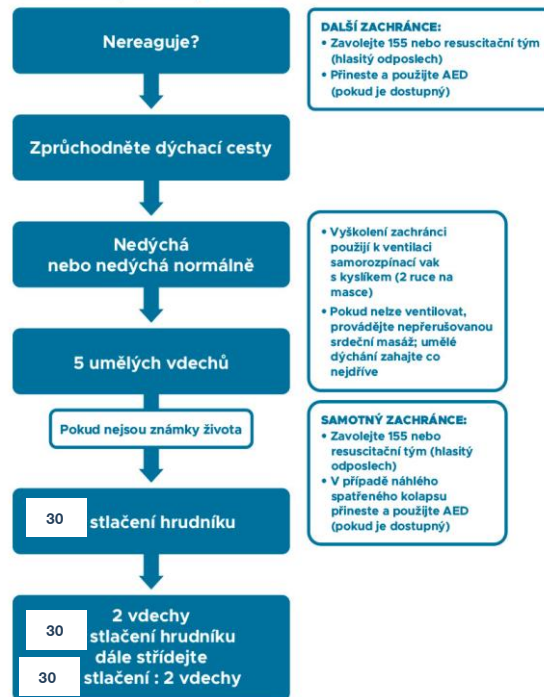
1. důležité je se **nevzdávat** po provedení pouze několika úderů – každý úder a stlačení posouvá těleso výš z dýchacích cest
2. pokud ale dítě **nedýchá** (nebo dýchá lapavě), položte ho na záda na **tvrdou podložku** (hlava je v rovině u dětí do 1 roku, u starších mírný záklon hlavy)
3. zahajte **resuscitaci (KPR) – 5 umělých vdechů**
4. pokud stále nejsou známky života – **volejte RZS** (☎ 155, hlasitý odposlech) nebo použijte **aplikaci Záchranka**
5. řiďte se pokyny operátora
6. **stlačujte hrudník 30x, vdechněte 2x** (poměr 30:2)
7. pokračujte v resuscitaci **do příjezdu záchranky**

- všechny děti, u kterých došlo k uzavření dýchacích cest a provedení vypuzovacích manévrů, by měly být **vyšetřeny lékařem** – ideálně na **dětském ORL pracovišti**
- každé dítě starší 1 roku, u kterého **byl proveden Heimlichův manévr**, musí být vyšetřeno **lékařem** (u tohoto manévru totiž hrozí poranění vnitřních orgánů)

## KARDIOPULMONÁLNÍ RESUSCITACE DÍTĚTE



Nehrozí nebezpečí? Volejte "Pomoc!"



Zdroj obrázku: [www.resuscitace.cz](http://www.resuscitace.cz)

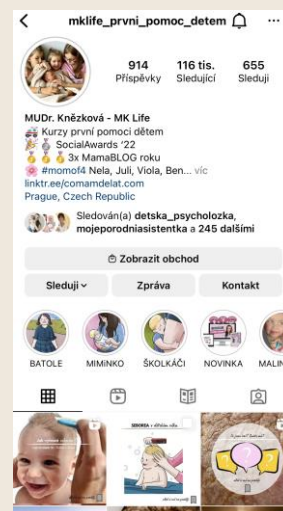
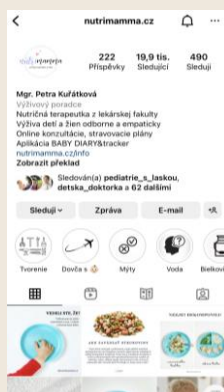
# Naše doporučení



**TIP:** na internetu naleznete plno **českých/zahranických výukových videí** – doporučujeme Vám se na ně podívat, abyste věděli, jak případně Vašemu dítěti co nejrychleji a nejlépe pomoci



**TIP:** pokud začínáte s příkrmy a máte strach z nabízení kousků, můžete se podívat na tyto instagramové profily zabývající se dětskou stravou



**TIP:** můžete také absolvovat **kurz první pomoci dětem** (online/prezenčně) – doporučujeme např. od MUDr. Kněžkové [www.comandelat.cz](http://www.comandelat.cz)



# Co opravdu nedělat?

## Když zvednu dítě za nohy, tak těleso vypadne?

Tak takto prosím NE! Pokud byste třásli dítětem a drželi ho „vzhůru nohama“, je zde vysoké riziko pádu a pouze malá účinnost, že by se Vám podařilo těleso tímto způsobem odstranit.

## Mám vyndat těleso rukou?

NIKDY nepátrejte v dutině ústní dítěte naslepo, mohli byste těleso zatlačit hlouběji a ještě poranit. Pokud cizí těleso v dutině ústní vidíte, tak pouze tehdy ho můžete pomoc 1 prstu odstranit.