

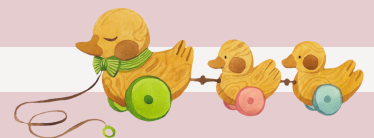
**АПТЕЧКА
НОВОРОЖДЁННОГО
И ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

©OSOZNANNOMAMA



СОДЕРЖАНИЕ

• Аптечка новорождённого	3 стр
• Экстренная помощь	7 стр
– ожоги	
– удушье	
– утопление	
– хлебнул воду	
– реанимация и массаж сердца	
– ушиб и падение	
– перелом	
– температура	
– судороги	
– укусы животных	
– укусы насекомых	
– инородный предмет в глазу	
– отравления	
• Что должно насторожить	17 стр
• Источники	21 стр



АПТЕЧКА НОВОРОЖДЁННОГО

Дозировку каждого препарата согласуйте с педиатром!

ПУПОВИННЫЙ ОСТАТОК

перекись 3% или мирамистин 3–5 раз в день, остатки выделений убираем ватной палочкой, купать можно, отрывать и тянуть нельзя. Если хотите обрабатывать. Можно этого и не делать.

ЗАПОРЫ

задержки в норме на ГВ до 7–10, если ребенок весел, бодр и активен, НО всегда надо это обсуждать с грамотным врачом. На ИВ/СВ стул в норме 1 раз в 1–2 дня, далее высаживание / глицериновые свечи / микролакс, и после обязательно обратиться к педиатру за поиском причины запоров, чтобы малыша не мучать.

ДИАРЕЯ

ОТПАИВАТЬ ОБИЛЬНО для избежания обезвоживания организма – биогая орс или хумана электролит с бананом или регидрон био, обратиться к педиатру за поиском причины

КОЛИКИ И ГАЗИКИ

массаж животика, тёплая пеленка или грелка к животу, контакт «кожа к коже» – положите малыша голым животом к себе на голый живот (можно в памперсе, можно к папе). Если не помогает, препараты с симетиконом (эспумизан беби, боботик и др). От газиков хорошо помогает прижимание ножек к животу, упражнение велосипед ножками, круговой массаж по часовой стрелке зоны вокруг пупка и на САМЫЙ КРАЙНИЙ случай газоотводные трубочки (Windi)

ОРВИ

антивирусные и иммуномодулирующие средства не имеют доказанной эффективности (только при вирусе ГРИПП). Антибиотик нужен ТОЛЬКО при бактериальной инфекции, которую подтверждают с помощью ОАК (анализ крови). Просто так им ОРВИ не лечат, тк ОРВИ – это ВИРУС, а антибиотик работает против БАКТЕРИЙ. Это разные вещи. (За более глубокой инфой – на курс по ОРВИ к Зариповой Р.Ф., ссылки в конце курса) При любой болезни ребёнку нужно больше жидкости (допаиваем, чтобы не было обезвоживания), забота, любовь, отдых и помощь в борьбе с симптомами.



ТЕМПЕРАТУРА

сбиваем от 38,5 градусов !! охладить комнату до 18–20 градусов, можно обтирать ребёнка водой КОМНАТНОЙ температуры (не спиртом или уксусом!!), свечи цефекон д (до месяца или если есть рвота), детский нурофен сироп, парацетамол сироп – дозировка СТРОГО ПО ВЕСУ, см инструкцию к препарату. Даем любое жаропонижающее не чаще чем 1 раз в 5–6 часов!! Температура снижается в норме за 30–60 минут на 0,5–1,5 градуса.

СОПЛИ

в комнате влажность воздуха 40–60%, температура 20–24 градуса. Если сопли текут ручьями, держим больше ребёнка вертикально, приподнимаем матрас у головы градусов на 10, чтобы лежал под наклоном. Если нечем дышать, разжижаем каплями (спреи малышам нельзя) аквамарис или обычным физраствором. После воспользуйтесь назальным аспиратором (закройте вторую ноздрю, чтобы был вакуум). Сосудосуживающие спреи детям категорически нежелательны, они имеют тяжелые побочки на органы, ими легко получить передозировку и они вызывают зависимость. Только те, что пропишет врач (если он вообще их пропишет), когда нос совсем не дышит.

КАШЕЛЬ

при лающем кашле (ларингоспазм, круп, смотрите пост в блоге) пульмикорт. При бронхообструкции – беродуал. Без диагноза от скорой или приехавшего врача вы вряд ли сами поставите диагноз, но эти лекарства должны быть в аптечке, если в экстренной ситуации скорая скажет вам по телефону дать их малышу. Отхаркивающие сиропы запрещены детям до 3 лет, тк они не умеют отхаркивать и могут захлебнуться мокротой и задохнуться. Только отпаивать водой каждые 5–10 мин по глоточку, разжижать мокроту.

ЗУБЫ

больше давайте грудь, холодные грызунки, гомеопатия капли Дантинорм/Camilia (нет доказанной эффективности). Мази для зубов: без лидокаина, но с анисом – холисал, камистад беби. Мази с лидокаином – калгель, лидент беби – придержите на самый пик зубной боли, а лучше вообще не используйте. Лидокаин несёт очень тяжёлые побочки на сердце и др органыв других странах он запрещён. Анис охлаждает, но вызывает повышенное слюноотделение, дети могут слюной давиться, если переборщить. Если ребенку прям больно и он плачет, нужно обезболить нурофеном (дозировка как при температуре по весу) Зарипова не рекомендует мази/капли вообще, только нурофен и грызунки.

АЛЛЕРГИЯ

изолировать от аллергена, сыпь, опухание, зуд – капли фенистил до 6 мес или зодак с 6 мес, местно гель фенистил с 1 мес

РАНЫ

перекись, мирамистин или порошок банеоцин и пластырь.

ЗАГНОЕНИЕ

на гнойную рану наносим левомеколь или банеоцин, после метилурацил на рану, сверху повязка не обязательна. Обязательно проконсультируйтесь с педиатром!

РАНКА ВО РТУ, РАЗБИЛИ ГУБУ

на гнойную рану наносим левомеколь или банеоцин, после метилурацил на рану, сверху повязка не обязательна. Обязательно проконсультируйтесь с педиатром!





РОЗЕОЛА

инфекционная болезнь, чаще всего ей болеют детки 6–18 мес – температура ~38–39 держится 3 дня, без каких-то других симптомов. После появляется сыпь на всем теле и сама проходит через 2–3 дня. Ничем это не лечим!

Антигистаминные не нужны, ребенка сыпь никак не беспокоит. Можно только сбивать высокую температуру >38,5. Если ещё другие похожие заболевания с экзантемой (вирус коксаки или энтеровирус, ветрянка, мононуклеоз, скарлатина, парвовирус и др ищите инфу в инсте у Зариповой Р.Ф.)

АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ

красные сухие, иногда мокрые пятна на щеках, локтях, руках, бедрах, голених – кожа нуждается в дополнительном увлажнении специальными кремами – эмолиентами. Лучшие – Эмолиум, A-Derma, Mustela stelatopia и La Roche lipikar. Наносить жирно на поражённые участки от 5 раз в день и после купания. Гормональные мази только по назначению дерматолога.

ГРАДУСНИК

лучше мягкий, специальный детский или бесконтактный.

Это все – первая помощь! При любом состоянии ребёнка, которое Вас беспокоит, необходимо сразу идти или хотя бы звонить педиатру!

И ещё важный момент. Если Вы сомневаетесь в том, что Вам говорит Ваш врач, найдите другого. Никогда не опирайтесь на мнение одного человека, потому что все мы – люди, нам свойственно ошибаться. Получите ещё 1–2 мнения, чтобы быть уверенным наверняка.

Пусть Ваши дети будут здоровы!

ЭКСТРЕННАЯ ПОМОЩЬ

ОЖОГИ (кипятком, огнём, горячим предметом)

- ✘ Когда ребёнок пойдёт, не готовим на передних конфорках, убираем кружки с чаем, чайник, сковородки и прочие горячие опасности подальше от края стола, убираем со стола скатерть. Прячем плойки, утюг, зажигалки, спички и свечи.

В случае ожога категорически НЕЛЬЗЯ:

- ✘ Прикладывать лёд.
- ✘ Промывать ожог ледяной водой (допустимо 12–18 градусов)
- ✘ Прикладывать вату или пластырь
- ✘ Отрывать прилипшую одежду
- ✘ Самостоятельно прокалывать пузыри
- ✘ НЕЛЬЗЯ ОБРАБАТЫВАТЬ свежий ожог маслом, сметаной, сливками, кефиром, кремами, мазями, лосьонами (для рук и тп), мочой, сыпучими лекарствами, йодом, зелёной, перекисью, спиртом.

НУЖНО:

- ✔ Прекратить контакт с огнём, солнцем, горячим предметом и тд. Снять горящую одежду, залить водой, накрыть пламя тканью. Если на одежду пролили кипяток, снять как можно скорее, чтобы она не прилипла к ожогу.
- ✔ При ожогах степени 1 (покраснение) и 2 (пузыри) – как можно скорее охладить место ожога под проточной холодной (12–18 градусов) водой. Лучше проточная, чем стоячая. Время охлаждения 15–20 минут.
- ✔ При ожогах 3 степени (нет чувствительности, кожа обуглилась) нельзя промывать водой, переходим к след пункту.
- ✔ Можно нанести специальное средство от ожогов, например пенку пантенол и оставить немного впитаться. После накрыть место ожога чистой влажной тканью (простыня, полотенце, марля). Обезболить парацетамолом или ибупрофеном. Вызывать скорую для осмотра и назначения лечения и вашего относительного успокоения

ПОДАВИЛСЯ (УДУШЬЕ)

Чаще всего дети могут подавиться во время игры (мелкие детали) или еды (небезопасная подача пищи)

!!Признаки удушья: затруднено дыхание, трудно вдохнуть, хватается руками за шею, изменился голос, свист во время дыхания, кашель с рвотными позывами, боль в груди, синюшность, не может кричать, плакать, говорить
Попробуйте достать то, что застряло. Ребёнок должен лежать в этот момент на спине лицом вверх. Доставать можно **ТОЛЬКО ЕСЛИ ВЫ ВИДИТЕ ПРЕДМЕТ.**

Техника первой помощи:

- ✓ Малыша положить животиком на вашу руку, туловище ниже головы.
- ✓ Основанием ладони ударить 5 раз между лопатками.
- ✓ Перевернуть ребёнка на спину, голова ниже туловища. 5 раз наловить пальцами посередине грудной клетки. При нажатии грудина должна опускаться на 1,5–2 см.

!!Удары по спине и нажатие на грудину – замена кашля, способ «выкашлять» предмет. Если ребёнок может кашлять, это поможет лучше всего. Бить по спине не надо, он справится сам. В актуальном «удушьё» сохранено видео этой первой помощи.

УТОПЛЕНИЕ

Вынести ребёнка из воды. Если ребёнок без сознания, проверить, бьется ли сердце и есть ли дыхание. Если нет, срочно вызывайте скорую «112» или «103», **ТЕЛЕФОН НА ГРОМКУЮ СВЯЗЬ** и приступайте к реанимации. Счёт на минуты, спасти ребёнка можете только Вы.

ХЛЕБНУЛ ВОДУ

Не мешайте кашлять! Поднять одну ручку (вода «провалится»). Если не помогло, положить на бок или на спину, голова ниже тела, чтобы вода вытекала. Если не помогает, воспользуйтесь техникой как при утоплении.

РЕАНИМАЦИЯ И МАССАЖ СЕРДЦА

Ребёнка до года положить на спину. Голову запрокинуть назад, рот открыть. Обхватить своим ртом нос и рот ребёнка (до года) и сделать выдох. Ребёнку старше года делать вдох только в рот, нос зажать. Повторить ещё раз. Указательный и средний палец положить на груди в центре ниже сосков и быстро нажимайте 30 раз и после два вдоха рот в рот. Малышам старше года массаж сердца делают основанием ладони. Повторять, пока ребёнок не начнёт дышать или не приедет скорая.

УШИБ И ПАДЕНИЕ

Чаще всего случается при ударах или падениях.

- ✔ Придать пострадавшему месту возвышенное положение – поднять руку, лечь и поднять ногу и т.д.
- ✔ При сильном ушибе до отёков и красноты наложить давящую повязку на 10 минут
- ✔ Приложить холод вместе с повязкой на 30 мин.

Покой и срочное обращение к доктору или вызов скорой.

Вы не можете быть уверены, что ушиб не серьёзный. С малышом до года лучше «перебдеть» и отвезти ребёнка в травмпункт.

НЕЛЬЗЯ: согревать 48 часов, растирать место ушиба.

ПЕРЕЛОМ

Симптомы: боль при движении и прикосновении, деформация области перелома, неестественное положение, отёк, гематома.

- ✔ Остановить кровотечение, обработать рану
- ✔ Если умеете, провести иммобилизацию (наложить шину, повязку) если нет, максимально обездвижить место перелома и вести срочно в травмпункт. Если это невозможно, вызывайте скорую. Приложить холод на 30 мин

Нельзя: двигать пострадавшего с тяжёлыми переломами до иммобилизации, двигать поломанные кости, поправлять, вправлять, смещать, массажировать, растирать, греть, смазывать.

ТЕМПЕРАТУРА

Срочно нужен врач если:

- ✗ Нет улучшения на 4 день болезни, темпер не падает
- ✗ Темпер сохраняется 7 дней
- ✗ Темпер волнообразный поднимается и опускается
- ✗ Ребёнку меньше 3 мес
- ✗ Температура 39,5 и выше, не сбивается вообще жаропонижающими в течение 30 мин. В норме падение температуры на 0,5–1,5 градуса после дозы по весу.
- ✗ Есть другие симптомы: сыпь, головная боль, рвота и тошнота, озноб, бледность, обезвоживание – нет мочи более 6 часов, плач без слез, сухой язык, кожа и слизистые.

Что делать?

- ✔ Если знобит – согреваем. Если потеет, охлаждаем. Если ноги белые и холодные – одеть носочки (а не даем ношпу! Ношпа запрещена детям до 6 лет).
- ✔ Внешние условия, чтобы остудить ребёнка: Температура в комнате 18–20 градусов, влажность 50–70%.
- ✔ Ребёнка раздеть до подгузника (можно снять, можно оставить, как вам угодно. Зарипова на курсе про температуру объясняет, почему подгузник и лимфатические узлы в паху не играют роли при падении температуры)
- ✔ Обильно отпаивать ребёнка водой. Каждые 5–10 мин по несколько глотков. Увлажнять нос физраствором или увлажняющими каплями (аквамарис, линаква, отривин). Спрей нельзя!
- ✔ Температуру выше 38,5 сбиваем жаропонижающими: парацетамол или ибупрофен. Любое жаропонижающее (и парацетамол, и ибупрофен, и по очереди вместе) можно давать максимум 3–4 раза в сутки – раз в 5–7 часов. Температура падает на 0,5–1,5 градусов в течение 30 минут. Дозировка по весу, уточняйте у врача или в инструкции.
- ✔ ТОЛЬКО С ПРЯМОГО УКАЗАНИЯ ВРАЧА помогаем организму физическими методами охлаждения: обтирать комнатной водой и сверху махать полотенцем (5 мин пока не высохнет на животе, потом на спине), приложить к голове прохладный компресс.

Нельзя: растирать ребёнка спиртом или уксусом. Лечить температуру антибиотиками. Категорически нельзя давать литическую смесь! Димедрол, анальгин, ношпа, супрастин и тд – ЗАПРЕЩЕНЫ или не нужны при температуре, и имеют тяжелые побочки для детей.

СУДОРОГИ

Главное – защитить малыша от травм лица, головы и шеи.

- ✔ Предотвратить падение, положить ребёнка на пол или к себе на колени. Убрать все предметы, об которые можно пораниться/удариться.
- ✔ Расстегните и расслабьте все, что давит – пуговицы, ремень, застёжки и тд.
- ✔ Обеспечьте доступ свежего воздуха.
- ✔ Засеките время. Во время судорог вы нужны ребёнку. Обнимите, прижмите к себе, но не слишком крепко. По окончании судорог, положите ребёнка на бок.
- ✔ Оставайтесь рядом и вызовите врача.

Фибрилльные судороги могут быть у любого ребёнка из-за предрасположенности к ним. Часто появляются с температурой, но не обязательно с высокой. Сбивать температуру нужно по стандартной схеме их предыдущего пункта.

Нельзя: засовывать что-то в рот ребёнку!

УКУСЫ ЖИВОТНЫХ

В первую очередь:

- ✔ Тщательно обрабатываем мыльным раствором рану и края целой кожи, куда попала слюна животного
- ✔ Нанесение антибактериальной мази (левомеколь)
- ✔ Рану герметично заклеивать нельзя

Любой укус и попадание слюны на поврежденную кожу и слизистые – повод срочно ехать к врачу! Есть риск заразиться инфекциями, в тч столбняком или бешенством. Исключение – укус поверхностный, кожа целая, животное свое здоровое и привитое.

Максимально срочно к врачу, если:

- ✘ Рана на лице, шее или руках
- ✘ Есть признаки инфицирования – краснота, отеки, гной, температура, усиление боли.
- ✘ Ребёнок не привит от столбняка, или вы не знаете, привит ли.

УКУС ЗМЕИ

Мы не можем знать точно, ядовитый этот «ужик» или нет. Не ждём симптомы, срочно едем к врачу! Постарайтесь запомнить, как выглядела змея.

- ✔ Положить ребёнка горизонтально, не двигаться вообще (это распространяет яд)
- ✔ Если укус через одежду, аккуратно надо ее снять. На одежде могут быть капли яда.
- ✔ Если есть кольца, браслеты и тд, все срочно надо снять (конечность может сильно опухнуть)
- ✔ Промыть рану мылом
- ✔ Иммобилизация: туго перебинтовать на 5 см выше укуса, ослабляйте повязку, если появляется отёк, положение укуса в пространстве ниже уровня сердца.

Нельзя: накладывать жгут, поднимать укушенную конечность, прижигать место укуса, прикладывать лёд, резать укус, давать еду, давать обезболивающее, двигаться минимум 30 минут.

УКУС ПАУКА И ТП

Оказываем неотложную помощь и срочно к врачу!

- ✔ Ребёнок лежит в горизонтальном положении и не двигается!
- ✔ холод к месту укуса
- ✔ укус в конечность – иммобилизация как при укусе змеи
- ✔ укус в шею или голову – придавить укус
- ✔ активно отпаиваем водой и даём антигистаминное
- ✔ если больно, можно дать обезболивающее

Нельзя: накладывать жгут, резать укус, давать пищу

САМОЕ ОПАСНОЕ - УКУС КАРАКУТА

(чёрная вдова – чёрный паук с красными пятнами) загуглите, как он выглядит. Место укуса нужно сразу прижечь (его яд разрушается) и срочно к врачу! ⚠

УКУСЫ КЛЕЩЕЙ

• Стандартная возможная реакция на укус: красные волдыри (аллергия на укус, акародерматит), клещевой паралич (паралич мышц, болеют дети до 10 лет), мышечные боли, лихорадка, усталость, сыпь, боль в суставах.

Также клещи являются переносчиками тяжелых заболеваний: клещевой энцефалит и боррелиоз (болезнь Лайма).

☠ **Энцефалит** – вирусное острое заболевание, которое поражает ЦНС, головной и спинной мозг. Атрофия мышц, дистрофия, менингит, моторные нарушения, паралич, смерть.

☠ **Боррелиоз** – на месте укуса появляется красное кольцо (фото в карусели), вирусная болезнь поражает кожу, нервную систему, сердце и скелет. Самая частая болезнь при укусе клещей.

40% укусов – на даче, 30% укусов – в лесу, остальное – парки, кладбища, турбазы и отели. Этими вирусами можно заразиться, если попить сырое молочко коровки/козочки, которую тыкнул заразный клещ. Или если вам домой принесёт клеща ваша кошка или кто-то из челнов семьи на одежде. Или если вы неправильно удалили клеща – раздавили и вирус из него попал в место укуса.

По статистике 90% клещей стерильны. Существует карта регионов России с распространением энцефалита, которая обновляется каждый год.

Погуглите эту инфу. Самые опасные регионы – Урал, Сибирь, Дальний Восток.



Как защитить себя:

⚠️ То, что в вашем регионе не зарегистрирован клещевой энцефалит, не означает, что вы 100% его не встретите – по статистике, стерильны 90% клещей, а остальные 10% являются носителем инфекции и визуально они ничем не отличаются от стерильных.

- ✔️ При посещении мест с повышенным и риском надевайте светлую!! закрытую одежду, которую можно заправить, с плотно прилегающими манжетами и капюшоном.
- ✔️ Одежду необходимо предварительно обработать инсектицидами (акарицидные средства, которые убивают насекомых, см предыдущий пост про репелленты и актуальное клещи)
- ✔️ Кожу необходимо обрабатывать репеллентами для отпугивания клещей. Обращайте внимание на возрастные ограничения, чаще всего их можно с 1–2 лет. Инсектициды для одежды в среднем с 2 лет и на кожу наносить ни в коем случае нельзя. Одежду обрабатываем не на ребёнке.
- ✔️ Регулярно осматривайте себя, детей и домашних животных. Клещей, которые не успели присосаться, нужно срочно и аккуратно его смахнуть.

❗ Репеллентов для детей до года специально от клещей нет. Можно использовать обычные репелленты от комаров и мошек вроде розового москитола или гардекс беби, но их эффективность против клещей крайне сомнительна.

❗ Инсектициды для детей – все они с 2 лет и строго на одежду.
Бренды средств ОТ КЛЕЩЕЙ: picnic baby, garden baby, mosquitol.

⚠️ Если клещ все-таки успел присосаться:

- Максимально и предельно аккуратно быстро достаньте клеща
- Лучше всего это делать специальным пинцетом-выкручивателем. Если его нет, нужно выкрутить вокруг оси клеща держа его пальцами или ниткой
- Ранку обработать антисептиком (хлоргексидин или перекись)
- Если в коже осталась чёрная точка (хоботок), его ковырять не надо.

Обрабатываем йодом и оставляем, Кожа отторгнет его сама.

❗ Клеща обязательно кладём в контейнер и везём в больницу, чтобы убедиться, что он стерильный!!

❗ Если клещ висел на теле дольше 36 часов или оказался инфицированным, то принимают однократно дозу доксициллина (это обязательно скажет врач)



- ✘ Есть народные способы, как достать клеща: капнуть на него маслом, водой и тд. Почему лучше так не делать?
- ✘ Клещ не обязательно отцепится, его его поместить в масло. Но непременно впрыснет свою слюну в человека (возможно, инфицированную)
- ✘ Если клещ не отцепится, скользкого маслинного кровопийца достать будет гораздо труднее.
- ✔ Единственный способ уберечь детей от энцефалита – прививка. Сейчас существует множество вакцин (клещ-е-вак и др) Их ставят трёхкратно с года. В регионах с зарегистрированными случаями укусов энцефалитных клещей лучше прививку поставить. От боррелиоза прививки нет. И важно понимать, что если клещ оказался заразным, это не значит, что 100% человек заболеет, но профилактика значительно уменьшит риски.

УКУС ПЧЕЛЫ И ТД

- удалить жало (если укусила пчела) чем-то плоским (как бы сдвинуть жало вбок)
- приложить холод
- нанести антигистаминную мазь (фенистил гель)
- если пошла аллергическая реакция – можно дать дополнительно антигистаминное. В случае тяжёлой аллергической реакции – срочно обратиться к врачу!

ИНОРОДНЫЙ ПРЕДМЕТ В ГЛАЗУ

Признаки: вы видите предмет, глаз покраснел, слёзы, светобоязнь.

Промыть глаз: раскрыть веки (обмотать пальцы бинтом), промыть от наружного угла глаза к внутреннему обычной водой из бутылки, шприца или крана.

Если не удалось, попытаться достать предмет кусочком носового платка, смоченного в воде или глазном антисептике (октомистин, витабакт, тобрекс).

После удаления предмета закапать глазным антисептиком.

Нельзя: Тереть глаз, удалять предмет, который воткнулся в глазное яблоко, удалять острым предметом (пинцет и тд)

Срочно к врачу, если: предмет воткнулся в глаз, или не удаётся достать предмет, ребёнок не даёт это сделать, через час после удвоения все ещё есть жалобы.

ОТРАВЛЕНИЕ

1. Лекарствами

Нельзя точно знать, какое лекарство съел ребёнок. Состояние ребёнка резко ухудшается через несколько часов. Не ждите симптомов, срочно к врачу!

Симптомы и признаки: возбуждение, заторможенность, проблемы со слухом, расширение зрачков, сильный пульс, тошнота, рвота, боль в животе, пустые упаковки и части таблеток на одежде, в комнате, на ребёнке.

При критическом состоянии, проводим реанимацию сердца (см первый пост про неотложную помощь)

- ✔ Положите ребёнка на бок
- ✔ Проверьте наличие лекарств во рту
- ✔ Если ребёнок в сознании, вызвать рвоту (выпить 1–2 стакана воды или молока, потом два пальца в рот ребёнку, даже если сопротивляется)
- ✔ После рвоты дать активированный уголь (даже если не вырвало, все равно дайте уголь. Дозировка 1г на 1 кг веса. Передозировать почти невозможно, много не будет. Вырвало, дайте снова.)
- ✔ Положите ребёнка на бок и дайте попить чай или молоко
возьмите в больницу пустую пачку от лекарств или все, что ребёнок мог съесть
- ✔ Если ребёнок принял препараты железа, то нельзя давать уголь. Надо вызвать рвоту и напоить молоком. Дать выпить 1–2 сырых белка от яйца и 1 стакан воды с 1,5 чайной ложки соды.

2. Химическое отравление

Отравление кислотой, щёлочью, бытовой химией, растворителями, клеем, антисептиком и тп – вызывает ожоги слизистых, ЖКТ, дыхательных путей. Яд всасывается в кровь и поражает внутренние органы. **НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕЛЬЗЯ ВЫЗЫВАТЬ РВОТУ, ТК БУДЕТ ПОВТОРНЫЙ ОЖОГ ЖКТ**

- **Признаки:** острая боль в груди, животе, при глотании, болезненный кашель

При отравлении порошком:

- ✔ Намотайте ткань на палец и вычистите рот. Прополоскайте (промойте, как сможете) рот ребёнка

При отравлении жидкостью:

- ✔ Прополоскайте рот молоком или водой (не глотать).
Дать молоко или воду, если выпил щёлочь или кислоту
- ✔ Дать 2–3 ложки растительного масла, если выпил нефтесодержащий продукт (бензин и тп)

Нельзя: вызывать или провоцировать рвоту!

3. Пищевое

Симптомы возникают в течение 48 часов после употребления.

Первые симптомы: понос, рвота, боль в животе.

Срочно к врачу, если:

- ✗ Младше 3 лет. Есть температура. Длится более 2 дней. Съел грибы.
- Не может пить из-за рвоты. Появились другие симптомы

Что делать?

- ✔ Вызовите рвоту.
 - ✔ Ничем не кормите.
 - ✔ Обильно отпаивайте раствором для пероральной регидрации.
- Если не пьёт, дайте пить хоть что-нибудь. Дайте активированный уголь.
- ✔ Если поднялась температура, дайте жаропонижающее

4. Тепловой или солнечный удар

Случается, когда очень жарко, некуда спрятаться от солнца, ребёнок слишком укутан, влажность около 100%. В любом случае ребёнка нужно срочно показать врачу!

Симптомы: рвота, понос, потеря сознания, нет пота, горячая бледная и сухая кожа, возможны судороги, снижение давления.

Что делать?

- ✔ Спрятать ребёнка от солнца и жары, отнести в прохладу.
- ✔ Положить, полностью раздеть и поднять ноги выше тела.
- ✔ Физически охладить: включить кондиционер/вентилятор, обтирать кожу комнатной водой, на голову прохладный компресс.

Нельзя: пить жаропонижающее, мочегонное (чай/кофе), растирать спиртом/уксусом.

5. Удар током

Не прикасаться и не подходить, если высокое напряжение и ток не изолирован!
В первую очередь отключить питание или изолировать от электричества деревянной палкой. Нельзя использовать что-то мокрое или металлическое!

Признаки: поражение сердца, нет или затуманилось сознание, головная боль, нарушение зрения, слуха, судороги, боли в мышцах, ожоги. Если есть любые жалобы кроме испуга, то после первой помощи срочно ехать к врачу!

Что делать?

- ✔ После изоляции от тока, если ребёнок в критическом состоянии, проводим реанимацию.
- ✔ Положить ребёнка на бок и поднять ноги
- ✔ Не двигать без крайней необходимости
- ✔ Ожог охладить (см пост первый про неотложную помощь)
- ✔ Дать обезболивающее

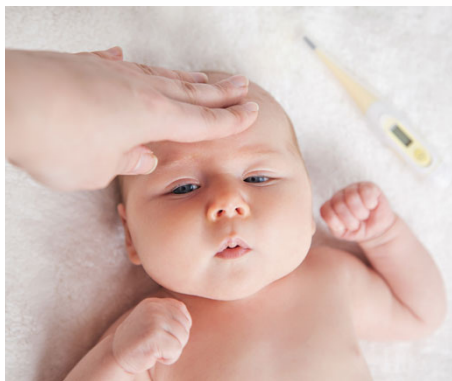
6. Порезы

При кровотечении рана должна быть выше сердца и ее надо прижать!
Если повреждены кровеносные сосуды и кровь идёт слишком сильно, наложить давящую повязку или перетянуть жгутом выше места кровотечения.
Обработка раны производится после остановки кровотечения.

Что делать?

- ✔ Промыть рану водой, потом мылом, потом снова водой.
- ✔ Обработать антисептиком рану и края здоровой кожи (йод и зелёнку Комаровский не рекомендует, лучше перекись 3%)
- ✔ Наложить повязку из марлевого бинта. Вату на рану класть нельзя, в крайнем случае подгузник или прокладка.

ЧТО ДОЛЖНО НАСТОРОЖИТЬ:



Если Вы заметили что-то из перечисленного ниже, сразу звоните врачу.

- ✘ Постоянная вялость, сонливость у активного ребенка
- ✘ Пена и кровяные прожилки в стуле, Твёрдый стул на ГВ. Диарея – стул как водичка, стул красного и белого цвета, скудный «голодный» стул, запоры на ГВ больше 7 дней, на ИВ больше 2 дней
- ✘ Синий носогубный треугольник
- ✘ Покраснение, выделения и зловонный запах из пупочной ранки
- ✘ Постоянно потеет голова (недостаток витамина Д)
- ✘ Аппетит очень плохой или отсутствует (анемия)
- ✘ Ребенок очень часто бьет себя по голове или каким-то другим частям тела (убедиться что не игра и не привлечение внимания) беспокойное поведение и постоянный плач
- ✘ Срыгивания после каждого кормления на протяжении нескольких дней в объеме больше 2 столовых ложек и рвота
- ✘ Свето- и звукобоязнь, неспособность видеть, слышать, говорить
- ✘ Долгая тишина во время игры в другой комнате
- ✘ Сильные ярко-красные высыпания на коже, красные опрелости под подгузником • Набор веса значительно ниже нормы, отказ от пищи
- ✘ Температура выше 37.5 градусов
- ✘ Заложенный нос, кашель, хрипы
- ✘ Болезненные походы в туалет, кровь в памперсе или на половых органах (не в первые дни у девочек – это вариант нормы)
- ✘ Выделения из глаз, ушей, носа

ИСТОЧНИКИ

- книги педиатра Евгения Комаровского

https://www.instagram.com/doctor_komarovskiy/

- Блог педиатра доказательной медицины Зариповой Р.Ф.

<https://vk.com/pediatrimma>

- Блог аллерголога Юлии Буниной

https://www.instagram.com/julietta_doc/