

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ РЕБЁНКУ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ



Первую помощь ребёнку при несчастных случаях оказывайте без суеты, помня, что ваша тревога передается ребенку. Он пугается, и его самочувствие ухудшается. Если принятые меры безуспешны, незамедлительно обращайтесь за медицинской помощью, вызывайте «Скорую помощь».

ВЫВИХ плечевого сустава—относительно частая травма у маленьких детей. Она происходит в том случае, когда взрослый, ведя за руку ребенка, резко дергает ее вверх или, подымая за кисти рук, переносит его через лужу, канаву. Вывих может произойти и при падении, неловком движении.

Признаки этой травмы: внезапная резкая боль, изменение формы сустава, отек его. Не пытайтесь сами вправлять вывих! Ваша задача—обеспечить суставу неподвижность и покой. А для этого полотенцем, косынкой, шарфом прибинтуйте руку к туловищу и обратитесь в ближайший травматологический пункт или к хирургу поликлиники.

ИНОРОДНОЕ ТЕЛО

В ГЛАЗУ (песчинка, мелкое насекомое) обычно вызывает резь, слезотечение. Ребенок начинает тереть глаз, а это усиливает раздражение. Тщательно вымойте свои руки, попробуйте оттянуть нижнее веко ребенка и кончиком сложенного бинта, чистого, проглаженного носового платка снимите инородное тело. Когда соринка попала на верхнее веко, потяните его за реснички вниз и загните край века кверху. Если одна-две попытки не удались, больше пробовать не стоит. Закапайте в глаз кипяченую воду и пусть ребенок поморгает—вода может смыть соринку. А если и это окажется безрезультатным, завяжите ребенку глаз стерильным бинтом и обратитесь в медицинское учреждение.

В ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЯХ вызывает внезапный резкий кашель. Так бывает, если ребенок взял в рот и вдохнул какой-нибудь мелкий предмет. Попросите его покашлять резче, сильнее—иногда таким образом удается вытолкнуть инородное тело из гортани. Или положите ребенка к себе на колени вниз головой и похлопайте по спине. Маленького попробуйте крепко взять за ноги и опустить вниз головой, тоже похлопывая по спине. Если и это не поможет, необходима срочная медицинская помощь, так как инородное тело может попасть и в бронхи, что очень опасно. Нужны специальные экстренные меры, чтобы его извлечь.

В НОСУ это—горошины, мелкие бусины, семечки, которые, играя, ребенок засунул в ноздрю. Иногда их удается удалить, заставив ребенка сильно высморкаться, предварительно закапав несколько капель эфедрина. Но эти меры не помогут, если инородное тело ушло глубоко. Не пытайтесь извлечь его сами, вы затолкнете его еще глубже. Поспешите к врачу, лучше к ларингологу. Объясните ребенку, что, пока горошина, бусина остаются в носу, дышать надо только ртом; втягивание воздуха носом может способствовать продвижению инородного тела вглубь.

В ОРГАНАХ ПИЩЕВАРЕНИЯ. Если ребенок проглотил маленький гладкий шарик, пуговицу, бусину, то особо волноваться не надо: маленькие предметы, не имеющие зазубренных краев, обычно благополучно продвигаются по пищеварительному тракту и примерно через сутки вы обнаружите их в ночном горшке. Проследите, произошло ли это. Если предмет был острым (гвоздик, иголка, кусок стекла), он может поранить стенки пищевода, желудка, кишечника, а достаточно крупный—закупорить кишечник и вызвать его непроходимость. Поэтому ребенка необходимо срочно доставить в медицинское учреждение, чтобы сделать рентгеновское исследование. Особенно это важно при жалобах на боль в животе. Ребенку, проглотившему инородное тело, нельзя давать слабительное. Кормить его надо объемной пищей: картофельным, свекольным, морковным пюре, тертым яблоком, кашей, свежим ржаным хлебом.

КРОВОТЕЧЕНИЕ

АРТЕРИАЛЬНОЕ возникает, когда повреждена артерия. Ярко-алая кровь бьет при этом прерывистой струей, фонтанчиком. Надо немедленно вызвать «Скорую», а до ее прибытия постараться как можно быстрее предотвратить опасную для жизни кровопотерю. Прижмите пальцем артерию выше места ранения, а в это время пусть кто-нибудь найдет резиновый жгут, полотенце,

бинт, платок и перетянет прижатое место. Под резиновый жгут надо подложить какую-нибудь ткань. Обязательно запишите, в котором часу вы это сделали, и подложите записку под жгут. Руку или ногу нельзя оставлять перетянутыми более двух часов, и врач должен знать, когда была оказана первая помощь.

ВЕНОЗНОЕ кровотечение возникает при повреждении вен; кровь при этом темно-красная, вытекает равномерной струйкой. Чтобы быстро остановить такое кровотечение, надо наложить на кровоточащий участок стерильный марлевый тампон, поверх него—сложенную в несколько раз марлю и все туго забинтовать. Дальнейшую помощь окажет врач.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ НОСА бывает не только при ушибе, но и при сильном насморке. Уложите ребенка на бок, сделайте холодную примочку на переносицу, прижмите рукой крылья носа. Запрокидывать голову нельзя, так как при этом кровь может затекать в гортань, начнется кашель, возможна даже рвота.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ УША, если оно началось после ушиба, может быть симптомом травмы черепа. Сделайте повязку на ухо и срочно доставьте ребенка в лечебное учреждение в положении лежа на здоровом боку.

ОБМОРОК. Его вызывают чаще всего резкая боль, испуг, недостаток свежего воздуха. Первое, что надо сделать—открыть форточку или окно, расстегнуть воротник, расслабить пояс, то есть обеспечить свободное дыхание и доступ воздуха. Ребенка уложите на спину без подушки, голову слегка поверните набок и положите ноги на свернутый валик из одеяла, подушку. Лицо, грудь слегка смочите холодной водой, но не кладите холод на голову. Дайте понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом, поднося ее к носу не ближе чем на 8—10 сантиметров.

ОЖОГ кипятком, молоком, горячей пищей—результат неосмотрительности взрослых. Чтобы облегчить боль, поспешите подставить обожженный участок тела под струю холодной воды. На нежной коже ребенка может быстро появиться пузырь—его нельзя прокалывать! Не надо смазывать место ожога никакими мазями, посыпать порошками. Чем больше площадь ожога, тем сильнее нарушается общее состояние ребенка и, если ожог сильный и площадь его больше ладони ребенка, вызывайте «Скорую», а до ее приезда прикройте обожженное место чистой марлей, чистой проглаженной салфеткой, простыней, укутайте ребенка в одеяло, давайте ему как можно больше питья.

ОТРАВЛЕНИЕ БЫТОВЫМИ ХИМИЧЕСКИМИ ВЕЩЕСТВАМИ может быть очень опасным, если это ацетон, хлорофос, средства для борьбы с грызунами, анилиновые красители, нафталин. В таком случае ребенку необходима экстренная медицинская помощь. Менее токсичны косметические средства, крем для обуви, фиолетовые и красные чернила, акварельные и масляные краски, парафиновые свечи, крем для бритья, шампунь. Но при отравлении любыми бытовыми веществами необходимо сразу же вызвать у ребенка рвоту, надавив пальцем, черенком ложки на корень языка, дать обильное питье и обратиться за медицинской помощью.

ОТРАВЛЕНИЕ ЛЕКАРСТВАМИ—одно из самых опасных. Оно может проявиться возбуждением или вялостью, внезапно наступившим глубоким сном, нарушением дыхания и сердечной деятельности. Медицинская помощь должна быть экстренной! Если ребенок в сознании, немедленно вызовите у него рвоту. До приезда «Скорой» постарайтесь установить, какое именно лекарство он проглотил и в каком количестве (сколько было таблеток в упаковке до этого, скольких не хватает).

ОТРАВЛЕНИЕ ЩЕЛОЧАМИ И КИСЛОТАМИ сразу же вызывает резкую боль во рту, горле, пищеводе, отек слизистых оболочек губ, полости рта, гортани. Немедленно дайте ребенку как можно больше воды. Если произошло отравление кислотами (уксус, крепкий раствор соляной или другой кислоты), добавьте в воду для их нейтрализации соду (чайную ложку на стакан воды); если щелочами (каустическая сода, моющие средства), слегка подкислите воду лимонным соком, уксусом, лимонной кислотой. При сильных отравлениях дорога каждая минута! Пока один оказывает первую помощь ребенку, другой вызывает «Скорую» или транспорт для того, чтобы везти пострадавшего в больницу.

КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА могут возникать из-за нарушения режима питания (диспепсия), часто они имеют инфекционную природу (сальмонеллез, дизентерия). Поставив диагноз, врач назначает лечение и диету. До прихода врача ребенка лучше не кормить, но каждые 15—30 минут давать ему питье комнатной температуры—чай, воду, овощной отвар. Чем чаще рвота и стул, тем важнее для ребенка питье—оно препятствует опасному обезвоживанию организма и

уменьшает явления интоксикации. Водно-чайную диету надо соблюдать 6—12 часов, потом осторожно пробовать кормить — грудного ребенка уменьшенными порциями (1/2 обычного объема) сцеженного материнского молока или тех молочных смесей, которые он получает. Недостающий объем обязательно следует дополнять чаем, водой. Старшим детям (после 7—8 месяцев) по мере улучшения состояния можно дать кефир, кашу, сухарики, картофельное пюре, фруктовое пюре, лучше всего яблочное: оно содержит пектиновые вещества, которые, разбухая, впитывают слизь и очищают кишечник. Закрепляющих блюд (кисель, рисовый отвар) без указания врача давать не следует.

ОЖИРЕНИЕ развивается преимущественно у детей, которым в избытке дают мучную, жирную пищу, сладости. При ожирении первой степени обычно бывает достаточно привести рацион ребенка в соответствие с возрастными нормами. Если ожирение выражено более сильно (II—IV степень), врач назначает строгую диету с ограничением или исключением высококалорийных продуктов. Но во всех случаях, как правило, возрастная норма белка сохраняется. Это значит, что ребенок должен есть нежирное мясо, рыбу, молоко, кефир, простоквашу, обезжиренный творог. Сразу резко менять рацион ребенка нельзя, ограничения вводят постепенно. Очень важна психологическая подготовка: учите ребенка есть медленно, это способствует чувству насыщения. Кормите его 6—7 раз в день небольшими порциями. Не сажайте за общий стол, если вся семья и гости едят то, чего ребенку нельзя. Давайте ему для утоления голода салаты из огурцов, капусты, сырую морковь, яблоки. Разгрузочные дни детям проводятся только по указанию врача, «голодные» дни запрещаются.

ПИЕЛОНЕФРИТ ОСТРЫЙ — заболевание, при котором требуется строгая диета. В первые дни дают обильное питье — отвары, соки, сладкий чай, свежие фрукты. Особенно полезен арбуз, обладающий мочегонным действием. Затем назначают только молочно-растительную пищу и обязательно овощи, фрукты, соки, компоты. При улучшении состояния ребенка, с разрешения врача в рацион включают мясо, рыбу, творог. Ребенку нельзя давать ничего соленого, жареных блюд, острых приправ, копченостей, цветной капусты, редьки и редиса, шпината, щавеля, крепких бульонов, так как такая пища раздражает мочевыводящие пути.

ПИЕЛОНЕФРИТ ХРОНИЧЕСКИЙ может развиваться в результате затяжного течения острого пиелонефрита у детей с пониженной сопротивляемостью организма, а также в результате нарушений режима питания. Диету обычно соблюдают в течение года после обострения. Из меню исключаются те же блюда и продукты, что и при остром пиелонефрите. Мясо разрешается только нежирное (говядина, курица, кролик), хорошо вываренное: супы — только вегетарианские: сыр — только неострый. Обязательно ежедневно давайте ребенку молоко, обладающее мочегонным действием, кефир, простоквашу.

ГЛОМЕРУЛОНЕФРИТ ОСТРЫЙ лечат в стационаре. В первые дни болезни, для того, чтобы облегчить работу почек, назначают фруктово-ягодную диету. В больницу ребенку не надо передавать ничего, кроме фруктов. Разрешаются яблоки, виноград, арбуз, дыня, а также сахар. После выписки из больницы обычно рекомендуется преимущественно молочно-растительная диета с исключением или ограничением мяса, рыбы, творога и соли. На завтрак можно давать молочные каши, макароны, яйца, кофе суррогатный с молоком. На обед вегетарианский суп (овощной, фруктовый, молочный, картофельный), вторые блюда — отварной или тушеный картофель, овощное пюре, голубцы без мяса, запеканки крупяные, картофельные, макаронные со сметаной, фруктовой подливкой; на полдник фрукты, ягоды, соки, молоко, кефир, ацидофилин, печеные яблоки; на ужин картофель отварной, каши, запеканки, блинчики. Такая диета назначается обычно на 3—4 месяца. Расширяют ее постепенно, количество соли увеличивают не более чем до 1,5 грамма в сутки.

ГЛОМЕРУЛОНЕФРИТ ХРОНИЧЕСКИЙ может развиваться в результате ряда причин, в том числе и из-за нарушения режима питания во время острого заболевания. Диета зависит от состояния ребенка. Если есть отеки, повышено артериальное давление, пища должна быть в основном молочно-растительной, готовят ее без соли. Вкус несоленых блюд можно улучшить, посыпая их укропом, петрушкой, добавляя подливки из фруктовых соков. Полезны богатые калием изюм, курага. Мясо, творог (если разрешил врач) лучше давать в первую половину дня.