



Milí rodičia,

prostredníctvom triednych učiteľov by sme sa Vám radi prihovorili. Vopred ďakujeme Vám i pedagógom za zodpovedný prístup k tomuto otvorenému listu.

Máme spoločný cieľ. Ide nám o to, aby sa všetky naše deti mohli zdravé a živé vracat' do týchto školských lavíc.

Blížia sa dvojmesačné prázdniny, čas radosti detí a čas spoločných dovolení. Pre deti ale prázdniny predstavujú veľké riziko úrazu. V tomto období je 100% nárast detských úrazov.

Najprv niekoľko štatistických údajov:

V Slovenskej republike priemerne ročne zomrie približne 200 detí a mladistvých do 19 rokov, 2 000 detí a mladistvých sa zraní tak, že majú trvalé následky, 20 000 detí je hospitalizovaných a celkovo sa zraní 200 000 detí. Na Slovensku je ročne viac ako 1 000 otráv detí, niekoľko z nich končí aj smrťou.

Počet úmrtí detí z dôvodu úrazu na Slovensku je tak vysoký, že každoročne by bolo možné zavrieť 7 školských tried!

Vychádzajúc z tejto nelichotivej štatistiky chceme Vašu pozornosť upriamiť na hlavné prázdninové riziká a možnosti, ako predísť alebo aspoň znížiť úrazovosť detí.

1. dopravné nehody predstavujú 21% podiel v úrazovosti detí:

1.1. dieťa chodec:

- vie Vaše dieťa správne prechádzať cez cestu? Chodí po ľavej strane cesty, pokiaľ chodník nie je súčasťou cesty? Používa za zníženej viditeľnosti reflexné bezpečnostné prvky? Hrá sa na ceste alebo v jej blízkosti? Hrá sa v blízkosti železničnej trate? Hrá sa v blízkosti vodných tokov a plôch?

1.2. dieťa cyklista:

- cyklistické prilby až v 80% zamedzujú smrteľným úrazom cyklistov. Ročne niekoľko sto detí utrpí vážne úrazy hlavy po páde z bicykla alebo kolieskových korčúl, kolobežky, či skateboardu. Niektoré tieto úrazy končia smrťou a desiatky detí má trvalé následky. Zabezpečte preto, aby Vaše dieťa nosilo pri bicyklovaní vždy cyklistickú prilbu, ktorú bude mať pevne upnutú. Prikazuje to už aj zákon.
- pravidelne kontrolujte technický stav bicykla
- deti nech sa bicyklujú mimo hlavných ciest
- ovláda a dodržiava Vaše dieťa pravidlá cestnej premávky?
- pri jazde na kolieskových korčuliach alebo skateboarde treba vždy okrem prilby používať aj chrániče kolien, laktov a rukavice. Zlomeniny sú najčastejším úrazom detí.

- 1.3. dieťa v motorovom vozidle:
 - správne použitý bezpečnostný pás znižuje riziko usmrtenia až o 61%
 - najčastejšia príčina smrteľných úrazov detí vo vozidle je neprimeraná rýchlosť, najmä na mokrej vozovke
 - na slovenských cestách ročne zomiera okolo 50 detí a mladistvých. Väčšina detí zomiera ako spolujazdec v motorovom vozidle...

- 1.4. rodič motorista:
 - ak zaregistrujete hrajúce sa deti na ceste alebo v jej blízkosti, preventívne znížte rýchlosť svojho vozidla, prípadne dajte o sebe vedieť krátkym aspoň dvojitým zatrúbením
 - deti do veku 12 rokov nevedia správne vyhodnotiť dopravnú situáciu, a tým pádom nemôžu ani správne reagovať
 - dieťa na bicykli alebo na kolieskových korčuliach obchádzajte so zvýšenou opatrnosťou, s odstupom minimálne dva metre a pomaly

2. úrazy v domácnosti predstavujú 36% podiel v úrazovosti detí:
 - zabezpečte si preto bezpečný domov, a čo je taktiež veľmi dôležité, nenechávajte deti samotné doma, je to veľmi nebezpečné. Vo zvýšenej miere dbajte na zabezpečenie vhodného dozoru k Vaším deťom počas vašej neprítomnosti. Pri menších deťoch dbajte na prevenciu pred pádmi, popáleninami (dbajte na prevenciu popálenín aj pri grilovaní v prírode), obareninami, úrazom elektrickým prúdom a otravami. Pri otrave vždy konzultujte poskytnutie predlekárskej prvej pomoci na 24-hodinovej pohotovostnej linke Národného toxikologického informačného centra (www.ntic.sk) 02/5477 4166 alebo 0911 166 066. Mimo dosah detí držte zápalky, lieky, chemické, čistiace a horľavé látky, ostré predmety, prípadne malé predmety, pokiaľ doma máte menšie deti.

3. športové aktivity predstavujú 23% podiel v úrazovosti detí:
 - pri všetkých športových aktivitách nepodceňujte ich špecifické riziká. Do hôr patrí pevná obuv, pršiplášť a náhradné oblečenie. Nepreceňujte svoje sily a schopnosti. Riziko búrok nepodceňujte vo všeobecnosti. Nepodceňujte ani pitný režim, pri pohybových aktivitách detí potrebujú oveľa viac tekutín ako dospelí.

4. pobyt pri vode:
 - na Slovensku sa ročne utopí okolo 20 detí a 130 dospelých
 - veľa detí sa utopí alebo si poškodí krčnú chrbticu pri skoku do neznámej vody
 - deti bez vášho dozoru nikdy nesmú byť pri vode. Až 80% detí sa utopí pri dozore svojich rodičov alebo blízkych. Určite ste si teraz položili otázku, PREČO? Pretože dozorujúca osoba si číta, rozpráva sa, telefonuje, opaluje sa. Dieťa sa v zlomku sekundy a v tichosti začne topiť, a keď skončí napríklad telefonát, už môže byť neskoro na záchranu topiaceho sa dieťaťa. Preto buďte VŽDY pri kúpajúcom dieťati a neustále ho opticky sledujte. Myslite na to, že breh môže byť náhle prudký, tečúca voda je zradná, presne ako more. Do neznámej vody nikdy neskáčte šipku. Kúpať sa nechodte rozhorúčení a najedení. Plávajte popri brehu a aspoň dvaja. Pri člnkovaní vždy používajte záchrannú vestu. Veľký nárast utopení malých detí spôsobuje veľký nárast domácich bazénov a bazénikov. V niektorých krajinách je povinné oplotenie domácich bazénikov.

5. nové prostredie:

- na deti číhajú nové nástrahy a riziká spôsobené zmenou prostredia, napríklad prázdniny u starých rodičov na dedine. Dieťa v novom prostredí nepozná riziká, preto dochádza k zvýšenému počtu úrazov. Najčastejšie úrazy sú pády. Je dôležité, aby sa dieťa v novom prostredí nepohybovalo samo.

V logickom myslení, postrehu, sústreďení a predvídaní nebezpečenstva sa deti k schopnostiam dospelých blížia až po 12-tom roku života, preto bezpodmienečne vedľa seba musia mať zodpovednú dospelú osobu, najlepšie svojho rodiča.

Poznanie rizík a ich eliminácia je kľúčovým faktorom prevencie. Vo Švédsku sa prevencii úrazov detí venujú vyše tridsať rokov a výsledkom je tá skutočnosť, že na úrazy tu zomiera trikrát menej detí ako v našej krajine.

Overte si, či Vaše dieťa vie, kam má zatelefonovať v prípade núdze, a že vie, čo má hovoriť.

Zopakujte si poskytovanie predlekárskej prvej pomoci a naučte ju aj svoje deti. Všetky dôležité informácie z oblasti prevencie úrazov detí nájdete na webstránke www.mladyzachranar.sk.

Žiaden rodič nie je schopný chrániť dieťa na sto percent pred úrazom. Preto nebudme ľahostajní k cudzím deťom a dávajme na ne pozor spoločne, veď sú to naše deti, ktoré my dospelí musíme chrániť.

Ďakujeme za Vašu pozornosť a želáme Vám všetko dobré a Vaším deťom krásne a bezpečné prázdniny!

S úctou

Ing. Samuel Hruškovic

národný koordinátor prevencie úrazov detí a dorastu v SR