

# KISTELEKefi

egészségfejlesztési iroda  
a Kisteleki Kistérségben

---

TÁMOP-6.1.2/LHH/11-B-2012-0002

## Háztartási balesetek és azok megelőzése



A háztartásokban előforduló balesetek száma minden fejlett országban igen magas, Magyarországon legalább évi negyedmillió otthoni baleset történik. Ezek a tények világossá teszik, hogy a háztartási balesetek megelőzése, a veszélyhelyzetek végiggondolása és kivédése az egyik legfontosabb feladat mindannyiunk számára.

A háztartási baleseteknek és sérüléseknek megszámlálhatatlan formája van. Aligha túlzunk, ha azt állítjuk, hogy amit csak el tudunk képzelni, az már előfordult.

Szinte minden veszélyforrást jelenthet. Ilyen az elzárt gyógyszeres doboz, a konnektor vagy egy egyszerű kés és gyufa. A gyerekek nagyok kíváncsiak, nincs veszélyérzetük és ügyetlenek. Sokszor próbálnak segítségünkre lenni az apró kezeikkel, és szeretnének bekapcsolódni a házmunkába.

Hiába a felnőttek szerető gondoskodása, minden családban előfordulnak balesetek. Fontos, hogy ezeket a helyzeteket jól kezeljük, mert a reakciónkon életek is múlhatnak. A háztartási balesetek nagy része megelőzhető, és egy kis odafigyeléssel megüszhatóak a komolyabb sérülések.



## Általános teendők:

- Készüljünk fel az éles helyzetek kezelésére.
- Őrizzük meg ilyenkor is hidegvérünket!
- Koncentráljunk a feladatra, és akadályozzuk meg, hogy félelmeink eluralkodjanak rajtunk.
- Határozott fellépéssel keressük meg a baj forrását, és gondoljuk végig lépésről lépésre a teendőket. A késlekedés nélkül meghozott döntésekkel és azonnali beavatkozással értékes időt nyerhetünk.
- A segélyhívó telefonszámokat tegyük jól látható helyre, és a gyerekeket is tanítsuk meg, hogyan kell mentőt hívni.

## Mérgezéses balesetek

Ez a balesetfajta leginkább a 1-6 éves korosztályt veszélyezteti és az egyik leggyakrabban előforduló háztartási baleset. A mérgezésnek is több típusa van: gyógyszer, marószert vagy étel okozta mérgezésről beszélhetünk. A gyógyszerekre nem véletlenül írják rá, hogy azokat gyermekek elől gondosan el kell zárni. Amint megérti, beszéljünk vele erről, értessük meg vele, hogy miért lehetnek veszélyesek a gyógyszerek. A marószerek okozta mérgezések is többnyire megelőzhetők, ha például a gyermek számára elérhetetlen helyen tároljuk ezeket a veszélyes vegyszereket, és szigorúan a saját, gyári dobozukban, csomagolásukban. (Ne töltsünk semmilyen háztartási vegyszert, veszélyes anyagot, készítményt üdítős vagy más megtévesztő dobozba).

## Okozhatják:

- kozmetikai és tisztító szerek (csábító színes flakonú vegyi anyagok!)
- növények
- gyógyszerek, - halálos kimenetelű lehet: nyugtatók, paracetamol, aspirin félék, kábítószeres, altatók, szívgyógyszerek-,
- vegyszerek,
- asztma gyógyszerek,
- füstök, gázok, gőzök,
- alkohol.

## Mérgezés tünetei:

- mindig gondoljunk mérgezésre, ha a gyermek állapota hirtelen omlik és görcs, tudatzavar, fura viselkedés jelentkezik,
- nagyon hirtelen alakul ki hányás, hasmenés, sokkos állapot, vérhányás,
- véres széklet,
- szokatlan szagú a gyermek lehelete,
- ruhafolt, maródás van a bőrön, nyálkahártyán.
- a lúg puha felmaródást, duzzadt nyálkahártyát okoz,
- a sav száraz, pörkös felmaródást okoz és nincs duzzanat,
- mérgek szaga érződik a gyermek leheletéből, hányadékából, vizeletéből,
- 1-5 éves korú a kis beteg.

# Mérgezés - elsősegély: méreg eltávolítása, kimentés

- **Szemen keresztüli mérgezés:** minimum 15 percig tartó bőséges folyóvízzel való kimosás.
- **Bőrön át:** ruhák eltávolítása után folyóvizes szappanos lemosás (haj, köldök, körmök is!), ellenszert helyileg ne alkalmazzunk!
- **Szájon át:** eltávolítás (hánytatás, hashajtás), megkötés, közömbösítés aktív szénnel). Hánytatás csak orvosi felügyelettel, meleg vizes itatás, mechanikus ingerlés csak konzultáció után, mivel a hánytatás ellenjavallt maróanyaggal történő mérgezés esetén ill. ha a beteg kómás vagy görcsöl!
- **Gázmérgezés esetén** kimentés.

## 1. Sav vagy lúg mérgezés

### Tünetei:

- Ha véletlenül savat vagy lúgot ivott a gyermek, kezdetben nagyon erős fájdalmat panaszol a szájban, garatban, a szegycsont mögött, esetleg a gyomortájékon.
- Hányinger, hányás jelentkezik.
- Légszomj léphet fel.
- Bőséges nyálfolyás.
- A szájban és garatban fehéres, felmaródott területeket látunk.
- A nyálkahártya erősen duzzadt, fellazult, vérbő.
- Gégevizenyő alakulhat ki súlyosabb esetben.

### Kezelése:

Ha lehetséges, nagy mennyiségű folyadék itatása (tej, olaj, stb.). **Lúgmérgezés esetén** citrus-félék levének itatása, hígított (2%-os) ecet. **Savmérgezés esetén**

valamilyen savkötő, semlegesítő (csak 2 órán belül van értelme). Szódabikarbóna tilos! Hánytatás tilos!

## 2. Gyógyszermérgezés

Gyerekek esetében nem beszélhetünk szándékos gyógyszermérgezésről. Ők kíváncsiságból vagy figyelmetlenségből szednek be helytelen mennyiségű dózist. Ennek többnyire nincs szemtanúja. Nem szabad a gyerek számára elérhető helyen tárolni a gyógyszereket. A nagyszülőknél legyünk fokozottabban óvatosak.



### **Tünetei:**

- hányás, légzési nehézség,
- eszméletlenség és rángógörcs.

### **Teendők:**

- Éber mérgezettnél próbáljuk meg a hánytatást és itassunk, a gyerekekkel meleg vizet,
- Mérgezés gyanúja esetén azonnal forduljunk orvoshoz.
- Jó, ha nálunk van az az anyag, amely a mérgezést okozta. Ha tehetjük, vigyünk magunkkal belőle, (ha csak a dobozát is), nem elég megjegyezni a nevét.
- Minél előbb történik meg a gyomormosás, annál inkább csökkenthető a felszívódás.

- Ha tudjuk, hogy lenyelt valamilyen mérgező bogyót vagy nagy mennyiségű gyógyszert, már az orvos érkezése előtt mi is hánytathatjuk.
- Eszméletlen vagy hányó gyereket sose fektessünk hanyatt, s ne ültessünk fel, mert a hányástól is megfulladhat. Stabil oldalfekvésbe kell helyezni, amíg orvosi ellátást nem kap.

### 3. Égés, forrázás

Ezeknek az eseteknek a jelentős részét megelőzhetjük, de ha megtörténik a baj, elsősorban a veszélyt kell elhárítanunk.

#### Teendők:

- Az otthoni ellátást hűtéssel lehet megoldani.
- A sérült bőrre engedjük hideg vizet legalább 20 percig,
- majd steril fedőkötéssel akadályozzuk meg a fertőzések kialakulását.
- Az égés fokozatától és a sérülés nagyságától függ, hogy szükséges-e mentőt hívunk.
- Nem szabad a sebre semmit szórni.



## 4. Félrenyelés, lenyelt tárgy a légútban

Ez a veszély főleg a három éves kor alatti gyerekeket érinti, de érdemes erre a helyzetre a nagyobbaknál is felkészülni. Ha nincs szemtanúja a tárgy lenyelésének, akkor a hirtelen kezdetű köhögés és fulladás tünete alapján következtethetünk erre.

### Teendők:

- Ha még tud a gyerek hangot kiadni, akkor hatásos lehet a köhögés.
- Súlyosabb esetben hívjunk mentőt,
- Eszméletlen gyereknél próbáljuk ujjunkkal eltávolítani a légútból az idegen tárgyat.
- A mellkas kompresszió is hozhat pozitív eredményt.
- A hiedelmekkel ellentétben nem szabad ilyenkor fejfelé lóbálni a gyereket, vagy a filmekből látott házi gégemetszést alkalmazni.

## 5. Állatharapás

Szülői felügyelet nélkül lehetőleg ne hagyjuk gyerekünket állat társaságában. Tanítsuk meg neki, hogyan bánjon a házi állatokkal.





### **Teendők:**

- Sérülés esetén tisztítsuk meg a sebet és fertőtlenítsük.
- Erős vérzésnél szorítsunk steril gézt a sérülésre és alkalmazzunk nyomókötetést.
- Ha nincs az állat beoltva, menjünk orvoshoz.
- Ha a seb túl nagy vagy arcon, nyakon, kézen és ízületek közelében található, akkor is vegyük igénybe az orvosi segítséget.

### **Egyéb hasznos információk**

1. A sütés és főzés során lehetőség szerint nyissuk ki a konyhai ablakot, még akkor is, ha hideg tél van. Ez főleg akkor fontos, ha gáztűzhelyt használunk, hiszen a főzés során termelődő szén-dioxid túl nagy mennyiségben életveszélyes lehet. Lehetőség szerint teljesen nyitható ablak legyen a konyhában is.
2. A gázt, ha már nem használjuk, kapcsoljuk ki. Ugyan így a villanytűzhelyt is. Így nem csak az égési veszélyt akadályozzuk meg, de spórolhatunk az energiával is.



3. Az elektromos konyhai kisgépeket csúszásmentesen, száraz felületen használjuk.
4. A darálók, aprítók használata során nem szabad a munkafolyamatot kézzel gyorsítani (pl. darálóba nem toljuk az aprítanivalót kézzel).
5. Használat után a kisgépeket azonnal áramtalanítani kell. Kihúzásnál a gép csatlakozódugóját kell megfogni és kihúzni. A vezetéket megrántani nem szabad.
6. Gyerekek csak akkor segítsenek a konyhai feladatokban, ha már biztonsággal kezelik a kisgépeket, de akkor is kizárólag szülői felügyelet mellett.



7. Figyeljünk a konyha tisztaságára. A padlóra leeső ételdarabok, vagy lecsepegő folyadékok csúszás, és baleset veszélyesek.
8. A tűzhelyre helyezett nyeles edényeket úgy használjuk, hogy a nyele ne lógjon túl a tűzhely szélénél. A kilógó nyelekbe beleütközhetünk, és könnyen leforrázhatjuk magunkat.
9. A fedővel ellátott edényeket óvatosan emeljük le. Legjobb, ha csak résnyire emeljük fel egy oldalon, közben a fejünket eltartjuk a felcsapó gőz irányától. Praktikus, ha üvegfedővel ellátott edényekben és

lábosokban főzünk, hiszen így folyamatosan szemmel tarthatjuk a készülő ételt, és nem kell pánikszerűen emelgetni a fedőt.

10. A magas fokra felhevült tepsikhez és edényekhez sütőkesztyűvel nyúlunk csak, így elkerülhető a kéz megégése, felhólyagosodása.



További praktikus tanács, hogy az étel mennyiségének megfelelő méretű lábosokat használjunk. A túl nagy lábosokban tovább tart a kis mennyiségű étel elkészítése. Gáztűzhely esetében a gázláng ne érjen túl lehetőség szerint az edény oldalán, mert így már a levegőt is melegíti, nem csak az ételt.

**Vigyázzunk magunkra, vigyázzunk a környezetünkben élőkre!**



## **Kisteleki Téségi Egészségfejlesztési iroda**

6760 Kistelek, Kossuth u. 19.

[www.efi.kistelekmed.hu](http://www.efi.kistelekmed.hu)

62/258-455

### **Nyitvatartási idő:**

**Hétfő: 9:00-16:00**

**Kedd: 9:00-16:00**

**Szerda: 9:00-16:00**

**Csütörtök: 9:00-16:00**

**Péntek: 9:00-13:00**