



מאמר

עזרה ראשונה לקטנטנים

תאונות וחבלות הן סיבת המוות העיקרית בילדים ובמתבגרים, כמיליון ילדים נפגעים מידי שנה בתאונות שונות והדקות הראשונות הן קריטיות. ד"ר עודד פוזננסקי, רופא בכיר ביחידה לרפואה דחופה במרכז שניידר לרפואת ילדים, נותן לנו טיפים לעזרה ראשונה בילדים.

כלל ראשון, והחשוב מכל, לפני כל פעולה אחרת הזעיקו עזרה, קראו לעזרה בבית, ברחוב, בטלפון 101 ומסרו פרטים מדויקים והזעיקו אנשים נוספים. בשלב השני אפשר להתחיל במתן עזרה. זיכרו, אל תבצעו פעולות שאינכם בקיאים בהן, אתם עלול לגרום לנזקים.

החייאה

ילד שאינו נושם והוא חסר דופק, יסבול מנזק מוחי קשה ומוות אם לא יטופל מיידית, ולכן חשוב מאוד להזעיק עזרה מיד. אופן הטיפול תלוי בגורם למצבו, לגילו ולנסיבות המקרה. במקרה בו נדרשת החייאה, יש לשמור על מספר עקרונות בסיסיים:

- אין לשפוך מים על ילד מחוסר הכרה, המים עלולים להישאף לריאותיו של הילד.
- אין להכניס אצבע לפיו, בחשד לשאיפת גוף זר הנטייה היא לעיתים להכניס אצבע ולהוציאו. פעולה זו מסוכנת והיא עלולה לדחוק את הגוף הזר לריאות ולגרום לחסימה. יש לבצע פעולה ע"ש היימליך, זו טכניקה של עזרה ראשונה להוצאת עצם שנשאף באדם שנחנק. טכניקה אשר מתבצעת על ידי חיבוק האדם מאחור וביצוע תנועות דחיפה כלפי מעלה כשידי המבצע אחוזות מתחת לעצם החזה של המטופל.
- כדאי להשכיב את הילד על הצד ולנסות לפנות הפרשות מפיו. כך יתמתן הסיכוי לשאיפת חומרים וגופים זרים.
- ניתן לעבור קורסי החייאה לילדים בסניפי מד"א ברחבי הארץ, בטיפות החלב, במרפאות קופ"ח, וכן בחלק מבתי החולים. אי אפשר ללמוד החייאה מספרים או בהתכתבות ולכן המאמץ כדאי.

חתכים

מטרת הטיפול בחתך היא הפסקת הדימום ומניעת זיהום והצטלקות. אם החתך שטחי, אינו מדמם, אינו בשטח הפנים או הראש ואין חשש לגוף זר באזור, ניתן להימנע מתפירה. יש ללחוץ על החתך עם בד או תחבושת, לרחוץ היטב במים ובסבון, למרוח משחה אנטיספטית ולכסות באגד או פד גאזה. יש לבדוק תכופות את החתך ולחפש סימני זיהום: אודם, נפיחות או הפרשה.

אם החתך גדול, עמוק, ממשיך לדמם אחרי הפעלת לחץ במשך 10 דקות, שוליו בלתי סדירים או הוא מערב את אזור הפנים והראש, יש לפנות מיידית לעזרה רפואית. גם חתכים, שנגרמו מנשיכה או חפץ מזוהם, מצריכים פנייה לרופא. אין להוציא גוף זר מפצע, לעיתים הגוף הזר עצמו מונע דימום רב, לכן במצב כזה יש לפנות לחדר המיון. בנוסף, כדאי להתייעץ עם הרופא לגבי חיסון לטטנוס.

כוויות

כוויות מתחלקות לשלושה סוגים בהתאם לחומרתן: כוויות מדרגה ראשונה יש אודם עורי ללא שלפוחיות, בדרגה השנייה יש אודם ושלפוחיות, וכוויות מדרגה שלישית הן עמוקות ובד"כ דורשות טיפול רפואי מורכב וממושך.

מספר דברים חשובים לגבי הטיפול בכוויות:

- יש להניח את אזור הכוויה מתחת למים קרים זורמים מהברז למספר דקות, פעולה זו מקטינה את עומק הכוויה ומקלה על הכאבים.
- יש לכסות את איזור הכוויה בבד נקי, ולא בצמר גפן.
- כוויות קלות מדרגה ראשונה, יש לרחוץ מידי יום במים ובסבון, ניתן לחבוש את המקום בעזרת גאזה ולקבל מהרופא משחה מתאימה.
- אל תנסה להוריד בגד באזור הכוויה, גש מייד למיון.
- יש להחיש את הילד לחדר המיון במקרים הבאים: בכוויה מדרגה שנייה ומעלה, בכוויה המשתרעת על אזור נרחב, כוויה המערבת את הפנים, הגפיים או אברי המין ובכוויה שמקורה במכת חשמל.

התחשמלות

מגע עם זרם חשמלי עלול לגרום לכוויות, להלם ואף למוות. ראשית חכמה, יש לדאוג לכיסוי כל השקעים בבית וללמד את הילדים כי "לא מתקרבים לחשמל".

במקרה של התחשמלות, יש לנתק מגע בין הילד למקור החשמל. אסור לעשות זאת בידיים חשופות כי אז נשקפת סכנת התחשמלות גם למגיש העזרה. ניתן להשתמש בחומר שאינו מוליך חשמל כמו עץ או פלסטיק, ולעולם לא ברגליים יחפות או רטובות. לאחר ההתחשמלות, גם אם הילד נראה בריא, יש צורך לפנות לבדיקה בחדר המיון. לעיתים מופיעות הפרעות קצב לבביות בשעות שאחרי האירוע.

הרעלות

בכל בית קיימים חומרים רעילים לילדים, החל בתרופות וכלה במוצרי מזון וחומרי ניקוי. יש לאחסנם הרחק מהישג ידם של ילדינו ויפה שעה אחת קודם.

במקרים בהם בלע הילד חומר רעיל חשוב להקפיד על הדברים הבאים:

- אין לגרום להקאה: חומרים רבים כמו נפט וחומרי ניקוי מסוימים יגרמו לנזק במערכת העיכול במגע הנוסף איתה. יש להגיע לחדר המיון ו/או להתקשר למרכז ההרעלות בחיפה בטלפון: 04-8541900 לקבלת יעוץ. עד אז ניתן לתת לילד בהכרה

כוס חלב.

- חשוב להביא את אריזת החומר שנבלע או לפחות פרטים מדויקים של הרכבו, לחדר המיון. כך ניתן יהיה להתחיל בטיפול הנכון ובזמן.

טביעה

ילדים יכולים לטבוע במים רדודים מאוד ואפילו באמבטיה. לעולם אין להניח לילדים קטנים להיות במים או בקרבתם לבדם ללא השגחה. במקרים של טביעה יש לבצע את הפעולות הבאות:

* אם הילד מחוסר הכרה ואינו נושם יש להתחיל בהנשמה מפה לפה עם הוצאתו מן המים ועד להבאתו למתקן רפואי. לילדים יכולת מופלאה לשרוד לאחר טביעה, בייחוד במים קרים.

* יש לקחת בחשבון פגיעת ראש וצוואר ולהגן על עמוד השדרה הצווארי.

* הקאה שכיחה מאוד כי הבטן מתמלאת במים, אם הילד מקיא יש להניחו על הצד כשפניו מופנים למטה.

* במידת האפשר יש להסיר את הבגדים הרטובים ולחמם את הילד שטבע בכדי למנוע מחום גופו לרדת.

דימום מהאף

דימום מהאף שכיח מאוד בילדים ובדרך כלל מדובר בדימום קל, שאינו מסכן חיים. הדימום נגרם מפגיעה בנימים המצויים בתוך האף, והסיבות לכך יכולות להיות חיטוט באף או אוויר יבש. במקרים נדירים הסיבה היא הפרעת קרישה או יתר לחץ דם.

במידה והילד סובל מדימום באף, כדאי לנקוט בפעולות הבאות:

* יש להושיב את הילד כשפניו קדימה, אסור להטות את הראש לאחור מחשש לחסימה בנתיב האוויר. יש להפעיל לחץ על האף למספר דקות עד שהדימום פוסק.

* אם הדימום לא פסק אחרי 15 דקות יש לפנות לעזרה רפואית, לעיתים צורבים את כלי הדם המדמם.

נשיכות ועקיצות

נשיכות ועקיצות גם הן שכיחות בקרב ילדים ומתרחשות בטיולים, בבית, בגן השכונתי או בכל מקום אחר.

במקרה של נשיכות ועקיצות חשוב להקפיד על הדברים הבאים:

1. בכל נשיכה יש להיוועץ בצוות רפואי. לשטוף את האזור במים ובסבון. ולפנות ללשכת הבריאות המחוזית להמשך טיפול.
2. לאחר עקיצת דבור אין לשלוף את העוקץ אלא לגרדו עם קצה סכין או כרטיס אשראי. אם מופיע קוצר נשימה, נפיחות בפנים ובשפתניים או קשיי בליעה יש להבהיל את הילד בדחיפות לחדר המיון או להזעיק אמבולנס, כי אז מדובר בתגובה אלרגית קשה.

פרכוסֵי חוֹם

פרכוסים בזמן חום הם אירוע יחסית שכיח בילדים ולרוב אף אינו מסוכן. ההחלמה ממנו מלאה, ואין בעיות נוירולוגיות בעקבותיו. אך יחד עם זאת מדובר באירוע מפחיד, שההורה המודאג מתקשה לתפקד בו בקור רוח.

בזמן פרכוסי חום כדאי להקפיד על הדברים הבאים:

* הניחו את הילד המפרכס על צידו כשפיו כלפי מטה.

* הזעיקו עזרה רפואית

* אל תשפכו מים על הילד.

* בילד הנוטה לפרכוסי חום, יש להוריד חום כבר מטמפרטורת גוף של 37.5 ע"י אקמול,

נורופן, אדויל וכיו"ב וע"י אמבטיות פושרות ולא קרות.

* אין להשתמש בחומץ או אלכוהול.

חבלת ראש

לאחר חבלת ראש גם אם מדובר בחבלה קלה נדרש מעקב אחרי הילד. חשוב לא לתת

לילד תרופות נגד כאבים או משהו לאכול.

במקרים הבאים חובה להגיע לחדר מיון:

* אם החבלה הייתה קשה או הנפילה התרחשה מגובה רב.

* כאבי ראש עזים

* בחילות ו/או הקאות

* שינויי התנהגות אשר נתאפיין באי שקט או אפטיה

* חתך הדורש איחוי

* תינוקות אשר גילם קטן מגיל שנה.

בשאר המקרים יש להגיע לבדיקה אצל הרופא המטפל ולהשגיח על הילד 48 שעות.

לסיכום

איננו יכולים לאחסן את ילדנו בחדר שכולו צמר גפן ולהגן עליהם מפני כל הסובב אותם,

לכן מוטב שנדע מה לעשות במקרה הצורך. בנוסף לכך, כדאי לדאוג לתיק עזרה ראשונה

בכל בית אשר יכיל את הדברים הבאים:

* אגד מדבק מכמה סוגים ומכמה גדלים.

* חומר חבישה, תחבושת ופלסטר להדבקה.

* משחה לטיפול בכוויות כגון: סילברול.

* משחה אנטיספטית כגון: פולידין.

* אקמול, נורופן או אדויל.

* יוד.

רק בריאות !