VILNIUS SVEIKIAU

SAUGUS ELGESYS SU VAISTAIS

APSINUODIJIMŲ VAISTAIS PREVENCIJA

VAIKŲ APSINUODIJIMAI MEDIKAMENTAIS

Vieni dažniausiai apsinuodijančių medikamentais yra **mažyliai nuo 1 iki 3 metų**. Šie vaikai labai smalsūs. Ropoja ar laksto po namus ir viską, kas ne vietoje, kas nukritę ant žemės, jie linkę dėtis į burną.

Darželinukai ir pradinukai (**5-8 metų vaikai**) jau **žino**, kad **vaistų imti negalima** ir dažniausiai to nedaro.

Nuo 11 metų amžiaus atsiranda tyčiniai apsinuodijimai, daugiausia apsinuodijama alkoholiu, psichotropinėmis medžiagomis.

VAISTŲ LAIKYMAS NAMUOSE

Suaugę yra atsakingi už saugią namų erdvę, **vaistai** turėtų būti **nepasiekiami mažamečiams**.

- Vaistus laikyti **vaikams nepasiekiamoje vietoje**.
- Geriausia, jei jie būtų **užrakinti**.
- Būtina pasakoti vaikams, kad **tabletė – ne saldainis**.
- Namuose neturėtų būti didelių vaistų atsargų.
- Būtina vaikams aiškinti, kad jei suvalgo / paragauja vaistų, **nebijotų tėvams** apie tai **prisipažinti**.

Apie tai būtina pasikalbėti ir su artimaisiais, pvz., seneliais, pas kuriuos dažnai atostogauti, paviešėti ilgesniam laikui važiuoja vaikai.

SAUGUS ELGESYS SU VAISTAIS

- Būtina triskart **patikrinti vaisto pavadinimą ir dozę**, kurią ruošiatės duoti vaikui. Paėmus vaistų būtina užkimšti buteliuką ir paslėpti. *Kol sugirdysite vienam vaikui vaistų, kitas jau gali būti šalia spintelės, kur palikote vaisto buteliuką.*
- **Nepalikite vaistų kišenėse, rankinėse.** *Svečių rankines padėkite vaikams nepasiekiamoje vietoje.*
- **Nenuplėškite etikečių nuo vaistų pakuočių**.
- **Nepalikite vaistų** kaip priminimo juos vartoti, ***geriau užrašykite raštelį matomoje vietoje***.
- **Vaikas niekada neturėtų nešti vaistų**, **pats pasiimti** vaistus ar dalyti kitiems.
- Neduokite kitam vaikui vaistų, kurie nebuvo skirti jam, nors simptomai būtų ir panašūs, prieš tai nepasikonsultavę su gydytoju.
- Vaikai mėgsta mėgdžioti suaugusius, todėl **niekada negerkite vaistų matant vaikams**.
- **Nevadinkite** vaistų **saldainiais** ar saldumynais – *vaikas ateityje neatskirs jų*.
- **Neleiskite** vaikams **žaisti tuščiomis** vaistų **pakuotėmis** – *vaikas bus įsitikinęs, kad tai saugu*.
- Nemokykite vaikų atidaryti specialių saugių kamštelių. Jie yra saugūs, bet neatsparūs. *Vaikai yra išradingi, ir mums sunku suprasti tai, ką gali prisigalvoti mažieji tyrinėtojai.*
- Niekada **neimkite vaistų tamsoje**, *galite suklysti bei paduoti ne tų vaistų ar netinkamą dozę.*

YPAČ PAVOJINGI VAISTAI VAIKAMS

Būtina žinoti, kad yra keliolika vaistų, kurių vaikui prarijus net labai mažą kiekį, išsivysto gyvybei pavojinga būklė!!!

Trys mirtinai pavojingų vaistų grupės:

- Širdį veikiantys vaistai. Mažinantys kraujospūdį.
- Antidepresantai.
- Vaistai diabetui gydyti.

Ypač pavojingi vaistai:

- Teofilinas – vaistas astmai gydyti,
- Fenotiazinas ir kiti antidepresantai,
- Kamparas – yra daugelio šildomų tepalų sudėtyje,
- Kodeinas – malšinantis kosulį vaistas,
- Antihistamininiai vaistai – naudojami alergijai gydyti.

SIMPTOMAI APSINUODIJUS VAISTAIS

- Jei tai psichotropiniai vaistai, pirmiausia **pasikeičia vaiko psichika**. Jis pasidaro **mieguistas**.
- Gali pradėti **svirduliuoti,** sutrinka koordinacija.
- **Staiga atsiradę negalavimai**: pilvo skausmas, pykinimas, vėmimas, galvos svaigimas, prakaitavimas.
- **Pasikeičia elgesys**.
- Kai kurie vaikai gali pradėti matyti **haliucinacijas**. Jei kalba, pasako ką nors keisto *(„sienos griūna“, „tėti, tavo galva keista“ ir pan.).*
- Labai **pavojingas mieguistumas iki nepažadinamo miego**, **koma**. Šiuo atveju būtina **kviesti greitąją**.

Valstybinės vaistų kontrolės tarnybos prie SAM
Apsinuodijimų informacijos biuras

APSINUODIJAI?
Skambink telefonu
8-5 236 20 52
Profesionali pagalba telefonu apsinuodijus teikiama visą parą

PIRMA PAGALBA APSINUODIJUS VAISTAIS

- Jei žmogus **nesąmoningas**, nedelsdami skambinkite bendrosios pagalbos **telefonu 112**.
- Apsinuodijus žmogui, nelaukite, kol jis ims negaluoti, **paskambinkite į Apsinuodijimų informacijos biurą** ir pasitarkite, kaip elgtis toliau.
- Jei apsinuodijęs žmogus sąmoningas, visada galite duoti atsigerti paprasto vandens. Vaikui apie 5 ml kilogramui kūno masės, bet ne daugiau kaip 200 ml, pvz., 20 kg sveriančiam vaikui apie 100 ml. Suaugusiam asmeniui duokite išgerti stiklinę vandens.
- Nevimdykite nukentėjusiojo, kartais taip galite tik pakenkti. Būtina atminti, kad ikimokyklinio amžiaus vaikams arba pacientams, kurių sąmonė sutrikusi, skrandį plauti gali tik sveikatos priežiūros specialistai.
- Jei sąmonės būklė blogėja ir prasideda vėmimas, paguldykite ligonį ant kairiojo šono, kad galėtų lengvai kvėpuoti ir nepaspringtų, nedelsiant **kvieskite greitąją medicinos pagalbą**.
- Namų **vaistinėlėje** turėkite bent **50 g aktyvintosios anglies**, kad specialistui rekomendavus galėtumėte sugirdyti apsinuodijusiajam. ji veiksmingiausia, kai skiriama per pirmąją valandą. Suaugusiajam turėtų būti skiriama apie 50 g aktyvintosios anglies arba viena pakuotė geriamosios suspensijos granulių. Vaikams aktyvintoji anglis skiriama po 0,5-1 g kilogramui kūno masės (pvz., 20 kg sveriančiam vaikui reikalinga 10-20 g arba 50-100 tablečių po 250 mg).
- Jei įmanoma, **suraskite ir išsaugokite VISAS vaistų pakuotes**, kad galėtumėte kuo tiksliau įvardinti, kokiais vaistais apsinuodyta, jų kiekius bei stiprumą.

Valstybinės vaistų kontrolės tarnybos prie SAM
Apsinuodijimų informacijos biuras

TAISYKLIŲ MOKYMAS:

- **neragauti** nežinomų vaisių ir uogų, kitų produktų **neatsiklausus suaugusiųjų**.
- cheminiai produktai, net jei primena jų kasdien vartojamus saldainius ar vitaminus gali kelti rimtą pavojų. **Ne viską, kas skaniai atrodo, galima valgyti.**
- reikia **atsiklausti** suaugusiųjų (tėvų, auklėtojos) prieš ką nors suvalgant ar išgeriant.
- jei rado neaiškų daiktą, būtina nunešti **parodyti suaugusiems** (tėvams, auklėtojai).
- svarbu, kad vaikas **pasisakytų tėvams** apie suvalgytus vaistus, kad tėvai nesumenkintų šio įvykio.

Daugiau informacijos apie apsinuodijimų priežastis ir prevenciją, rasite paspaudę:

apsinuodijau.lt saugauvaika.lt

VILNIUS SVEIKIAU

Parengė Ikimokyklinio ugdymo įstaigų skyriaus visuomenės sveikatos specialistė Ana Jurgelevičienė