



RESCUE TEAM SLOVAKIA  
občianske združenie

*Motto:  
Každý život sa ráta...  
Ako vždy, ide o sekundy...*

## **Milí rodičia, milí priatelia,**

radi by sme sa Vám prihovorili pred letnými prázdninami.

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

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!

Kedže mnohí z Vás sú aj motoristi, k údajom doplníme aj nehodovosť na cestách. Na slovenských cestách ročne zomiera viac ako 600 účastníkov cestnej premávky, z toho 60 je detí a mladistvých. Zo sto šoférov pri autonehode zastaví iba desať šoférov, a iba jeden šofér z desiatich ovláda improvizovanú prvú pomoc, nie adekvátne. Pri poskytnutí adekvátnej prvej pomoci pri autonehodách v SR by sa približne 300 obetí dalo zachrániť.

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:

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? Alebo hrá sa na bezpečných miestach?

### 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.  
(Pri jazde na kolieskových korčuliach alebo skateboarde treba vždy okrem prilby používať aj chrániče kolien, laktov a rukavice. Zlomeniny sú najčastejším úrazom detí.)

- pravidelne kontrolujte technický stav bicykla
  - deti nech sa bicyklujú mimo hlavných ciest
  - ovláda a dodržiava Vaše dieťa pravidlá cestnej premávky?
  - ak staršie dieťa jazdí za zníženej viditeľnosti, má osvetlený bicykel?
- 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
- 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 zatrubením
  - 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 popálení 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](http://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 deti 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, opaľuje 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, sústredení a predvídaní nebezpečenstva sa deti k schopnostiam dospelých blížia až po 12tom 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.zachranari.sk](http://www.zachranari.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.

Boli by sme veľmi radi, keby sme sa k Vám mohli aj takýmto spôsobom ešte prihovoriť, nakoľko Ministerstvo zdravotníctva SR, kancelária Svetovej zdravotníckej organizácie na Slovensku a Rescue Team Slovakia v spolupráci s Ministerstvom vnútra SR, Ministerstvom dopravy, pôšt a telekomunikácií SR, Ministerstvom školstva SR, Ministerstvom práce, sociálnych vecí a rodiny a ďalšími odbornými partnermi pripravuje Národný plán prevencie úrazov detí a dorastu. Prevencia úrazov detí na Slovensku bude neúčinná, pokiaľ sa do nej nezapojí každý z Vás!

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 u detí a dorastu  
RESCUE TEAM SLOVAKIA  
Antona Bernoláka 436  
013 03 Varín  
Tel.: 0918 511 133  
Email: [rescue@rescue.sk](mailto:rescue@rescue.sk)  
Web: [www.mladyzachranar.sk](http://www.mladyzachranar.sk), [www.112.sk](http://www.112.sk)

GENERÁLNY PARTNER RESCUE TEAM SLOVAKIA JE SPOLOČNOSŤ **TEMPUS GROUP**

**TEMPUS**  
GROUP

[www.tempus.sk](http://www.tempus.sk)