



Slimību profilakses un
kontroles centrs

Līdz 1 gada vecumam

Publicēts: 08.04.2020.



Bērna piedzimšana ikdienas dzīvē ievieš lielas pārmaiņas – jaunajiem vecākiem īsā laika posmā jāapgūst daudz jaunas informācijas, jāveido jauni paradumi un jāatceras neskaitāmi ieteikumi, lai mazulis izaugtu vesels un laimīgs.

Katru dienu bērns iepazīst pasauli ar visām maņām – pētīt ar acīm, ar tausti, pagaršojot un pasmaržojot, uzmanīgi klausoties. Šajā straujajā izziņas procesā bērns līdz 1 gada vecumam, vecākus var pārsteigt ar savu uzvedību – spēju aizsniegties tālāk, rāpot ātrāk, paraut stiprāk.

Statistika liecina, ka 9 gadījumos no 10 bērni šajā vecumā traumas gūst tieši mājās – visbiežāk vecāku neuzmanības un nedrošas vides rezultātā. Lai pasargātu savu bērnu no traumām fiziskajām (lūzumi, rētas, invaliditāte) un psiholoģiskajām sekām, zemāk lasi ieteikumus, kam īpaši pievērst uzmanību savās darbībās un iekārtot māju tā, lai bērnam droši.

Pat, ja visus ieteikumus atcerēties uzreiz nespēsi, ielāgo pašu svarīgāko

pieskati bērnu un nenovērsies no viņa ne uz mirkli!

IETEIKUMI, KO TU VARĒTU DARĪT, LAI NOVĒRSTU:

klikšķini uz ikonas, lai uzzinātu vairāk



Kritieni

[Skatīt vairāk](#)



NOSMAKŠANU

[Skatīt vairāk](#)



SAINDĒŠANOS

[Skatīt vairāk](#)



APDEGUMUS UN
APPLAUCĒJUMUS

[Skatīt vairāk](#)



AIZRĪŠANOS

[Skatīt vairāk](#)



KRATĪTĀ BĒRNA SINDROMU

[Skatīt vairāk](#)

PAPILDUS INFORMATĪVIE MATERIĀLI



BĒRNU TRAUMATISMS



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA



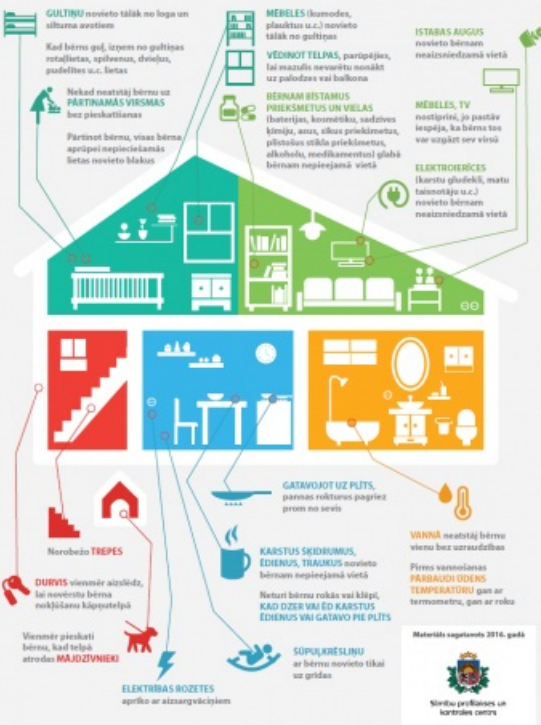
ZĪDAIŅU PĒKŠNĀS NĀVES SINDROMS

Kā to novērst?



LATVIJAS REPUBLIKAS
VESELĪBAS MINISTRIJA

Parūpējies par bērna drošību mājās!



ZĀĻU DROŠA UZGLABĀŠANA, JA MĀJĀS IR BĒRNS

NEAIZMIRI PAR PAREIZU UN DROŠU ZĀĻU UZGLABĀŠANU.

Neatbilstoši iepakojums vai pārdozēšanas, ZĀĻES VAR IZSAISTĪT SAINDĒŠANOS VAI PAT NĀVI.

Mazie bērni pasāka izņemt visu neparasto, ZĀĻU NOGARIŠOŠANA IR BĪSTAMA BĒRMA VESELĪBAI UN DZĪVĪBAI.

Latvijā 2016. gadā ar zālīm SAINDĒJĀSIES 22 BĒRNI vecumā līdz 5 gadiem.

DROŠĪBAS PASĀKUMI

Ja domā atstāt zāles, **NOVIETO** to bērnam nepieejamā vietā.

UZGLABĀ ZĀLES ORIGINALĀS IEPAKOJUMOS bērnam nepieejamā vietā - oriģinālā skapī vai atslēgtā.

Kad beidzies zāļu derīguma termiņš, **NODOD TĀS** APTEIKĀ UTILIZĀCIJAI.

Atstājot bērnu pie vecvecākiem vai citiem ciemiņiem, **PĀRLIECINIES, KA CITU PĒRŠŅŪ ZĀĻES NEATRODAS BĒRMAI PIEEJAMĀ VIETĀ.**

PAZĪMES, KAS VAR LIECINĀT PAR SAINDĒŠANOS AR ZĀĻĒM:

- 1. Miegātrība, reibonis, pazemināta ķermeņa temperatūra, liels un virspusējs elpošana
- 1. Slikta dūša, vemšana, vēdera sāpes, galvassāpes, krampji, ātra elpošana, slihta orientācija apkārtnēji vietā
- 1. Dirdzes, redzes traucējumi, ieteikta svīšana, bezsamaņa
- 1. Platas acu dībeļi, sausu muti, halucinācijas

NEATLIEKAMO MEDICĪNISKO PALĪDZĪBU 113

KĀ RĪKOTIES:

- Pirms lietot zāles, izskalo bērnu muti un dod viņam maigiem maucītiņiem pūsteršus līdz 100 ml ūdenim.
- Saglabā lietoto zāļu iepakojumu, lai ārsts būtu ziņams to sastāvs.
- Nemūģīgi saviem spēkiem provocēt vemšanu!
- Ja saindēšanās ir izraisījusi vemšanu, nesmēģini to kravēt.
- Atveršanās masas saglabā un nodod ārstiem izmeklējumam.

Noderīgas saites

[Kā rīkoties traumas gadījumā? Bērnu klīniskā universitātes slimnīca](#)

[Kā nosargāt sava bērna veselību un dzīvību? Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests](#)

[Kur saņemt medicīnisko palīdzību? Nacionālais veselības dienests](#)

<https://www.spkc.gov.lv/lv/lidz-1-gada-vecumam>