



- om små børn og sikkerhed

INDLEDNING

Der sker hvert år alt for mange uheld og ulykker blandt små børn. De fleste uheld sker i hjemmet, og mange vil kunne undgås, hvis man sikrede de farligste steder. Dette hæfte er lavet til forældre med små børn, men andre, som passer barnet, kan også have gavn af at læse det.

Det lille barn er i de første leveår i en rivende udvikling. I løbet af forholdsvis kort tid udvikler barnet sig fra at ligge til at kunne trille om, sidde, kravle, rejse sig op og siden hen gå. Hele verden skal udforskes og barnet går på eventyr overalt. Barnet klatrer op, smager på tingene og piller ved det, der er indenfor rækkevidde.

Små børn er glade og fulde af gå-på-mod. Da børn udvikler sig i ryk, er det svært at forudse, hvornår barnet pludselig kan noget nyt. Hjemmet skal være indrettet, så barnet ikke hele tiden behøver at være under opsyn. Alt for mange forbud kan hæmme barnets udvikling.

Med dette hæfte i hånden kan boligen gennemgås rum for rum for at finde ud af, om der er noget, der skal sikres. Der er råd og idéer til, hvad man kan gøre, for at hjemmet bliver mere sikkert for barnet at færdes i.

Selvom man er omhyggelig og passer på barnet, kan der alligevel ske ulykker. Hæftet indeholder derfor et **afsnit om førstehjælp**. Hvis ulykken sker, er det vigtigt at handle hurtigt.

I hæftet findes en legetøjstester, som kan klippes ud og samles, så man kan checke, om ting har en størrelse, der er farlig for barnet.

Hele Børn - Hele Livet
5. udgave © 2012 Sundhedsplejen, Aarhus Kommune

Oprindelig idé: Marianne Landrock og Anni Kirk, Sundhedsplejen, Aarhus Kommune
Revideret af: Jane Rudiger, Susanne Hede og Inge-Lise Ramsay, Sundhedsplejen, Aarhus Kommune

Foto: Hot Doc Studio
Illustration: Art-Graphic
Design og layout: Søren Lund Frandsen

INDHOLD

Køkkenet	
Har du sikret?	4
Idéer og forslag	5
Stuen	
Har du sikret?	6
Idéer og forslag	7
Badeværelset og soveværelset	
Har du sikret?	8
Idéer og forslag	9
Trapper/vinduer/døre/altaner	
Har du sikret?	10
Idéer og forslag	11
Udenfor	
Har du sikret?	12
Idéer og forslag	13
Hvis ulykken alligevel sker!	14
Førstehjælp ved:	
Sår og hudafskrabning	14
Snitsår	15
Bid og stik	15
Forbrænding	16
Forgiftning	16
Noget "i den gale hals"	17
Tænder	17
Fald	17
Legetøjstester	
Børn og småting	18
Lav selv en legetøjstester	19

Nyttige telefonnumre

Lægen _____	Tandklinik _____
Lægevagten _____	Alarmcentralen 112 _____
Skadestuen _____	Giftlinjen 82 12 12 12 _____

KØKKENET

Har du sikret?

	Er sikret	Skal udbedres
1 Er skabe og skuffer med knive og andre skarpe og spidse ting sikrede?		
2 Er rengøringsmidler, plastikposer og lignende låst inde eller anbragt udenfor barnets rækkevidde?		
3 Er ovnlågen børnesikret og isoleret?		
4 Er kogepladerne skærmet af?		
5 Er ledninger fra bl.a. el-kedlen gjort fast bagest på køkkenbordet?		
6 Er vitaminpillerne låst inde eller anbragt udenfor barnets rækkevidde?		
Husk:		

Idéer og forslag



Komfur

Forhandlere: babyudstyr, hårde hvidevarer, køkkenmontering

Montering: - i væggen
- i skinner påsat med dobbelt tape
- skrues i komfuret
- med sugekopper



Skab/Skuffe

Forhandlere: køkkenmontering, babyudstyr, boligvarerhus

Montering: - magnetlås skrues i
- spærrer skrues i
- lås bores i



Ledning

Forhandlere: el-installatør, byggemarked

Montering: - ledningsclips sømmes i
- ledningsholdere klæbes fast

STUEN

Har du sikret?

	Er sikret	Skal udbedres
1 Er tændstikker, askebægre, tobaksvarer og olielamper udenfor barnets rækkevidde?		
2 Er reolen sikret mod at vælte?		
3 Er el-stik sikrede og alle ledninger samlet og hæftet fast?		
4 Er afstanden mellem kravlegårdens tremmer max 6 cm og bunden i korrekt højde?		
5 Er skarpe bordhjørner beskyttede?		
6 Er der skridsikkert underlag under de løse tæpper?		
7 Er løse duge fjernet i barnets nærvær?		
8 Er giftige planter eller pyntesten og bark fjernet i barnets højde?		

Idéer og forslag



Reol

Forhandlere: boligvarerhus, byggemarked

Montering: - skrues i reol og væg



Ledninger

Forhandlere: byggemarked, el-installatør

Montering: - lednings-strip trækkes sammen om ledningerne
- lednings-clips sømmes i væggen



Bordhjørner

Forhandlere: babyudstyr, boligvarerhus

Montering: - klæbes på

BADEVÆRELSET OG SOVEVÆRELSET

Har du sikret?

	Er sikret	Skal udbedres
1 Er puslebordet stabilt, og har det kanter, som kan beskytte barnet mod fald?		
2 Er der blandingsbatteri, så skoldning undgås?		
3 Er der skridsikre måtter i og ved badekarret?		
4 Er rengøringsmidler låst inde eller anbragt udenfor barnets rækkevidde?		
5 Er medicinskabet låst og placeret højt?		
6 Er låsen på døren til badeværelset sat midlertidig ud af funktion?		
7 Står barnets seng placeret sikkert i soveværelset (ikke op ad reol, vindue, varmekilde o.l.)?		
8 Er bunden i sengen sat i korrekt højde, og afstanden mellem tremmerne max 6 cm?		

Idéer og forslag



Pusleplads

Forhandlere: babyudstyr, boligvarehus



Bademåtte

Forhandlere: babyudstyr, boligvarehus

Montering: - trykkes fast med sugekopper
- klæbes fast
- skumhynde lægges løst i bunden

TRAPPER - VINDUER - DØRE - ALTANER

Har du sikret?

	Er sikret	Skal udbedres
1 Er trappen sikret både foroven og forneden med gitter eller plade?		
2 Er åbne trappetrin sikrede, så barnet ikke kan falde igennem?		
3 Er afstanden mellem tremmerne i gitter, gelænder og rækværk 6 cm. eller derunder?		
4 Er vinduerne børnesikrede?		
5 Er dørene sikrede, så barnet ikke kan få fingrene i klemme?		
6 Er altandøren sikret?		
7 Er rækværket på altanen mindst 110 cm højt?		
8 Er rækværket på altanen sikret, så barnet ikke kan klatre op ad det?		

Idéer og forslag



Trappe

Forhandlere: babyudstyr, boligvarehus

Montering: - sættes i spænd
- fastgøres med beslag

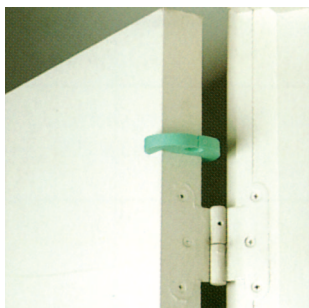
Fås i forskellige bredder
Nogle kan justeres i bredden
Nogle forlænges med ekstra moduler



Vindue

Forhandlere: babyudstyr, boligvarehus,
byggemarked

Montering: - vinduesspærre skrues i vindue
og karm
- gitter skrues fast. Fås i forskellige
størrelser



Dør

Forhandlere: babyudstyr

Montering: afhænger af typen
- trykkes fast mellem dør og karm
- skubbes under døren
- skrues i øverste dørkarm

UDENFOR

Har du sikret?

	Er sikret	Skal udbedres
1 Er haven/gården indhegnet og aflukket?		
2 Er bassiner og brønde afskærmet forsvarligt?		
3 Er legeredskaber og faldunderlag i orden?		
4 Er der giftige planter, hvor barnet opholder sig alene?		
5 Er farlige redskaber og gift/sprøjtemidler låst inde?		
6 Er der godkendt sele i barnevognen og klapvognen?		
Husk:		

Idéer og forslag



Hegn

Der findes mange forskellige former for indhegning.

Hvis lamellerne går på tværs kan barnet let kravle op i hegnet og derved komme til skade



Legeplads

Gyngesnoeren og ophæng skal være holdt ved lige.

Bruges kæde i stedet for snor, skal den være betrukket med plastik, så fingrene ikke kan komme i klemme

Faldunderlaget skal være "blødt", fx af groft sand, barkflis, ral eller græs.

HVIS ULYKKEN ALLIGEVEL SKER!

Når små børn kommer til skade, græder de næsten altid meget, da de både bliver forskrækkede og har ondt. Hvis barnet samtidig bløder, bliver den voksne urolig og mister måske let overblikket. Det er vigtigt at bevare roen.

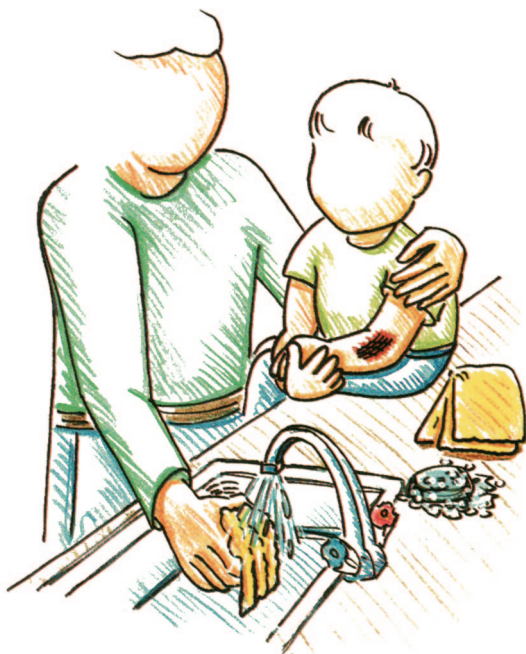
Den første reaktion er derfor ofte straks at tage af sted til skadestuen. Mange situationer vil dog kunne klares hjemme i de vante omgivelser, hvis man ved, hvad der skal gøres. Når først blodet er vasket af, er det måske ikke så slemt, som det umiddelbart så ud til. Ved tvivl, kan man altid ringe til skadestuen om råd. Husk at have telefonnumre til læge, skadestue og alarmcentral klar, se side 3.

I det følgende beskrives, hvad der skal gøres som det første, før man evt. tager til læge eller på skadestue.

Sår og hudafskrabninger

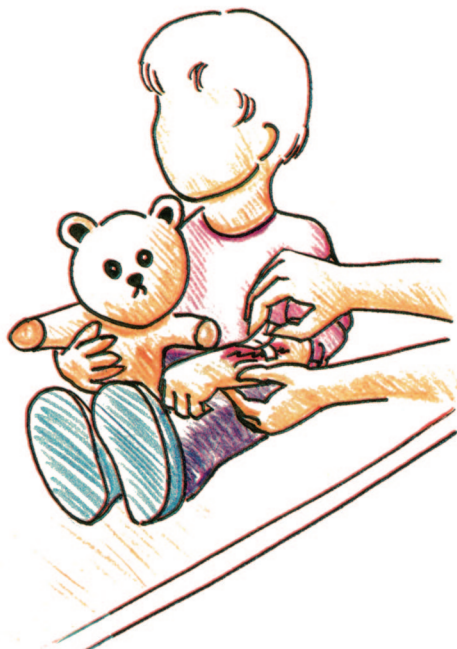
- 1 Vask i lunkent vand med sæbe.
Brug evt. håndbruser
- 2 Brug en ren klud eller svamp
- 3 Dup tørt med et rent håndklæde
- 4 Vent med at tildække sår med
evt. plaster til de er tørre
- 5 Hudafskrabninger må ikke dæk-
kes til
- 6 Hvis alt snavs ikke kan fjernes,
skal man gå til læge

Ved åbne sår skal man være opmærksom på stivkrampevaccination



Snitsår

- 1 Små sår vaskes grundigt med vand og sæbe
- 2 Saml sårkanterne med et eller flere små stykker plaster afhængig af sårets længde
- 3 Kom forbinding på og søg læge eller skadestue, hvis det drejer sig om snitsår i hånden
- 4 Ved blødende sår skal blødningen stoppes:
 - pres en ren klud eller lignende mod såret
 - hold det blødende område højere end hjertet
 - kom forbinding på og søg læge eller skadestue



Bid (af dyr og mennesker)

- 1 Rens såret med vand og sæbe
- 2 Bad såret i sæbevand 2 gange dagligt i de første dage

Insektstik

- 1 Fjern forsigtigt brodden, hvis der er én
- 2 Sug evt. giften ud med en insektgiftfjerner eller smør med antihistamin creme
- 3 Hvis barnet får hævelser omkring læber eller øjne søges straks læge eller skadestue



HVIS ULYKKEN ALLIGEVEL SKER!

Forbrænding

- 1 Tag tøjet af det forbrændte område
- 2 Hold det brændte område i kuldslået vand til det holder op med at gøre ondt. Det tager lang tid! (forbrændingen fortsætter så længe, der er smerter)
- 3 Det forbrændte område skal afkøles på en måde, der er rar for barnet. Det kan fx være i en balje, med håndbruser, vandforstøver eller våde vaskeklude
- 4 Sørg for at barnet i øvrigt er klædt på, så det ikke bliver for koldt.
- 5 Hvis der kommer blæner under eller efter afkølingen, kontaktes læge eller skadestue.



Forgiftning

Hvis der er spist **faste ting** som fx cigaretskod, giftige planter, piller eller lignende:

- 1 Fremkald opkastning ved at stikke en finger i halsen på barnet, mens hovedet holdes fremover.
- 2 Kontakt straks læge eller skadestue og medbring noget af planten eller emballagen.

Hvis der er drukket noget **flydende** som fx rengøringsmiddel, lampeolie, kemikalier eller lignende:

- 1 Fremkald endelig ikke opkastning
- 2 Giv rigeligt med mælk eller vand at drikke
- 3 Kontakt straks læge eller skadestue og medbring flaske eller beholder

NB: Hvis barnet indtager midler beregnet til opvaskemaskinen, skal barnet behandles som beskrevet under det **flydende**.

Noget "i den gale hals"

Spædbørn 0-1 år:

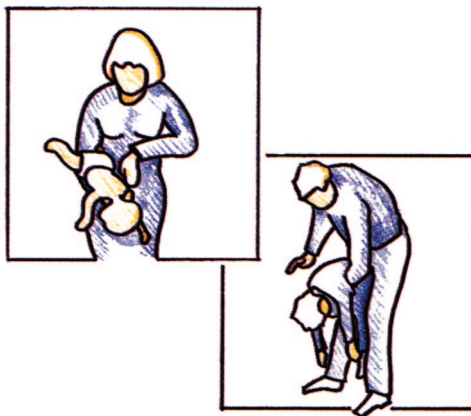
- 1 Læg barnet på maven på din underarm med hovedet nederst. Hold fast i barnets skulder med tommelfingeren på den ene side af barnets hals, de øvrige fingre på den anden side
- 2 Giv barnet et dunk mellem skulderbladene med flad let hulet hånd
- 3 Undersøg om fremmedlegemet er kommet ud, ellers gentag dunk op til 5 gange

Børn over 1 år:

- 1 Læg barnet over din ene arm med hoved og overkrop bøjet nedad
- 2 Giv barnet et dunk mellem skulderbladene med flad let hulet hånd
- 3 Undersøg om fremmedlegemet er kommet ud, ellers gentag dunk op til 5 gange

Tænder

- 1 Hvis tænder er slået løse, fået et stykke slået af, eller er slået helt ud, skal tandklinik eller skadestue hurtigst muligt kontaktes, evt. telefonisk.
- 2 Mælketænder må aldrig sættes tilbage i munden.
- 3 Blivende tænder skal på plads igen med det samme, helst inden for 20 minutter:
- 4 Fjern forsigtigt snavs fra tanden og sæt den tilbage med et fast pres, så langt den kan komme. Hvis man ikke selv kan sætte tanden tilbage, skal den opbevares fugtigt (i munden eller i vand) indtil behandlingen kan fortsætte på tandklinik eller skadestue.



Fald

- 1 Berolig barnet
- 2 Læg en våd, kold klud på buler
- 3 Hvis barnet bliver sløvt, klager over hovedpine eller kaster op, kan det være tegn på hjerne-rystelse. Kontakt læge eller skadestue.
- 4 Hvis der er tegn på at barnet har brud på arme eller ben, skal bruddet støttes, så det ikke kan bevæges fx med tørklæde.

Hvis barnet er bevidstløst og ikke trækker vejret ringes til 112 og der gives kunstigt åndedræt:

Børn 0-1 år: Læg barnet på ryggen. Skab frie luftveje ved at løfte underkæben op mod overkæben uden at bøje hovedet bagover. Pust 5 lette pust gennem barnets næse og mund på én gang til du ser barnets brystkasse hæve sig.

Børn 1-8 år: Læg barnet på ryggen. Skab frie luftveje ved at løfte underkæben op mod overkæben. Bøj hovedet bagover og pust gennem barnets mund eller næse til du ser brystkassen hæve sig.

BØRN OG SMÅTING

Små børn putter alt i munden. Det er helt naturligt, for på den måde undersøger de tingene.

Småting og smådele fra legetøj kan sætte sig fast i barnets hals eller suges ned i lungerne under vejrtrækning. Luftvejene kan skades og i værste fald kan barnet kvæles.

Barnets hals er større end man tror. For at være sikker på at legetøjet ikke er for småt kan man måle det i en legetøjstester.

Legetøjstester

- 1 Legetøj og andre småting puttes ind i testeren
- 2 Hvis hele genstanden kan være i testeren, kan den kvæle et barn, og legetøjet er dermed ikke egnet til børn under 3 år

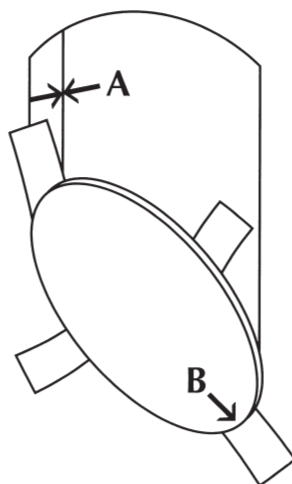
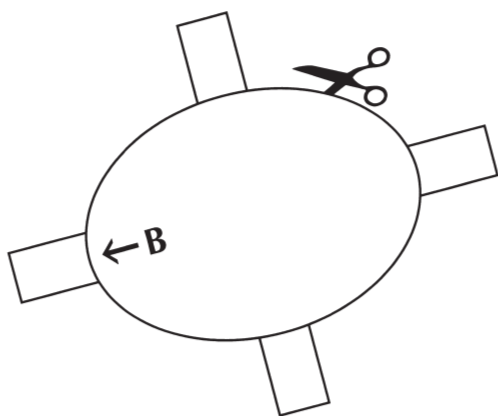
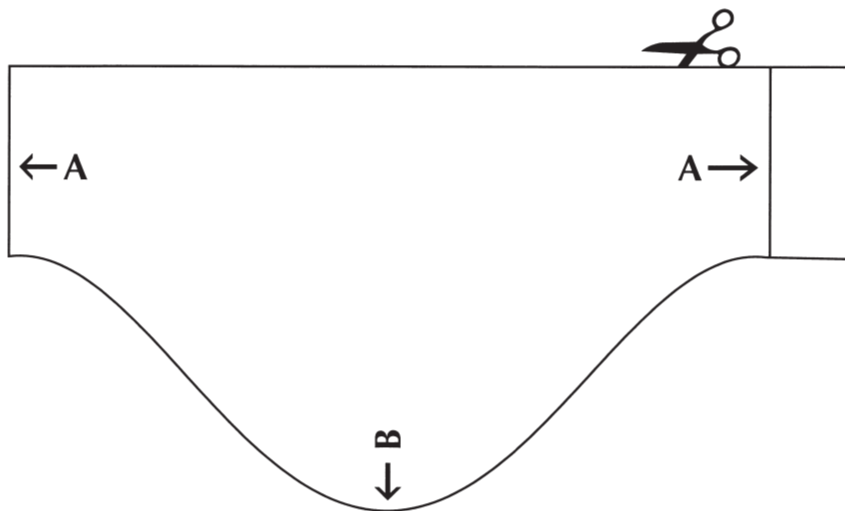
Større søskende vil ofte gerne være med til at teste deres eget legetøj som fx lego eller barbieudstyr.



Legetøjstesteren er lavet af kraftig, gennemsigtig plastik og kan rekvireres hos Forbrugerrådet via www.taenk.dk

Man kan selv lave en tester ud fra skabelonen på næste side.

LAV EN LEGETØJSTESTER



Brugsanvisning:

- 1: Klip delene ud.
- 2: Lim cylinderen sammen
- 3: Bøj flapperne og lim bunden på cylinderen.



SUNDHEDSPLEJEN
AARHUS KOMMUNE

© 2012