

Lawrence E. Shapiro • Richard L. Jablow • Julia Holmes

bebeluș, extremă urgență!

**Informații vitale pentru primii 3 ani
din viața copilului tău**

Traducere din limba engleză
de Marilena Iovu

SIAN  MOMS

Nota editorului

Această carte are scopul de a furniza informații corecte și competente cu privire la subiectul abordat. Prin distribuirea ei, editorul nu se angajează în niciun fel să ofere servicii psihologice, financiare, legale sau de altă natură. Dacă aveți nevoie de asistență sau de consiliere din partea unui expert, vă rugăm să apelați la serviciile unui specialist în domeniu.

În imagini apar modele folosite doar cu scop ilustrativ.

THE BABY EMERGENCY HANDBOOK
Copyright © 2008 by Lawrence E. Shapiro,
PhD, Richard L. Jablow, MD, FACEP,
Julia Holmes
New Harbinger Publications, 5674 Shattuck
Avenue, Oakland, CA 94609

Redactare: Cristinel Sava
Tehnoredactare: Liviu Stoica

BEBELUȘ, EXTREMĂ URGENTĂ!
Informații vitale pentru primii 3 ani din viața
copilului tău
Lawrence E. Shapiro, Richard L. Jablow,
Julia Holmes
Copyright © 2016 Editura Sian Books
Toate drepturile rezervate.

Corectură: Adriana Călinescu
Design copertă: Andra Penescu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
SHAPIRO, LAWRENCE E.

Bebeluș, extremă urgentă! Informații vitale pentru primii 3 ani din viața copilului tău /
Lawrence E. Shapiro, Richard L. Jablow, Julia Holmes; trad.: Marilena Iovu. - București:
Editura Sian Books, 2016
ISBN 978-606-93800-9-3

I. Jablow, Richard L.
II. Holmes, Julia
III. Iovu, Marilena (trad.)

616-083.98
616-053.3

Grupul Editorial ALL:
Bd. Constructorilor nr. 20A, et. 3, sector 6, cod 060512 - București
Tel.: 021 402 26 00, Fax: 021 402 26 10

www.all.ro

Editura Sian Books face parte din Grupul Editorial ALL.

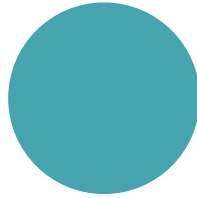
/editura.all

allcafe.ro

În memoria mamei mele, Frances Shapiro,
care iubea bebelușii și mi-a transmis și mie această dragoste.

Dr. Lawrence E. Shapiro





Cuprins

Notă importantă pentru cititor	ix
Cuvânt-înainte	xi
Mulțumiri	xv
Partea întâi	
Introducere: Când bebelușii cumiști pătesc lucruri rele	1
Partea a doua	
Zece moduri de a obține mai rapid ajutor când copilul este în pericol	5
Partea a treia	
Situațiile de urgență	15
Accidente de cărucior	16
Accidente de mașină.....	20

Alergii alimentare	26
Arsuri	30
Arsuri chimice	34
Arsuri solare	37
Astm	40
Așchii	44
Boli cauzate de căldură	46
Căzături	49
Convulsii	54
Cotul dădacei (subluxația capului radial)	57
Degerături	59
Diaree	62
Febră	64
Fracturi	68
Hemoragie	71
Iritație	74
Iritație de scutec	78
Înec	81
Înțepături de albine	85
Letargie	88
Leziuni la cap sau la ceafă	90
Mușcături de animale	93
Mușcături de insecte	98

Obiecte blocate în nas	103
Obiecte blocate în ureche	105
Otrăvire	108
Plâns (de neoprit)	114
Probleme de alimentație	119
Probleme de relaționare	121
Probleme respiratorii	124
Răpire	128
Reacție la vaccinuri	131
Sângerări nazale	135
Scădere în greutate	137
Sindromul morții subite la sugari (SMSS)	141
Sufocare	146
Șoc electric	151
Tăieturi	155
Vărsături	158

Partea a patra

Anexe	163
Sănătatea bebelușului, dintr-o privire	164
Contactele personale de urgență	166
Dacă bebelușul se sufocă (pentru copiii cu vârsta sub un an)	168
Dacă un copil se sufocă (pentru copiii de peste un an)	170

Notă importantă pentru cititor

Vă rugăm să rețineți aceste precizări importante în timp ce citiți și folosiți această carte.

- Ca regulă generală, în caz de urgență, primul lucru ce trebuie făcut este apelarea numărului 112. Pentru o discuție legată de ce anume constituie o urgență și ce trebuie să faceți dacă sunteți singur cu bebelușul și aveți de ales între a suna la 112 sau a interveni imediat asupra copilului, autorii vă sugerează să vă familiarizați cu conținutul acestei cărți și să căutați cursuri despre oferirea primului ajutor.
- Deși această carte conține informații despre resuscitarea cardio-respiratorie (RCR) și alte tehnici de salvare a copilului, ea este menită să fie utilizată ca o completare (nu ca un substitut) a unui curs autorizat de RCR și salvare a copilului. Vă rugăm să vă înscrieți chiar azi la un curs autorizat.
- Această carte descrie diverse abordări ale modului în care trebuie să reacționăm în fața situațiilor de urgență obișnuite. Cu toate acestea, este imposibil ca o singură carte să acopere toate urgențele posibile și toate modurile de a aborda o urgență. Vă încurajăm să căutați și alte surse de informații și

să discutați cu medicul dumneavoastră despre urgențele medicale.

- Autorii și editorul au depus toate eforturile posibile pentru a se asigura că tot conținutul acestei cărți este corect și în concordanță cu informațiile și tehnicile medicale în vigoare la momentul publicării. Este, însă, posibil ca unele dintre acestea să se fi schimbat între timp. În orice caz, această carte nu înlocuiește și nici nu și-a propus să înlocuiască sfaturile și tratamentul prescris de un cadru medical calificat.
- Această carte este vândută fără vreo garanție sau asigurare de orice fel, iar autorii și editorul nu își asumă nicio responsabilitate sau obligație în ceea ce privește răniurile, pierderile sau prejudiciile care pot rezulta din folosirea informațiilor și a sfaturilor prezentate în această carte.

Cuvânt-înainte

Termenul „accident“ presupune că nu s-a putut face nimic pentru a preveni apariția unui anume eveniment. Noi, în calitate de părinți și de medici, nu vom putea preîntâmpina toate accidentele. Cu toate acestea, putem face tot ce ne stă în putință pentru a preveni apariția multor accidente și ne putem pregăti singuri sau unii pe ceilalți pentru a reacționa eficient în cazul accidentelor care se produc în mod inevitabil.

De exemplu, prin educația pe scară largă a publicului cu privire la beneficiile utilizării centurii de siguranță, precum și datorită legislației în acest domeniu, în ultimul deceniu s-a reușit reducerea semnificativă a numărului de răni grave cauzate de accidentele de automobil. Mulți adulți trecuți de o anumită vârstă își amintesc că, la început, automobilele nu erau dotate cu

centuri de siguranță și vor mărturisi probabil că, atunci când au fost introduse, nu le utilizau cu rigurozitate. Acum, utilizarea centurilor de siguranță a devenit atât de obișnuită, încât mulți copii mici solicită ei înșiși fixarea centurii. Pe de altă parte, ca societate, ne aflăm abia la începutul procesului de adoptare a unor schimbări pozitive în privința chestiunilor precum consumul exagerat de băuturi alcoolice și conducerea sub influența alcoolului.

În timpul facultății, eu și colegii mei nu am beneficiat de o instruire exhaustivă și organizată în domeniul medicinei preventive. Ceea ce ne oferă dr. Shapiro în remarcabila lui carte, *Bebeluș, extremă urgență!*, este o sursă bogată atât în principii de medicină preventivă, cât și în modalități de tratament pe care ar trebui să le cunoaștem, în special ca părinți. Prevenția este mai bună și chiar mai ușor de învățat decât tratamentul.

Gândiți-vă la următorul lucru: atunci când vrem să conducem o mașină sau să pilotăm un avion ori o barcă, studiem, facem ore de practică și chiar obținem permisul sau licența necesare. De ce nu am vrea să învățăm și să studiem la fel de mult modul în care putem preveni situațiile de urgență în cazul copiilor noștri? Trebuie să știți că accidentele au loc des și depășesc toate barierele socio-economice. Faptul că știți ce este de făcut poate constitui, efectiv, diferența dintre viață și moarte pentru copilul dumneavoastră.

De exemplu, dacă în urma înecării cu mâncare, copilului i se obstrucționează complet căile respiratorii, aveți trei până la patru minute pentru a elimina obstrucția înainte de a se produce o vătămare ireversibilă a creierului. Ar fi bine să știți ce aveți de făcut înainte ca acest lucru să se întâmple. Să căutați disperati cartea de față în acel moment nu este cea mai bună variantă. Însă dacă o citiți înainte, astfel încât să știți deja ce aveți de făcut, lucrurile vor

sta cu totul altfel. Momentul cel mai potrivit pentru a citi informațiile conținute aici nu este în toiul unei crize, ci înainte de ea.

De asemenea, încurajez din toată inima pe oricine intenționează să crească un copil să caute și să urmeze cât mai multe cursuri organizate de Crucea Roșie sau de spitalul local. Aceste cursuri pot fi găsite pretutindeni și au un preț rezonabil.

Îmi amintesc ce mi-a spus odată mentorul meu, când urmam cursurile Facultății de Medicină: cărțile sunt ușor de cumpărat, ceva mai greu de citit și foarte dificil de învățat. Este imposibil să existe o singură carte de referință care să prezinte toate urgențele medicale, însă volumul de față acoperă multe urgențe des întâlnite și ar trebui să fie considerat o carte de referință, valoroasă în orice casă.

Dr. Richard Lee Jablow

Mulțumiri

Unii m-au întrebat de ce scrie un psiholog pentru copii o carte despre urgențe medicale. Răspunsul meu este simplu: deși urgențele din această carte constituie probleme medicale apărute la bebeluși și copii mici, pentru părinții lor sunt probleme psihologice. Scriind și sistematizând această carte, mi-am dat seama că momentele foarte stresante, cum sunt situațiile de urgență, sunt însoțite de probleme psihologice, care pot împiedica părintele să reacționeze într-o manieră promptă și utilă. Din acest motiv, m-am întrebat: „Ce pași pot fi urmați pentru a reduce stresul psihologic legat de urgențele pediatrie, ajutându-i astfel pe părinți să reacționeze mai rapid și mai eficient atunci când copilul lor este în pericol?“.

Răspunsul are trei componente: în primul rând, părinții trebuie să ia măsuri pentru prevenirea situației de urgență, apoi trebuie să știe dinainte

ce să facă și trebuie să fie echipați cu instrumentele necesare pentru a acționa rapid și cu deplină încredere atunci când orice secundă contează.

Acestea fiind spuse, n-aș fi putut duce la bun sfârșit această carte fără cercetarea asiduă a coautoarei mele, Julia Holmes, și fără înțelepciunea și cunoștințele celui alt coautor al meu, dr. Richard Jablow, medic de urgență cu peste douăzeci de ani de experiență. Vă mulțumesc pentru toată munca depusă la acest proiect important.

Mulțumirile mele se îndreaptă și către personalul de la New Harbinger Publications, care m-a sprijinit în acest proiect, în special către dr. Matt McKay, Julie Bennett, Tesilya Hanauer și Julie Kahn. Aș dori să mulțumesc și echipei mele, lui Elizabeth Kenney, Karen Schader și Donna Solano, pentru încurajările lor neîncetate și în special pentru că au ascultat nesfârșitele mele povești și anecdote.

În fine, aș dori să le mulțumesc tuturor părinților care mi-au împărtășit poveștile lor personale legate de urgențe pediatrice. Observațiile voastre m-au călăuzit în fiecare etapă a acestui proiect.

În numele meu și al coautorilor, aș dori să salut toți bebelușii ai căror părinți citesc această carte. Vă urez o viață lungă, fericită și sănătoasă. Iar când mai creșteți, dați-le părinților milioane de pupici pentru că au avut grijă de voi atât de bine.

Dr. Lawrence E. Shapiro
septembrie 2007

**PARTEA
ÎNTÂI**

**Introducere:
Când bebelușii cumiți
pățesc lucruri rele**

Când am început să scriu această carte, am întrebat fiecare părinte pe care îl cunoșteam dacă trecuse printr-o situație de urgență când copilul lui era bebeluș. Peste 80% din ei au răspuns afirmativ.

O prietenă a avut un accident de mașină când fetița ei avea doar trei luni. Bebelușul unei kolege a căzut de pe masa de bucătărie când avea doar cinci luni. O altă prietenă mi-a povestit că fiul ei s-a înecat cu o bucată de hotdog la prima lui aniversare. Am auzit povești despre alergii la mâncare, arsuri, înțepături de albine și multe altele. Din fericire, niciunul dintre acești copii nu a suferit leziuni permanente ca rezultat al acestor situații de urgență.

Am scris această carte pentru a ne asigura că, dacă vă veți confrunta cu o situație de urgență, veți ști ce aveți de făcut și că, în marea majoritate a situațiilor, urgența bebelușului va fi în curând doar o amintire urâtă. *Bebeluș, extremă urgență!* a fost conceput astfel încât să îl puteți avea mereu la dumneavoastră. Puneți-l în geanta cu scutece, ca să îl aveți oriunde vă deplasați cu bebelușul. La sfârșitul acestei cărți veți găsi informații importante pe care trebuie să le cunoașteți atât dumneavoastră, cât și cei care au grijă de bebeluș, cum ar fi:



- O diagramă a modului în care se execută RCR;
- O secțiune despre cum se poate identifica și înlătura blocajul căilor respiratorii (inecarea) la bebeluși și copii;
- Un loc unde să scrieți propriile numere folositoare în caz de urgență.

Nu așteptați, însă, apariția unei situații de urgență pentru a citi cartea. Fiecare secțiune a cărții începe cu informații despre modul în care se pot preveni problemele. Citiți cu atenție aceste secțiuni și rugați oamenii care au grijă de copiii dumneavoastră să facă același lucru.

Ca parte a programului de prevenire, vă îndemnăm să urmați un curs de prim ajutor pentru bebeluși, în special unul de RCR. Acestea sunt oferite de spitalul din localitate sau de Crucea Roșie. Nimic nu înlocuiește pregătirea practică atunci când este vorba de siguranța și sănătatea copilului dumneavoastră.

La finalul fiecărei secțiuni veți găsi teme de discuție la care să vă gândiți pe măsură ce crește copilul. Din nefericire, situațiile de urgență nu încetează să apară atunci când copilul devine mai descurcăreț și mai independent, și nici măcar atunci când ajunge un adolescent voinic, aproape om mare. Copilul se va schimba în multe feluri de-a lungul anilor, dar pericolele vor persista, ca și grija dumneavoastră pentru siguranța lui. Și la fiecare stadiu veți descoperi că a fi pregătiți și informați este cea mai bună modalitate de a vă proteja copilul.