

# Førstehjelp barn 1-5 år

Barn mellom ett og fem år er heldigvis sjelden alvorlig syke. Men det går neppe en dag uten et skrubbsår eller et blåmerke! Av og til kan alvorligere ulykker skje. HER VISER VI HVA DU KAN gjøre ved en av de vanligste ulykkestypene for barn i den alderen: brannskade. Vi gir deg også tips og råd for å forebygge andre typer ulykker.

Barn i alderen mellom ett og fem år utvikler raskt nye ferdigheter og beveger seg over stadig større områder. De har ikke evne til å vurdere farene de eventuelt utsetter seg for.

## MANGE SKADER HOS BARN

De vanligste skader hos barn mellom ett og fem år oppstår i forbindelse med trafikkulykker, forbrenninger, drukninger, fall og forgiftninger.

Cirka 20 barn under fem år blir alvorlig skadet eller dør i trafikken hvert år. Rundt halvparten av barna som er involvert i trafikkulykker er passasjerer i bil. Hvert år blir cirka 50 barn under tre år behandlet for hodeskader.

**Brannskader** skjer fire ganger hyppigere hos barn under fire år enn hos andre. De fleste brannskader hos barn skjer innendørs. Årsakene til forbrenninger hos barn er varm mat og drikke, ovn eller peis, komfyr eller vannkoker, solstråling, flammer eller elektrisitet. Tre av 1000 barn under 15 år får brannskader som gjør at de må ta kontakt med legevakt eller sykehus.

## ANATOMI: BARN ER IKKE SMÅ VOKSNE

Barn under fem år har relativ små luftveier. Fordi de er mindre enn voksne, er de indre organene spesielt utsatt for skade da energien ikke absorberes av kroppen. Ribbeina er mer elastiske, og barn får sjelden ribbeinsbrudd. Samtidig betyr det at ribbeina beskytter dårligere mot støt. Det skyldes at energien ikke absorberes av ribbeina, og faren for indre skader i brystkassen er større.

Barn har et relativt stort hode i forhold til kroppsstørrelsen sin. Derfor er barn spesielt utsatt for hodeskader. Barn har mindre surstoffreserver, og surstoffmangel kan utvikle seg raskt. Lever og milt befinner seg lengre ned i buken og beskyttes ikke av de nederste ribbeina. Barn under tre år har ofte mer underhudsfett, og mer bruk i forhold til bein, slik at de kan tåle fall bedre enn eldre barn.

## TILTAK VED SKÅLDINGSSKADE:

**:1**

### SKÅLDINGSSKADE

Uhell med vannkoker har mange ganger forårsaket skåldingsskader hos barn i førskolealderen. Barnet drar gjerne i ledningen og får innholdet i vannkokeren over seg. Allerede små mengder med varmt eller kokende vann kan skade et barn alvorlig. Skålding kan føre til celledød av skadet hud med sår og eventuelt arr til følge.

**:2**

### KJØL NED FOR Å FJERNE VARMEN I VEVET

Førstehjelp ved små eller store brannsår er nedkjøling. Kjøl ned det skadete området i 15-30 minutter. Barn må ikke kjøles med kaldere vann enn 28 °C. Du skal kjøle ned huden og ikke hele barnet. Er ikke vann fra springen tilgjengelig, kan du bruke hva som helst – til og med vann fra blomstervasen. Oppfølgingen skal skje raskt på legevakt eller sykehus.

**:3**

### VARSLE 113 ELLER KONFERER MED LEGE

Enkelte brannskader kan være svært alvorlige, og særlig dersom ansikt og hals er skadet. Da må man undersøke bevissthet og varsle umiddelbart. Desto mindre barnet er og desto større skaden er, desto lavere terskel bør du ha for å varsle medisinsk nødtelefon 113. Er du i tvil skal du varsle 113.

## SKADENS ALVORLIGHET



### Grad 1 – overflateskade:

som ved solforbrenning med rød og tørr hud

### Grad 2 – delhudskade:

rød eller blek hud, blærer, fuktig hud, smerter

### Grad 3 – fullhudskade:

hvit hud, livløs pergamentaktig hud, redusert smertesans

## SKADENS OMFANG

Skadens alvorlighet måles ut fra dybden og skadeutbredelse på kroppens overflate i prosent. Småbarns hode utgjør en relativt større andel av kroppsoverflaten enn hos voksne. Delhudskader med ti prosent eller mer og fullhudskade med fem prosent eller mer anses som alvorlig. Barn under to år uansett skadeutbredelse skal til spesialistbehandling ved sykehuset. Dersom skaden omfatter større deler av kroppsoverflaten, skal pasienten ha intravenøs væskebehandling.

1. Opplys om barnet er våkent, og om barnet puster normalt
2. Opplys om hva som har skjedd og når det skjedde
3. Forsøk å informere om hvilke tiltak som allerede er utført, om huden ble avkjølt, hvordan og hvor lenge avkjølingen har pågått
4. Gi beskjed om du mistenker eventuelle andre skader
5. Informér om barnet virker plaget av smerter
6. Si fra om det er annen hjelp til stede
7. Pass på at du oppgir riktig adresse og navn ved døren



Fall fra store høyder kan være dødelig. Fall på asfalt eller betonggulv er mer alvorlig enn overflater som gress og jord.



Se, føl og kjenn på barnet. Dersom barnet ikke puster, må du varsle og starte gjenoppliving.



Ved brannskade: Kjøl ned for å fjerne varmen i vevet - varsle 113.

## : TILTAK VED FALLSKADE:

### :1 FALLSKADER

Fall fra store høyder kan være dødelig. Fall på asfalt eller betonggulv er mer alvorlig enn overflater som gress og jord. Fallskader fra mindre høyder kan også være alvorlig (hodeskader, indre skader). Det er registrert flere fallulykker om sommeren enn om vinteren.

### :2 UNDERSØK BARNET

Det er mye energi som utvikles ved fall fra høyder. Det er derfor ikke alltid lett å vurdere skadeomfang da det kan foreligge alvorlige indre skader. Se, føl og kjenn på barnet. Dersom barnet ikke puster, må du varsle og starte gjenoppliving ([www.norskluftambulanse.no/forstehjelp](http://www.norskluftambulanse.no/forstehjelp)).

### :3 VARSLE ALLTID 113 VED STOR FALLHØYDE

Hvis barnet puster, men er bevisstløs, skal det legges i sideleie. Husk at:

- ved stor fallhøyde skal barnet alltid undersøkes av lege. Varsle 113
- hvis du er i tvil om barnets tilstand, skal barnet undersøkes av lege
- hvis bevissthetstilstanden er endret, skal barnet umiddelbart innlegges på sykehus for observasjon og behandling
- virker barnet hardt skadet, bør du ikke flytte det før sykebilan ankommer
  - vær oppmerksom på frie luftveier og mulig skade i nakke og rygg
- vær alltid hos barnet etter fallet selv om det virker uskadet
- fortell alltid foreldrene om fallskader

## : FOREBYGG SKADER

### I TRAFIKKEN:

Barn som skades i trafikken er passasjerer i bil eller blir påkjørt av kjøretøy. Størst andel alvorlige ulykker er det på veier utenfor tett-bygd strøk, med høy hastighet. Trafikkulykker kan og må reduseres. Det må tas spesielle forholdsregler for barn.

1. Kjør forsiktig enten du har med barn i bilen eller ikke.
2. Følg reglene for sikring av barn i bil:
  - a) Sikre barn med godkjent utstyr som er riktig for barnets vekt og lengde.
  - b) Ikke slurv med bruken av sikkerhetsutstyr. To-punkt sikkerhetsbelter er ikke godkjent og kan føre til alvorlige rygg- og bukskader.

Lenker:

[www.tryggtrafikk.no](http://www.tryggtrafikk.no), [www.vegvesen.no](http://www.vegvesen.no)

### I HJEMMET:

- Husk å sikre trapper, balkonger og vinduer
- Åpninger i rekkverk ute må være små (under 10 cm)
- Bruk godkjente lekestativer
- Ha oppsyn med barna der det er farlige områder
- Ikke la barna leke på tak, i branntrepper eller på rekkverk
- Ha gress og busker langs forhøyninger istedenfor asfalt og betong

### MOT BRANNSKADER:

- Bruk korte ledninger for farlig elektrisk utstyr (vannkokere)
- Ha vannkoker og ledning utenfor rekkevidde
- Ikke ha vannkokere på gulvet
- Hell aldri vann på varm olje i gryten/pannen
- Vær påpasselig med kaffe-/tekoppen din når barnet er i nærheten
- Ikke la små barn være alene på kjøkkenet eller i områder med mulighet for brann-/strøm-/varmestråleskader
- Grill skal betjenes av voksne. Ikke sprut rødsprit på gloen (flammekastereffekt)
- Sikre strømkontakter og komfyr med barnesikringer