

The background features a central white silhouette of a child's head and shoulders. Surrounding this are several colorful, hand-drawn icons: a blue plug, a yellow triangle, a lit match, a blue and yellow striped arrow, a yellow lightning bolt, a blue hand holding a flame, a lit match, a blue matchbox with a lit match, and a blue hand holding a lit match. The text 'AKTION PAULINCHEN' is written in large, bold, orange letters across the child's face.

# AKTION PAULINCHEN

Polnische Übersetzung: Aktion Paulinchen

**TAK UCHRONISZ SWOJE DZIECKO PRZED  
OPARZENIAMI KONTAKTOWYMI  
I OPARZENIAMI GORĄCĄ CIECZĄ**



**Paulinchen e.V.**  
Initiative für brandverletzte Kinder

# PREWENCJA Z PAULINCHEN

## Pomoc przez zaangażowanie!

Darowizny, członkostwo czy prewencja – Paulinchen e.V. cieszy się z każdego wsparcia. Wystarczy napisać e-mail albo skontaktować się bezpośrednio z Paulinchen e.V.!



**Paulinchen e.V.**  
Initiative für brandverletzte Kinder

**Paulinchen – Initiative für brandverletzte Kinder e.V.**  
**Segeberger Chaussee 35 | 22850 Norderstedt**  
**e-mail: [info@paulinchen.de](mailto:info@paulinchen.de) | tel.: 040 529 50 666**  
**[www.paulinchen.de](http://www.paulinchen.de)**



## Zapobieganie oparzeniom u dzieci

**Drodzy Rodzice, drodzy Krewni,**

oparzenia należą do najczęstszych przyczyn wypadków u dzieci. W Niemczech co roku przytrafiają się one u ponad 30 000 dzieci i nieletnich w wieku poniżej 15 lat. U niemal 7000 z nich oparzenia są tak ciężkie, że wymagają stacjonarnego leczenia szpitalnego. Najbardziej narażone na oparzenia są małe dzieci.

Poprzez odpowiednie zabezpieczenie mieszkania można uniknąć wielu wypadków. Wszelkie zabezpieczenia trzeba systematycznie dostosowywać do stale zwiększającego się zasięgu dziecka. Jakie obszary zabezpieczyć i jak to zrobić najlepiej, a także jak dodatkowo chronić dziecko: o tym opowiemy w tej broszurze.

*Paulinchen – Initiative für brandverletzte Kinder e.V.*

**WAŻNE:**

**ok. 60%** wszystkich wypadków można uniknąć dzięki prewencji.

# STREFA NIEBEZPIECZNA

## KUCHNIA



## Większe bezpieczeństwo podczas gotowania i spożywania posiłków

- ! **Gorących napojów** nie wolno ustawiać zbyt blisko krawędzi stołu lub blatu.
- ! Nie używać zwisających **obrusów**.
- ! **Czajnik** i inne **urządzenia elektryczne** zawsze stawiać poza zasięgiem dziecka. Unikać zwisających przewodów!
- ! **Nie jeść nic gorącego** ani **nie pić gorących napojów** trzymając dziecko na kolanach. Dziecko może sięgnąć do naczynia, aby zobaczyć, co jest w środku.
- ! **Garnki** i **patelnie** zawsze stawiać na **tylnych palnikach** i na nich też gotować. Uchwyty zawsze obracać do tyłu.
- ! **Płytę grzejną** zabezpieczyć **kratką ochronną**, aby dziecko nie mogło dosięgnąć gorącej płyty ani ściągnąć na siebie garnka.
- ! Nie pozwól dziecku zbliżyć się do **gorącego piekarnika** ani **kominka**.
- ! Mleko i kaszkę z **kuchenki mikrofalowej** zawsze dobrze wymieszać i najpierw spróbować samemu. Z wierzchu jedzenie lub picie może się wydawać letnie, w środku może być jednak bardzo gorące!
- ! **Palący się tłuszcz** przykryć pokrywką w celu odcięcia dopływu tlenu. **Nigdy nie gasić wodą**, w przeciwnym razie tłuszcz wybuchnie!

# STREFA NIEBEZPIECZNA ŁAZIENKA



## WAŻNE:

*Nie myśl, że Twoje dziecko nie sięgnie tak daleko. Z każdym dniem jego możliwości są coraz większe!*



## Tak ochronisz swoje dziecko w łazience

- ! Kurki zabezpieczyć termostatem, który ogranicza temperaturę wody do **maksymalnie 50° Celsjusza**.
- ! **Nigdy nie zostawiać przełącznika wody w pozycji „gorąca”** – dziecko może się poparzyć gorącą wodą.
- ! Zawsze sprawdzać **temperaturę wody do kąpienia**, nigdy nie nalewać tylko gorącej wody!
- ! **Termofory** napełniać tylko ciepłą wodą i dobrze je zamykać.
- ! Nigdy nie stawiać **wiader** ani **wanien** z gorącymi cieczami na podłodze. Dziecko może się o nie potknąć lub do nich wpaść.
- ! Do inhalacji używać tylko **sprawdzonych**, stabilnych **urządzeń** i towarzyszyć dziecku podczas inhalacji. Nie wykonywać inhalacji nad miską z gorącą wodą.

# UWAGA OGIEŃ



Obejrzyj film!

Wypadków z udziałem  
grilla można uniknąć w  
**100%!**







## Ostrożność podczas grillowania

- ! Ustawić grill **stabilnie** i w miejscu osłoniętym od wiatru.
- ! **Nigdy nie używać** płynnych **podpałek** takich jak spirytus czy benzyna do rozpalania ani do dolewania w trakcie grillowania, ponieważ grozi to **wybuchem!**
- ! Używać tylko stałych, **sprawdzonych podpałek do grilla** zakupionych w sklepie specjalistycznym.
- ! Stale **nadzorować** grill.
- ! Nie pozwalać dzieciom zbliżać się do grilla – zachować **bezpieczną odległość 2–3 m!**
- ! Nie pozwalać **dzieciom obsługiwać** ani **rozpalać** grilla.
- ! Przygotować pojemnik z **piaskiem, gaśnicę** lub **koc** do gaszenia płonącego grilla.
- ! Po skończonym grillowaniu nadal nadzorować grill, aż **żar całkowicie ostygnie**.
- ! Nie grillować w zamkniętych pomieszczeniach i nigdy nie ustawiać grilla do ostygnięcia w domu – **niebezpieczeństwo zatrucia!**
- ! Jednorazowe grille na plaży **zalewać wodą** i **odczekać do ostygnięcia**, również piasku pod grillem.
- ! Gorącego **żaru** po grillowaniu na plaży **nigdy nie zakopywać w piasku** – węgiel będzie się żarzył jeszcze przez kilka dni! Gorący żar z grilla ugasić wodą i **poczekać aż wystygnie**.

# BAGATELIZOWANE ZAGROŻENIA



## Jak uniknąć oparzeń

- ! Zabezpieczyć gorące powierzchnie, takie jak szyba kominka, kaloryfer i rury grzewcze, w przeciwnym wypadku występuje zagrożenie oparzeniem kontaktowym!
- ! Nie wkładać koców elektrycznych do łóżeczek dziecięcych. Niemowlę/małe dziecko nie potrafi powiedzieć, że jest za gorąco.
- ! Przed opuszczeniem pomieszczenia wyłączyć żelazko i wyjąć wtyczkę z gniazdka.
- ! Poduszeczki z pestkami wiśni podgrzewać tylko lekko.
- ! Zapalki lub zapalniczki konsekwentnie trzymać pod zamknięciem.
- ! Nigdy nie zostawiać dzieci samych z otwartym ogniem, palącymi się świecami itd.
- ! Używać świec LED jako bezpiecznej alternatywy.
- ! Na choince zawieszać tylko sprawdzone lampki, nie używać świeczek.
- ! Sylwestrowe fajerwerki odpalać tylko wspólnie.
- ! Nigdy nie nosić petard w kieszeniach – mogą wybuchnąć wskutek tarcia.
- ! Nie dawać dzieciom zimnych ogni do rąk, może się od nich zapalić ubranie.
- ! Nigdy nie używać klejów, rozpuszczalnych klejów ani aerozoli w pobliżu ognia – grozi to wybuchem.
- ! Nie przykrywać lamp tekstyliami ani papierem – niebezpieczeństwo pożaru!





## Ważne środki bezpieczeństwa związane z prądem elektrycznym

- ! Wszystkie **gniazdka** wyposażać w zabezpieczenia przed dziećmi i wyłączniki różnicowoprądowe.
- ! Nie ustawiać **urządzeń elektrycznych** w pobliżu **wody**.
- ! Nigdy nie wspinąć się na **wagony** ani **maszty wysokiego napięcia** – to niebezpieczne dla życia! Również bez bezpośredniego kontaktu z przewodami elektrycznymi łuk elektryczny może przeskoczyć na odległość 1,5 metra.
- ! **Latawce** puszczać tylko wspólnie z dzieckiem – ale nigdy w pobliżu **masztów wysokiego napięcia!**
- ! Nie pozostawiać **wtyczek od ładowarek** w gniazdku, jeśli ładowarka nie jest używana.



## Ryzyko poparzeń chemicznych i zatruć

- ! **Środki czystości i leki** przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci i pod zamknięciem.
- ! Nigdy nie wlewać **trujących** ani **żrących cieczy** do butelek po lemoniadzie, wodzie ani do podobnych pojemników.

# PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH PRZYPADKACH



**Aby wezwać pogotowie, dzwoń pod numer 112.**

**Dziecko jest w szoku – nie zostawiaj go samego do momentu przyjazdu lekarza. Z mniejszymi urazami zwróć się do pediatry.**



## Pierwsza pomoc w razie oparzeń



### + Numer alarmowy 112

- + W celu złagodzenia bólu małe rany oparzeniowe schładzać **letnią wodą** (ok. 20°C) przez 10 minut do momentu przyjazdu pogotowia.
- + Ze względu na ryzyko wyziębienia **schładzać tylko oparzone miejsca!** Nie schładzać oparzeń rozległych (ponad 15% powierzchni ciała), oparzeń u noworodków i niemowląt ani u osób nieprzytomnych, na głowie lub tułowiu.
- + Płomienie gasić wodą lub poprzez **turlanie po podłodze**.

- + W przypadku poparzenia kontaktowego **nie zdejmować przyklejonej odzieży**.
- + W przypadku poparzenia gorącą cieczą **natychmiast rozebrać dziecko z mokrej odzieży**, włącznie z pieluchą.
- + W razie poparzenia prądem elektrycznym natychmiast **wyłączyć obwód prądu**. Zadbaj o własne bezpieczeństwo!
- + **Nigdy nie nakładać mąki, pasty do zębów, oleju** ani innych środków domowych na rany oparzeniowe.

## Rozpoznać niebezpieczeństwo – uniknąć wypadku

- + **Ćwiczyć** z dzieckiem **zapalanie**, a przede wszystkim gaszenie zapalek, świec i ognisk – **zasady ochrony przeciwpożarowej!**
- + Zamontować **czujniki dymu** w domu. W razie pożaru dym jest bardziej niebezpieczny niż ogień.
- + Przećwiczyć z dzieckiem wzywanie straży pożarnej i odpowiedzi na 5 pytań: **Co się stało? Gdzie** doszło do zdarzenia? **Ilu** jest rannych? **Kto** dzwoni? **Czekanie** na dodatkowe pytania.
- + Wyjaśnić dziecku, że w razie pożaru ma uciekać i głośno **krzyczeć „Pożar!”**. Zamiast uciekać, dzieci często się chowają.
- + Dawać **dobry przykład**.
- + **Pokazać dziecku drogi ewakuacyjne** i przećwiczyć je z nim. W zadymionych pomieszczeniach lepiej się oddycha pełzając po podłodze.
- + **Zabezpieczyć na czas** wszystkie źródła zagrożeń.

# STOPIEŃ OPARZEŃ



*To, jak bardzo skóra jest zraniona po oparzeniu kontaktowym lub gorącą cieczą, zależy od wysokości temperatury i czasu ekspozycji. Zależnie od głębokości oparzenie określa się mianem pierwszego, drugiego lub trzeciego stopnia. U dzieci dłoń wraz z palcami odpowiada 1% powierzchni ciała.*

## Tak określa się rozmiar urazu

### Oparzenia 1 stopnia:

- ! Powierzchniowe zaczerwienienie, np. poparzenie słoneczne. Goi się bez dodatkowego leczenia po 5–10 dniach.

### Oparzenia 2 stopnia:

- ! 2a powierzchniowe: tworzą się pęcherze, podłoże rany jest wilgotne. Goi się bez zabiegu operacyjnego po 2–3 tygodniach.
- ! 2b głębokie: tworzą się pęcherze, zabarwienie szaro-białawe, podłoże rany jest suche. Wymagają zabiegu operacyjnego, zwykle pozostawiają blizny.

### Oparzenia 3 stopnia:

- ! Obszary stwardniałej skóry o szaro-białawym zabarwieniu, suche podłoże rany, wszystkie warstwy skóry są uszkodzone. Wymagają operacji, pozostawiają blizny.



# CENTRA DLA OSÓB Z CIĘŻKIMI URAZAMI OPARZENIOWYMI



**Ważne: Dziecko musi być poddane leczeniu w klinice specjalizującej się w terapii oparzeń, jeżeli:**

- **więcej niż 5% powierzchni ciała wykazuje oparzenia trzeciego stopnia**
- **poparzona jest twarz, stopy lub genitalia**
- **uległo oparzeniu prądem elektrycznym lub oparzeniu chemicznemu**
- **nie osiągnęło jeszcze pierwszego roku życia**
- **istnieje podejrzenie zatrucia dymem**

# PAULINCHEN DZIĘKUJE:

Arbeitskreis – „Das schwerbrandverletzte Kind“

Bundesarbeitsgemeinschaft Mehr Sicherheit für Kinder e.V.

Deutscher Feuerwehrverband e.V. (DFV)

Vereinigung zur Förderung des Brandschutzes e.V. (vfdb)



PRZEKAŻ  
DAROWIZNĘ TERAZ



**Paulinchen e.V.**  
Initiative für brandverletzte Kinder

**Paulinchen – Initiative für brandverletzte Kinder e.V.**

**Segeberger Chaussee 35 | 22850 Norderstedt**

**e-mail: [info@paulinchen.de](mailto:info@paulinchen.de) | tel.: 040 529 50 666**

**Bezpłatna infolinia doradcza dla rodzin z dziećmi,**

**które odniosły obrażenia wskutek oparzeń: 0800 0 112 123**

**[www.paulinchen.de](http://www.paulinchen.de)**

**Konto do wpłat darowizn: SozialBank**

**IBAN DE37 3702 0500 0008 4794 00 | BIC BFSWDE33XXX**