

# SYNDROM NÁHLÉHO ÚMRTÍ DÍTĚTE (SIDS)

**Je definován jako náhlé, a vzhledem k předchozímu stavu neočekávané úmrtí kojence, u kterého se nepodaří nalézt příčinu.**

**Je způsoben mnoha faktory a je nejčastější příčinou úmrtí dětí během prvního roku života s vrcholem mezi 2. a 4. měsícem života. V České republice zemře na tento syndrom cca 20 dětí za rok.**

## **Pokud budete dodržovat tato doporučení, snižujete tak riziko SIDS:**

1. Dítě by mělo spát na zádech po celou dobu spánku. Spánek na boku nebo břišku není vhodný, pokud u dítěte nejste přítomni.
2. V postýlce dítěte nesmí být přítomny žádné měkké hračky ani jiné předměty, které by mohly zakrýt obličej dítěte (polštář, příliš měkká matrace). Příkrývku v oblasti nohou zahněte pod matraci, dítě si ji pak nepřetáhne přes hlavu.
3. Dítě by mělo spát ve své postýlce, vhodný je spánek ve stejné místnosti jako rodiče.
4. V místnosti, kde dítě spí, nesmí být příliš vysoká teplota vzduchu. Stačí taková, která vyhovuje rodičům. Dítě by mělo být přiměřeně oblečeno.
5. Nekuřte v těhotenství a po porodu, kouření významně zvyšuje riziko SIDS. Nedovolte, aby někdo v přítomnosti dítěte kouřil.
6. Mateřské mléko má protektivní účinek.
7. Nechodte spát pod vlivem tlumících léků, alkoholu nebo drog.
8. Uvedená doporučení musí dodržovat všichni, kdo o dítě pečují (např. prarodiče).

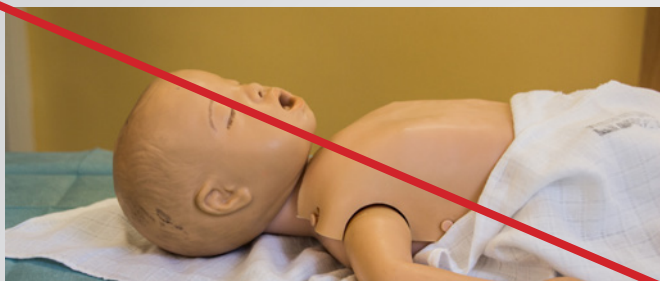
# Schéma resuscitace pro nezdravotníky – dle ERC Guidelines 2010



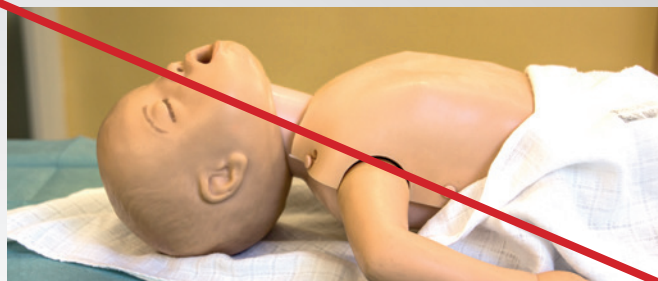
## STRUČNÝ POSTUP RESUSCITACE KOJENCŮ

Kdy je dítě ohroženo na životě a potřebuje resuscitaci?  
Dítě nedýchá, nereaguje, je bledé nebo zmodralo.  
Hrudník a břicho se nezvedají. Co dělat?

- Volejte o pomoc a okamžitě začněte s resuscitací (oživováním) dítěte. Každá sekunda je drahá.
- Pokud je přítomna pouze jedna osoba, provádějte resuscitaci dle pokynů, po minutě neúspěšné resuscitace (důležité ji zahájit) volejte ZZS (Zdravotnická záchranná služba - 155). Sdělte své jméno, popište situaci a uveďte, kam má sanitka přijet. Pokračujte v resuscitaci do oživení dítěte či příjezdu lékaře.
- Pokud jsou přítomny dvě osoby, jedna resuscituje a druhá přivolá ZZS.
- Položte dítě na záda na tvrdou a rovnou podložku a podívejte se mu do úst. Pokud je potřeba, odstraňte cizí těleso (jídlo, hračka). Zprůchodněte dýchací cesty uložением hlavičky do neutrální pozice (obr. 3).
- Pokud dítě nedýchá, obemkněte svými ústy pootevřená ústa i nos dítěte a vpravo do nich přibližně takové množství vzduchu, které je třeba ke zvednutí hrudníku (většinou jen obsah úst). Ústa oddalte a to stejné proveďte ještě čtyřikrát. (obr. 4). Vdech by měl trvat asi 1 až 1,5 sekundy. Pokud se hrudník nezvedá, je umělé dýchání neúčinné a je třeba vyhledat správnou polohu hlavy dítěte (záklon hlavy nebo opačně, hlava musí být v přímce s tělem).
- Pokud po pěti vdechích dítě stále nejeví známky života (nedýchá, nehýbe se, nekašle), zahajte nepřímou srdeční masáž. Prostředníkem a ukazovákem stlačujte hrudní kost v její dolní třetině (na spojnici prsních bradavek) kolmo k ní do hloubky asi 1/3 (předozadní vzdálenosti) hrudníku. Stlačení i uvolnění má být pravidelné a trvat stejnou dobu, frekvence stlačení je asi 100-120x za minutu. (obr. 5)
- Vždy po 30 stlačeních hrudníku proveďte 2 vdechy.
- Toto opakujte až do příjezdu lékaře nebo oživení dítěte.



*Špatná poloha hlavy - velký předklon*



*Špatná poloha hlavy - velký záklon*



*Správná poloha hlavy*



*Dýchání*



*Masáž srdce*



FAKULTNÍ NEMOCNICE  
OLOMOUC



**KONTAKTY:**

Fakultní nemocnice Olomouc

I. P. Pavlova 185/6, 779 00 Olomouc

**tel.:** (+420) 588 444 114

**e-mail:** novorozenecke@fnol.cz

**web:** www.fnol.cz

Podpořeno grantem z Norska / Supported by Norway grants  
Fakultní nemocnice Olomouc, Novorozenecké oddělení,  
MUDr. Lumír Kantor, Ph.D., MUDr. Martin Wita



**Ministerstvo financí**  
České republiky