



Audit bezpečného domova

**Průvodce prevencí dětských úrazů
pro rodiče dětí ve věku 0-18 let**



**Tento projekt vznikl na základě
úspěšného projektu realizovaného Nadací Generali České pojišťovny.**

1 Úrazy dětí v České republice

Víte, že úrazy a otravy jsou nejčastější příčinou smrti, bolesti i trvalých následků u dětí a mladých dospělých v České republice a třetí nejčastější příčinou smrti v celé české populaci?

Dětské úrazy jsou zvláště smutné proto, že na jejich vzniku se často podílí dospělí a úrazy ovlivní nejen zdraví dítěte, ale i spokojenost celé rodiny. Dětské úrazy mají mnoho podob: v dopravním prostředí se týkají dětí chodců, cyklistů a spolujezdců v autech; doma padají děti ze schodů, oken, snědí jedovaté látky, popálí se o horké povrchy a opaří se horkými tekutinami, mohou se utopit v domácím bazénu nebo ve vaně. Další nebezpečí číhá ve volném čase: pády z vybavení hřišť, tonutí v bazénech a vodních tocích, nárazy a pády při hrách a sportech.

Aktuální čísla úrazovosti dětí ve věku 0 až 18 let (Národní registr úrazů, stav k 31. 12. 2024)

KATEGORIE	2013	2023	2024	ZMĚNA 2013/2024
Méně závažné úrazy, děti 0-18 let	503 937	595 421	609 808	+21 %
Úrazy vyžadující hospitalizaci, 0-18 let	45 428	39 462	39 194	-14 %
Smrtelné úrazy, 0-18 let	158	182	177	+12 %

ZDROJ: ÚZIS ČR – NÁRODNÍ REGISTR ÚRAZŮ, ANALYTICKÁ STUDIE K 31. 12. 2024



Úraz způsobený sekačkou na trávu



Úraz elektrickým proudem

Pozitivní zpráva: Závažné úrazy u dětí vykazují klesající trend – počet hospitalizací klesl od roku 2013 o 14 %. Toto je výsledek lepší traumatologické péče a soustředění závažných případů do dětských traumacenter.

Znepokojivá zpráva: Celkový počet lehkých úrazů naopak roste – o více než 100 000 případů za 10 let. Počet smrtelných úrazů dětí vzrostl o 12 % a každá 2 % znamená 3 dětské životy...

Ošetrovací dny hospitalizací – vývoj 2010–2024

VĚKOVÁ SKUPINA	TREND OŠETŘOVACÍCH DNŮ	TREND OPERACÍ
0–4 roky	–55 %	–32 %
5–14 let	–17 %	–16 %
15–18 let	–20 %	–32 %

ZDROJ: ÚZIS ČR – NRHS 2010–2024, NRÚ

Tento pozitivní vývoj odráží jak zlepšení traumatologické péče, tak i demografický pokles počtu dětí. Neznamená však, že riziko úrazu klesá – naopak, celkový počet ošetřených úrazů roste.

Školní úrazovost a věkové spektrum úrazů

Školní úrazovost – co říká Česká školní inspekce.

Každá škola musí ze zákona na každý školní rok vypracovat a realizovat svůj preventivní program, na jehož plnění dohlíží Česká školní inspekce, která také velmi pečlivě eviduje školní úrazy prostřednictvím elektronického systému InspIS DATA. Ve školním roce 2023/2024 bylo zaznamenáno 44 786 úrazů – o 481 méně než v předchozím roce.

Nejvyšší procento úrazovosti je na základních školách.

DRUH ŠKOLY	POČET ÚRAZŮ	INDEX ÚRAZOVOSTI
Mateřská škola	1 874	0,5
Základní škola	27 230	2,7
Střední škola a konzervatoř	12 125	2,6
Vyšší odborná škola	50	0,2
Ostatní školy a školská zařízení	3 507	0,3
CELKEM	44 786	2,4

ZDROJ: ČŠI – VÝROČNÍ ZPRÁVA 2023/2024, KAPITOLA 12 ŠKOLNÍ ÚRAZOVOST

Index úrazovosti je ukazatel vyjadřující počet a četnost úrazů u dětí a mládeže v souvislosti s rizikovým chováním a úrovní prevence.

Nejčastěji poraněné části těla:

ČÁST TĚLA	MŠ	ZŠ	SŠ
Hlava	36 %	11 %	8 %
Ruka	36 %	47 %	45 %
Noha	12 %	33 %	38 %
Jiné	15 %	7 %	7 %

ZDROJ: ČŠI – VÝROČNÍ ZPRÁVA 2023/2024, GRAF 132

Nejobvyklejším zraněním je dlouhodobě poranění ruky. **Znepokojivý je vysoký podíl úrazů hlavy u dětí v mateřských školách** – tyto úrazy mají potenciálně nejzávažnější důsledky pro zdraví dítěte.

Věkové spektrum a typické úrazy dětí

Pro jednotlivá věková období je charakteristické spektrum určitých úrazů. Znáť toto spektrum znamená umět se připravit a kdo je připraven, není překvapen.

Období kojenecké (0–1 rok): Nejčastější pády, opaření, vdechnutí a spolknutí cizího tělesa. **Úrazy vznikají nevhodnou manipulací s dítětem a nedostatečným dohledem.**

Období batolivé (1–3 roky): Nejrizikovější skupina z hlediska tonutí. Ve věku 2–3 roky velmi časté popálení a opaření. Věk 1–3 roky je nejkritičtější pro vznik otrav.

Období předškolní (4–6 let): Časté pády při hrách a sportu na hřištích, **tonutí, otravy.**

Období mladší školní (6–11 let): Dominují sportovní, školní a dopravní úrazy. **V mechanismu úrazu převažují pády.**

Období starší školní (11–14 let): Sportovní, školní, dopravní úrazy, **tonutí v přírodních vodních plochách, otravy alkoholem, sebepoškození.**

Dorost (15–18 let): Nejrizikovější skupina pro dopravní nehody (řidiči motocyklů), sportovní úrazy a **sebepoškození.**

Chlapci jsou obecně náchylnější k úrazům než dívky – pro všechny typy úrazů a všechny věkové kategorie, s výjimkou kojeneckého věku.

Nejčastější případy smrti dětí z vnějších příčin

VĚK	NEJČASTĚJŠÍ PŘÍČINY
0–5 let	Tonutí, udušení, spolucestující v autě, domácí požáry
5–9 let	Spolucestující v autě, chodec, tonutí, domácí požáry
10–14 let	Spolucestující v autě, chodci, tonutí, požáry
15–19 let	Spolucestující v autě, řidiči

Vzkaz pro rodiče:

„U dětí do 14 let se 38 % smrtelných úrazů stane doma nebo v nejbližším okolí domova – tedy v prostředí, které každý považuje za bezpečné! Proto je zásadní provádět právě doma pravidelný audit bezpečného domova. Proč pravidelně? Děti rostou a jejich aktivita přináší s věkem jiná rizika a tomu je nutné přizpůsobit i chod domácnosti a být vímavý a připravený.“

Právní rámec: Co jako rodič musíte vědět o své zákonné odpovědnosti ke svému dítěti.

Úmluva o právech dítěte (sdělení č. 104/1991 Sb.): Úmluva uvádí, kromě jiného, že děti mají právo na nejlepší dosažitelný zdravotní stav a ochranu před jakýmkoliv tělesným či duševním násilím, zanedbáváním nebo nedbalým zacházením.

Občanský zákoník (zákon č. 89/2012 Sb., § 858): Rodičovská odpovědnost zahrnuje povinnosti a práva rodičů, která spočívají zejména v péči o dítě, zahrnující zejména péči o jeho zdraví a jeho tělesný, citový, rozumový a mravní vývoj.

Zákon o sociálně-právní ochraně dětí (zákon č. 359/1999 Sb., § 59): Fyzická osoba se dopustí přestupku tím, že jako osoba odpovědná za dítě ponechá dítě bez náležitého dozoru přiměřeného jeho věku a tím je vystaví nebezpečí vážné újmy na zdraví. Za tento přestupek lze uložit pokutu do 50 000 Kč.

5 Audit bezpečného domova

Když se řekne „dětský úraz“, většina rodičů si představí rušnou křižovatku, neopatrného řidiče nebo nebezpečný pád ze skály. Opak je pravdou.

Statistiky ukazují, že celých 38 % smrtelných úrazů dětí do 14 let se stane doma nebo v bezprostředním okolí domova. Tedy na místech, které rodiče považují za bezpečná. U nejmenších dětí se doma odehraje dokonce přes 60 % smrtelných nehod (utonutí v bazénu, vdechnutí předmětu, pád z okna). **Domov je pro děti do 5 let z pohledu úmrtí nejnebezpečnějším místem.** U školáků se mapa rizik postupně překreslí. **U dětí od 6 do 15 let se postupně stává nekompromisním nepřítelem číslo jedna dopravní prostředí a sport.**

Škola je častým místem lehkých a drobných úrazů, ale zatímco ve škole platí přísná pravidla prevence, normy a dozor, doma spoléháme na náhodu, zkušenosti a podvědomé vzorce chování. A právě proto je domov a nejbližší okolí nejčastějším místem vzniku úrazu. Prevence nezačíná na silnici nebo v horách, ale v obývacím pokoji, v kuchyni a na zahradě Vašeho domu.

Audit bezpečného domova, který držíte v rukách, Vám pomůže najít skryté hrozby a odhalit rizika úrazu, která si teď nemusíte uvědomovat. Můžete tak udělat včasná opatření a zabránit celoživotním starostem Vašich dětí i celé rodiny.

Věříme, že spolupráce odborníků na prevenci, aktivní školy a poučených rodičů může výrazně omezit úrazovost a rizikové chování dětí – vytvořením bezpečného prostředí pro výchovu, sport a hry, ale i kvalitní pomoci v případě úrazu.

ZDROJ DAT: SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE (WHO) – EUROPEAN REPORT ON CHILD INJURY PREVENTION, VE SPOJENÍ S DATY ÚZIS ČR O VNĚJŠÍCH PŘÍČINÁCH ÚRAZŮ DĚTÍ A MLÁDEŽE.

Jak audit bezpečného domova používat?

V této kapitole jsou pro Vás připraveny základní informace k prevenci nejčastějších typů úrazů dětí a mladých dospělých. U každé kategorie úrazů jsme pro Vás připravili možnost orientačního změření míry rizika daného úrazu ve Vaší rodině a domácnosti, a to vždy v části označené:

Jak jste na tom Vy?

Tato část obsahuje vždy 10 otázek souvisejících s daným typem úrazu s odpověďmi ANO nebo NE.

Postup je velmi jednoduchý:

- 1. Zakroužkujte odpověď, která nejlépe vystihuje situaci a pravidla ve Vaší domácnosti.**
- 2. Sečtěte počet odpovědí ANO.**
- 3. Počet odpovědí ANO porovnejte s barevnou škálou a zjistíte míru rizika.**

Čím více odpovědí ANO, tím VĚTŠÍ je riziko, že u Vás k danému úrazu dojde.

Škála rizika (10 pásem podle počtu odpovědí ANO z 10 otázek)

POČET ANO	BARVA	ÚROVEŇ RIZIKA	DOPORUČENÍ
1		Velmi nízké	Udržujte standard, jen průběžně kontrolujte.
2		Nízké	Drobné doladění, zkontrolujte „slabé místo“.
3		Mírně zvýšené	Vyberte 1-2 jednoduchá opatření tento týden.
4		Střední	Zaveďte opatření v nejbližších dnech.
5		Zvýšené	Jednejte brzy, riziko už je reálné.
6		Vysoké	Udělejte změny co nejdříve.
7		Velmi vysoké	Neodkládejte, řešte prioritně.
8		Kritické	Okamžitě přijměte klíčová opatření.
9		Velmi kritické	Okamžitá opatření jsou nezbytná.
10		Extrémní	Zastavte rizikovou situaci a ihned upravte prostředí/pravidla.

Poté, co si změříte míru rizika, naleznete v části **Co můžete udělat**, abyste snížili riziko úrazu? pravidla a doporučení, která Vám pomohou míru nejčastějších typů úrazů dětí snížit.

5.1 Pády

Pády jsou nejčastější příčinou dětského úrazu. Čím je dítě mladší, tím jsou následky pádů horší. Malé děti nejčastěji dopadnou na hlavu, starší si zlomí ruce nebo nohy. Nejzávažnější jsou poranění hlavy, obličje, páteře a očí - ale i zhmoždění a odřeniny mohou být velmi bolestivé a zanechat jizvy na celý život. Pády z výšky jsou nejčastější příčinou závažných dětských úrazů doma. Rizikové jsou schody bez zábradlí, okna bez pojistek, balkony s nízkým zábradlím, palandy a kluzké povrchy v koupelně a kuchyni. Nebezpečné jsou i pády z herních prvků na hřišti, ze stromů a zahradních konstrukcí. Pády jsou také největším rizikem pro seniory.



Jak jste na tom Vy?

1	Může se dítě dostat na parapet otevřeného okna?	ANO	NE
2	Schody, po kterých se děti pohybují, nemají zábradlí?	ANO	NE
3	Je horní okraj zábradlí balkonu níže než hrudník dítěte?	ANO	NE
4	Máte doma palandy?	ANO	NE
5	Vaše okna nejsou zabezpečena pojistkami a západkami proti otevření?	ANO	NE
6	Je v bytě kluzký povrch – koupelna, kuchyň, plovoucí podlaha?	ANO	NE
7	Na zahradě máme volně stojící žebříky, vyšší stromy, studnu?	ANO	NE
8	Stačí, když dítěti vysvětlím, jak se má chovat?	ANO	NE
9	Věřím, že herní prvky na hřišti jsou bezpečné a děti nepotřebují pomoc dospělého?	ANO	NE
10	Provozujete Vy nebo Vaše dítě tzv. adrenalinové sporty?	ANO	NE

Počet
odpovědí ANO



Míra
rizika úrazu

Nízké
riziko

Střední
riziko

Vysoké
riziko

Kritické
riziko

Co můžete udělat, abyste snížili riziko úrazu?

- Malé děti nenechávejte ani na chvíli samotné na přebalovacím pultu, na posteli v ložnici apod. I krátká nepozornost stačí k pádu.
- Větší dítě zvládne schody nejprve směrem nahoru, teprve později se naučí bezpečně sestupovat dolů. Do té doby musí být schody zajištěny zábranou – vrátky s dětskou pojistkou nahoře i dole.
- Naučte dítě, že vyhlídka z okna je možná jen při zavřeném okně nebo ve Vaší přítomnosti. Pozor na možnost přistavit si nábytek a dostat se tak na parapet. Totéž platí pro balkony, dokud dítě nechápe, že přes okraj je možné přepadnout.
- Palandy nejsou bezpečné, i když musí mít zábranu proti pádu. Děti z nich padají obvykle ne ve spánku, ale při hře. Pokud palandy máte, nenechte děti na nich dovádět.
- Vždy použijte hřiště certifikované pro věk Vašeho dítěte a nejdříve dohlédněte, aby se naučilo vybavení bezpečně používat. Přesvědčte se, zda je hřiště udržované a zda jsou kolem atrakcí povrchy absorbující pády.
- V koupelnách použijte předložky s protiskluzovou úpravou a ve vaně podložky. Okraje schodů opatřete protiskluzovými pásky. Zvláště v zimě dbejte, aby při vyběhnutí z domu dítě nevstoupilo na kluzký, namrzlý povrch.