



# Spis treści

102 569

## **Dlaczego postanowiłam napisać tę książkę**

7

## **Kiedy przygotujesz się do bycia mamą...**

11

Jak szybko i skutecznie  
wezwać pomoc..... 15

Od czego zacząć rozmowę  
z dyspozytorem? ..... 16

Kto może przyjechać do  
twojego domu?..... 17

Skąd czerpać wiedzę..... 19

Potrzebny sprzęt..... 26

Jak powinien wyglądać twój  
dom, zanim pojawi się w nim  
nowy lokator?..... 28

## **Zagrożenia u niemowląt**

39

Bezdech..... 39

Wysoka gorączka ..... 46

Zachłyśnięcie mlekiem ..... 53

## **Kiedy zaczynasz rozszerzać dietę...**

59

Zadławienie..... 60

Pierwsze oznaki alergii ..... 69

## **Kiedy maluch zaczyna poznawać świat...**

75

Oparzenia..... 77

Oparzenia chemiczne..... 81

Upadek z wysokości..... 83

Krwawienie z nosa ..... 86

## **Zatrzymanie oddechu i krążenia**

89

Czy istnieje jakiekolwiek ryzyko  
połamania żeber? ..... 103

Obawy przed  
odpowiedzialnością ..... 105

Co możesz zrobić, aby poprawić  
statystykę w naszym kraju? ..... 106

Wpisano do Księgi Akcesji

Akc. K1 nr 532 / 2024/2N

## **Kiedy niemowlę staje się dzieckiem... 109**

Na placu zabaw.....110

Piasek w oku .....111

Otarcia i zranienia .....113

Silne krwawienie.....114

Upadki i uderzenia .....115

Co jeszcze warto mieć zawsze przy sobie? .....118

Rozcięcie skóry głowy i urazy głowy.....128

Połknięcie baterii .....131

Uraz dłoni .....134

Uraz barku lub obojczyka.....137

Nad wodą.....138

## **Zatrzymanie krążenia 141**

Defibrylator AED.....155

Gdzie znajdziesz defibrylator? .....163

Kiedy boję się, że zrobię krzywdę dziecku... .....166

## **Kiedy zbliża się koniec... 181**

Wypożyczenie domowej apteczki.....184

Wypożyczenie apteczki do wózka ....185

## **Schematy pierwszej pomocy u niemowląt i dzieci 187**