pacjent.gov.pl

Co robić w przypadku zatrucia?

Data aktualizacji
2024-06-04

> **Jeśli podejrzewasz, że doszło do zatrucia, natychmiast zadzwoń pod numer 112 lub zawieź chorego na SOR. Nigdy nie czekaj, aż pojawią się pierwsze objawy.**

Przypadki zatrucia są najczęściej spowodowane przez:

- chemię gospodarczą
- rośliny
- trujące grzyby
- alkohol
- tytoń
- narkotyki.

Wywoływać wymioty?

Nigdy tego nie rób bez uprzedniego skontaktowania się z operatorem numeru **112** lub lekarzem.

Wymioty mogą pogorszyć stan zdrowia osoby, która się zatruła.

Brać węgiel leczniczy?

Dobrze jest mieć węgiel leczniczy (węgiel aktywny) w domu. Jest dostępny do kupienia bez recepty w aptekach. Czasami zaleca się podanie węgla osobie zatrutej. Węgiel wiąże się z wieloma substancjami, w tym z większością leków, fungicydów i herbicydów. Dzięki temu może zmniejszyć ilość toksycznej substancji, która dostaje się do organizmu. Po zatruciu nigdy jednak nie zażywaj go bez uprzedniej

rozmowy z operatorem numeru **112** lub lekarzem.

Jak unikać zatrucia?

Wystarczy wprowadzić kilka zasad, żeby Twój dom stał się bezpieczniejszym miejscem:

- trzymaj chemikalia (np. detergenty, kapsułki do prania, tabletki do zmywarki) w miejscu niedostępnym dla dzieci
- nie przelewaj toksycznych płynów (benzyna, nafta, rozpuszczalnik) do butelek po napojach lub sokach
- zabezpiecz podpałkę podczas grillowania
- odłóż puszki lakieru i farby natychmiast po malowaniu

- upewnij się, że dziecko nie sięgnie do papierosów lub alkoholu
- usuń z domu trujące rośliny doniczkowe
- pilnuj małe dziecko, kiedy jest poza domem, żeby nie brało do buzi dzikich jagód czy grzybów
- leki przechowuj w oryginalnym opakowaniu w szafce, a te, które muszą pozostać zimne, wysoko w lodówce.

> **Kolorowe syropy czy tabletki nie tylko dobrze smakują, ale też dobrze wyglądają. Są szczególnie atrakcyjne dla małych dzieci, które chętnie po nie sięgną. Gdy masz gości lub jesteś w gościach, miej na uwadze, że krewni czy znajomi mogą inaczej przechowywać leki, np. na stoliku nocnym.**

Na co uważać?

To, co możesz zrobić, aby uniknąć wypadków zatrucia, dotyczy głównie dzieci. Małe dzieci odkrywają świat, wkładając rzeczy do ust. Warto od małego uświadamiać je, na co powinny uważać. Edukować na temat roślin, które rosną koło domu, placu zabaw, w parku. Żeby to zrobić, najpierw Ty zgromadź odpowiednią wiedzę.

Rośliny

Owoce niektórych roślin trujących bardzo przypominają te aronii czy jagód. Nie jedz owoców z drzew lub krzewów, których nie znasz. Czerwone czy białe kulki mogą się dzieciom kojarzyć z cukierkami i po zjedzeniu doprowadzić do zatrucia. Zwróć uwagę na liście i gałęzie. Niektóre po zerwaniu wydzielają sok, którego kontakt ze skórą może spowodować podrażnienie.

Przykładami roślin, które mają trujące owoce są:

- wawrzynek wilczełyko
- śnieguliczka biała
- ligustr pospolity
- pokrzyk wilcza jagoda.

Trujące bywają też nasiona, pyłek czy liście. Niektórych roślin się nie je ze względów oczywistych (np. żywotnika. Ale już młode liście konwalii majowej (która jest trująca w całości) można łatwo pomylić z czosnkiem niedźwiedzim. Śmiertelnym zagrożeniem może być zjedzenie niektórych nasion. Te rącznika mogą zainteresować dzieci, bo mają atrakcyjną łupinę. Suche strączki złotokapu przypominają groch, a nasiona ukryte w środku są najbardziej niebezpieczne.

Przykładami roślin trujących po spożyciu są:

- konwalia majowa
- złotokap zwyczajny
- rącznik pospolity
- żywotnik (tuja).

Grzyby

Grzyby jadalne są często mylone z trującymi, które mogą spowodować poważne zatrucie, a nawet śmierć. Kiedy jesteś w lesie, zbieraj tylko takie grzyby, do których masz pewność, że możesz je bezpiecznie zjeść.

Trujące grzyby, które najczęściej możesz pomylić z innymi, to:

- lisówka pomarańczowa (podobna do kurki)
- goryczak żółciowy (podobny do borowika)
- muchomor plamisty (podobny do czubajki kani)
- muchomor sromotnikowy (podobny do gąski zielonej).

> **Jeżeli zauważysz, że ktoś potrzebuje pilnej pomocy medycznej, zachowaj spokój. Jak najszybciej zadzwoń na numer alarmowy. Nie zwlekaj z udzieleniem pierwszej pomocy. Często o ludzkim życiu decydują sekundy.**

Przeczytaj także

Zatrucie pokarmowe – co warto wiedzieć

Nic tak nie psuje urlopu jak zatrucie pokarmowe. Co nam grozi i jak się przed tym chronić?

Pierwsza pomoc tonącemu

Jedną z najczęstszych przyczyn zgonów w okresie letnim jest utonięcie. Co zrobić, kiedy na naszych oczach ktoś tonie? Jak udzielić pierwszej pomocy?

Użądlenia, ukąszenia i ukłucia owadów

Jak zareagować, gdy zbliża się do Ciebie osa, pszczoła lub szerszeń? Co zrobić, gdy dojdzie do użądlenia?