

Ozaveščenost staršev o tveganju za aspiracijo oreščkov pri predšolskih otrocih

Katja Kovač, Denis Baš, Uroš Krivec

Uvod

Zadušitev s tujkom je eden glavnih vzrokov nenadne smrti pri otrocih, mlajših od treh let. Med pogostimi tujki so oreščki, ki zaradi oblike in trdote predstavljajo povečano tveganje za aspiracijo (1). Oreščki so tudi pomemben vir hranil, zato jih je na ustrezen način in ob primerni starosti priporočljivo vključiti v prehrano otrok (2). Po priporočilih Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ) naj se oreščki uvajajo v ustrezni obliki, ki ne povečuje tveganja za zadušitev. Celih oreščkov se ne priporoča do 3. leta starosti, celih arašidov pa do 5. leta (3).

Predstavitev

Z raziskavo smo želeli oceniti, kako dobro so starši seznanjeni s priporočili o uvajanju oreščkov v prehrano in postopki ukrepanja ob aspiraciji tujka. Anonimno anketo smo izvedli med starši predšolskih otrok ob sistematskem pregledu v Zdravstvenem domu Kamnik marca 2025. Prejeli smo 37 popolnih anket. Mediana starosti otrok sodelujočih staršev je bila 1 leto [IQR:

0–3]. 68 % staršev je bilo vsaj delno seznanjenih s priporočili, vendar jih je 35 % menilo, da je uvajanje celih oreščkov varno že pred 3. letom, 86 % staršev pozna primerno obliko oreščkov za uvajanje mlajšim otrokom (zdrobljeni, maslo), 84 % staršev bi znalo ukrepati ob aspiraciji tujka. Najpogostejši viri informacij za starše so splet in tečaji prve pomoči, redkeje NIJZ ali pediater.

Razpravljanje

Večina staršev pozna splošna priporočila, ostajajo pa neskladja glede primerne oblike in časa uvajanja celih oreščkov. Pomemben delež staršev zmotno meni, da je uvajanje varno pred tretjim letom starosti, del staršev pa ne pozna pravih postopkov ob aspiraciji. Informacije pogosto pridobijo iz neformalnih virov.

Pomen za klinično prakso

Rezultati poudarjajo potrebo po jasnem ozaveščanju staršev o primernem času uvajanja celih oreščkov v prehrano otrok in preprečevanju aspiracije.

Literatura

1. Passali D, Lauriello M, Bellussi L. Foreign body inhalation in children: an update. *Acta Otorhinolaryngol Ital* 2010; 30(1): 27–32.
2. Fleischer DM, Chan ES, Venter C, Spergel JM, Abrams EM, Stukus D, et al. A consensus approach to the primary prevention of food allergy through nutrition: guidance from the American Academy of Allergy, Asthma, and Immunology; American College of Allergy, Asthma, and Immunology; and the Canadian Society for Allergy and Clinical Immunology. *J Allergy Clin Immunol Pract* 2021; 9(1): 22–43.
3. Rok Simon M. Enostavni ukrepi za boljše varnost otrok doma in v prometu. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje; 2020. [cited 2025 Apr 14]. Available from: https://nijz.si/wp-content/uploads/2022/08/PRI-ROCNIK-ZA-PEDIATRICNE-TIME_Koncna.pdf

Katja Kovač, dr. med.

(kontaktna oseba / contact person)
Služba za pljučne bolezni, Pediatrična klinika, Univerzitetni klinični center Ljubljana, Ljubljana, Slovenija
e-naslov: katja.gobec@zdkamnik.si

Denis Baš, dr. med.

Zdravstveni dom Kamnik, Kamnik, Slovenija

doc. dr. Uroš Krivec, dr. med.

Služba za pljučne bolezni, Pediatrična klinika, Univerzitetni klinični center Ljubljana, Ljubljana, Slovenija in Katedra za pediatrijo, Medicinska fakulteta, Univerza v Ljubljani, Ljubljana, Slovenija