

# INFORMÁCIE O VYBRANÝCH SYMPTÓMOCH V DETSKEJ PALIATÍVNEJ STAROSTLIVOSTI PRE RODIČOV A OPATROVATEĽOV

**Autori:**

MUDr. Vojtěch Bodnár  
MUDr. Jan Hálek, Ph.D.  
PharmDr. Jindřiška Voláková  
MUDr. Martin Wita

**Recenzia:**

MUDr. Mahulena Exnerová

**Slovenský preklad:**

Mgr. Jozefa Pevčíková, PhD.

**Pôvodné vydanie**

Management vybraných symptomů v dětské paliativní péči  
© Česká společnost paliativní medicíny, Sekce dětské paliativní péče



**Česká společnost  
paliativní medicíny**

České lékařské společnosti  
Jana Evangelisty Purkyně

**Slovenské vydanie:**

Svetielko nádeje, o. z., 2024

# INFORMÁCIE O VYBRANÝCH SYMPTÓMOCH V DETSKEJ PALIATÍVNEJ STAROSTLIVOSTI PRE RODIČOV A OPATROVATEĽOV

## 1. BOLEŠŤ

Bolešť je veľmi častým príznakom u detí so závažným ochorením a prináša utrpenie a obavy. Strach bolesti zhoršuje, preto je dôležité, aby ste sa snažili pôsobiť pokojne a sebaisto. Vášmu dieťaťu i vám to pomôže prevziať nad bolesťou kontrolu a zvládnuť ju.

### Ako zistíte, že vaše dieťa niečo bolí?

Samozrejme ste to predovšetkým vy, rodičia, kto pozná svoje dieťa najlepšie a tiež si najlepšie všimne, že má dieťa bolesti.

Niekedy však môže byť náročné zistiť, že vaše dieťa niečo bolí – obzvlášť pokiaľ je malé. Bolešť je niekedy možné odhadnúť aj podľa správania dieťaťa:

- pokiaľ nevydrží pri žiadnej činnosti a je nepokojné,
- pokiaľ len sedí alebo spí v jednej polohe a bráni sa akémukoľvek pohybu,
- pokiaľ sa opakovane budí zo spánku.

### Ako môžu pomôcť zdravotníci?

- môžu sa pokúsiť zistiť príčinu a typ bolesti a podľa toho zvoliť vhodný liek,
- môžu kontrolovať efekt lieku a podľa toho meniť jeho dávkovanie či zvoliť inú liečbu,
- môžu vám vysvetliť aký liek, ako a kedy môžete podať.

Bolesti môžu prichádzať vo vlnách a nemusí byť vždy možné zaistiť, aby sa bolesť neobjavila nikdy. Napriek tomu je možné:

- podávať pravidelne také dávky lieku, ktoré zaistia, že dieťa bude väčšinu času bez bolesti,
- podať ďalšiu dávku lieku, pokiaľ sa bolesť aj napriek tomu objaví.

## Aké lieky môže vaše dieťa užívať?

K dispozícii je mnoho liekov na odstránenie bolesti. Obvykle sa podávajú ako pravidelná liečba – v určitých intervaloch – tak, aby dieťa väčšinu času bolesťami netrpelo. Pokiaľ sa bolesť objaví aj napriek tejto pravidelnej liečbe (tzv. prelomová bolesť), podáva sa ďalšia dávka lieku navyše (záchranná dávka).

### Pravidelnú medikáciu:

- je nutné podávať pravidelne,
- je nutné podávať, aj keď dieťa práve necíti bolesť,
- je nutné podávať, aj keď bola medzitým podaná dávka pre prelomovú bolesť.

### Liečba „prelomovej“ bolesti – záchranná dávka liekov (liečba podľa potreby)

- aj napriek pravidelnej liečbe sa u dieťaťa môže objaviť epizóda bolesti – pre takéto prípady máte k dispozícii dávku rýchlo účinkujúceho lieku,
- povzbudzuje dieťa k tomu, aby vám hneď oznámilo, keď bude cítiť bolesť,
- všimajte si správanie dieťaťa, ktoré môže na bolesť upozorniť,
- môžete použiť liek aj preventívne pred aktivitou, pri ktorej sa bolesť obvykle objavuje,
- podanie lieku mimo pravidelného dávkovania zaznamenajte, môže byť podľa toho upravená pravidelná liečba.

### Vedľajšie účinky liekov

- zápcha – morfin a iné opioidy spomaľujú pohyb čriev a takmer vždy je potrebné pridať lieky proti zápche,
- nevoľnosť – niektoré deti môžu počas prvých dní podávania lieku pociťovať miernu nevoľnosť, ktorá po niekoľkých dňoch prejde,
- ospalosť – zvyčajne sa vyskytuje len prechodne, len niekoľko dní a ustúpi sama,
- svrbenie – morfin a podobné lieky môžu vyvolávať svrbenie kože; pokiaľ neustúpi v priebehu niekoľkých dní, informujte zdravotníkov, môžu lieky zmeniť alebo podať liek proti svrbeniu,
- problémy s močením – vzácne sa môže vyskytnúť problém s močením; pokiaľ áno, informujte zdravotníkov.

## Prídavné lieky užívané pri zvláštnych typoch bolesti

- bolesti kostí a mäkkých tkanív – pomôcť môžu tzv. nesteroidné antiflogistiká, napr. ibuprofen, ktoré znížia zápal a opuch,
- „nervové“ bolesti – pomôcť môžu lieky užívané proti epileptickým záchvatom a depresiám,
- bolesti pri svalových kŕčoch – je možné použiť lieky uvoľňujúce svalové napätie.

### Akým spôsobom je možné lieky podávať

- pokiaľ môže dieťa ústami prijímať tablety a sirupy – je to najjednoduchšie a najprírodzenejšie,
- náplasti – niektoré lieky je možné podávať vo forme náplastí, z ktorých sa liek postupne uvoľňuje,
- niektoré lieky je možné podávať sprejom do nosnej dutiny, ako nosné kvapky alebo podávať na vnútornú stranu líca – potom sa vstrebávajú cez sliznice,
- časť liekov je možné podať vo forme čípkov – rektálne,
- lieky je tiež možné podávať podkožne, prípadne aj kontinuálne pumpou – do podkožia alebo centrálného katétru (pokiaľ je zavedený).

### Ako ešte môžete dieťaťu uľaviť od bolesti?

- môžete urobiť viacero opatrení a vyskúšať viacero psychologických techník – súčasne s liekmi – aby sa vaše dieťa cítilo dobre,
- zaistiť pohodlie – matrace, polstrovanie, polohovanie, vankúše – všetko podľa želania dieťaťa,
- odvedenie pozornosti (zaujať dieťa obľúbenou činnosťou, hudbou, hrou, spevom, rozprávkami...),
- použitie studených a teplých obkladov,
- jemná masáž,
- relaxačné techniky.

### Emočná bolesť

Dieťa môže trpieť nielen fyzicky, ale aj psychicky – psychická bolesť môže sprevádzať bolesť fyzickú, ale môže sa objaviť aj samostatne. Niektoré príznaky, ktoré môžu poukazovať na to, že vaše dieťa trpí:

- deti môžu byť odmerané, plačlivé, neutíšiteľné,

- môžu odmietat' s kýmkoľvek sa rozprávať alebo sa hnevať na všetkých navôkol,
- môžu mať problémy so sústredením,
- môžu sa sťažovať na únavu alebo zlé sny.

### Ako môžeme v tomto prípade pomôcť?

- umožniť dieťaťu, aby mohlo hovoriť o svojich pocitoch,
- je mnoho odborníkov, ktorí môžu pomôcť – ošetrojúci tím vám môže pomôcť s ich výberom.

## 2. NEVOĽNOSŤ A ZVRACANIE

- v pokročilých fázach ochorenia ide o veľmi častý príznak,
- nevoľnosť nemusí byť vždy zjavná, dieťa môže len odmietat' jedlo.

### Aké môžu byť príčiny nevoľnosti a zvracania?

- môžu tak pôsobiť niektoré lieky,
- napínanie na zvracanie a nevoľnosť môžu sprevádzať silný kašeľ,
- nevoľnosť a zvracanie môže zapríčiniť zápcha,
- príčinou môže byť nádor – ak svojou polohou blokuje črevá,
- môže to byť spôsobené hromadením niektorých látok v tele alebo nedostatkom iných látok,
- niektoré deti zle znášajú jazdu v dopravných prostriedkoch alebo niektoré druhy pohybu,
- pomerne často je príčina kombinovaná alebo ju nie je možné zistiť.

### Ako je možné pomôcť?

- zmenou polohy,
- prúd čerstvého vzduchu – napríklad je možné otvoriť okno alebo použiť ventilátor,
- deťom je často viac nevoľno, ak majú strach – je možné pomôcť odvedením pozornosti, napríklad ponúknuť im možnosť pozrieť si obľúbený film, zahrať si hry alebo využiť predstavivosť či optický klam (viď ďalej),
- nevoľnosť môže zhoršovať aj zápach z kuchyne a varenia,

- pokiaľ podávate jedlo, skúste ho podávať v malých porciách a na malých tanieroch – pohľad na veľký a plný tanier môže nevoľnosť zhoršiť.

### Ako môžu pomôcť zdravotníci

- môžu sa pokúsiť nájsť a vyriešiť príčinu (aj v prípade, že je liečba možná aj bez poznania príčiny),
- väčšinou je možné tieto pocity a prejavy výrazne obmedziť (aj keď nie je vždy možné zabrániť ich výskytu).

### Akú liečbu je možné použiť?

- existuje celý rad liekov, ktoré pôsobia rôznym spôsobom,
- pokiaľ má dieťa chemoterapiu alebo rádioterapiu, sú k dispozícii lieky určené špeciálne pre tento prípad,
- ak má dieťa zápchu, je nutné ju riešiť správnym spôsobom (viď ďalej),
- ak má dieťa obmedzený pohyb čriev, je možné podať lieky, ktoré znížia nevoľnosť a objem žalúdočného obsahu,
- pokiaľ je príznak spôsobený podávanými liekmi, je možné ich zmeniť,
- nevoľnosť pri podávaní morfinu alebo iných silných opiátov je tiež možné riešiť podaním liekov, navyše ide o prechodný príznak.

### Akým spôsobom je možné lieky podávať?

- lieky proti nevoľnosti a zvracaniu je možné podávať ako tablety, kvapky alebo sirup,
- pokiaľ dieťa zvracia, je možné ich podať aj vo forme čípku, prípadne podkožnej injekcie, prípadne do centrálného žilného prístupu (pokiaľ ho má dieťa zavedený).

## 3. DÝCHAVIČNOSŤ

### Čo je to dýchavičnosť?

- ide o bežnú skúsenosť – napríklad pri rýchlom behu máme potrebu hlboko a rýchlo dýchať,
- prípadne môže byť náročné sa nadýchnuť či vydýchnuť,
- často je dýchavičnosť spojená so strachom: dieťa môže mať obavy, že sa nedokáže nadýchnuť alebo že sa udusí,

- dýchavičnosť často prichádza v záchvatoch, pri ktorých dochádza k jej postupnému zhoršovaniu,
- je normálne, že keď vaše dieťa trpí dýchavičnosťou, vy máte strach a pociťujete veľké obavy.

### Aké môžu byť príčiny dýchavičnosti?

- nádor môže tlačiť na pľúca alebo dýchacie cesty,
- v pľúcach alebo ich okolí sa môže hromadiť tekutina,
- dieťa môže mať nedostatok červených krviniek,
- príčinou môže byť aj zápal pľúc,
- bez ohľadu na príčiny – dýchavičnosť často prichádza v záchvatoch a zhoršuje ju strach a obavy.

### Ako môžu pomôcť zdravotníci?

- môžu byť schopní liečiť príčinu, ktorá spôsobuje dýchavičnosť (napr. nedostatok červených krviniek, zápal pľúc alebo dýchacích ciest),
- môžu predpísať lieky, ktoré obmedzujú vnímanie nepríjemných pocitov spojených s dýchavičnosťou,
- môžu vás a vaše dieťa naučiť relaxačné techniky, ktoré znížia vnímanie dýchavičnosti.

### Ako môže byť vaše dieťa liečené?

- môže byť liečená príčina dýchavičnosti,
- morfín je veľmi účinným liekom proti bolesti, v nižších dávkach veľmi dobre obmedzuje dýchavičnosť, jeho mierne upokojujúci efekt navyše môže pomôcť dieťaťu uvoľniť sa a ďalej zmierniť dýchavičnosť,
- pokiaľ nejaký nádor tlačí na dýchacie cesty, môžu pomôcť kortikoidy,
- niektorým deťom pomáha vdychovanie kyslíku,
- antibiotiká väčšinou nepomáhajú, ak nebol dokázaný zápal pľúc.

### Ako môžete pomôcť vy?

Je mnoho vecí, ktoré môžete urobiť. Využite tie, ktoré vášmu dieťaťu najviac pomáhajú:

- uistenie a pokoj sú v tomto prípade dôležité, pretože strach zhoršuje dýcha-

vičnosť: snažte sa pôsobiť pokojne a sebaisto, aj keď sa tak necítite,

- vášmu dieťaťu môže pomôcť, keď cíti na tvári čerstvý vzduch – otvorené okno, ventilátor či fén môžu byť veľmi efektívne,
- niektorým deťom sa lepšie dýcha v určitej polohe – môže to byť v sede, v predklone alebo poležiačky na určitom boku – polohu je možné pohodlne zaistiť napríklad pomocou vankúšov,
- pokiaľ vaše dieťa pozná nejaké dychové cvičenia (napríklad pomalé dýchanie do brucha alebo pomalý výdych cez stisnuté pery), podporte ho v ich vykonávaní,
- užitočné môžu byť aj ďalšie relaxačné techniky alebo hry určené na odvedenie pozornosti.

## 4. EPILEPTICKÝ ZÁCHVAT, KRČE

Zažiť záchvat vlastného dieťaťa je často desivé, ale väčšina ich trvá len niekoľko minút a dieťa si ich neuvedomuje. Na zastavenie záchvatu je možné podať liek, ktorý väčšinou dobre účinkuje.

### Čo je to epileptický záchvat?

Epileptický záchvat je následkom narušenej elektrickej aktivity mozgu. Existujú rôzne typy záchvatov, najčastejšie sa pri nich objavujú nasledovné príznaky:

- dieťa má prázdny pohľad, nereaguje, neodpovedá,
- stratí vedomie,
- vykonáva nekontrolované, nevedomé pohyby, olizuje si pery, má záškľby očí alebo končatín,
- môže dôjsť k samovoľnému vylúčeniu stolice alebo moču,
- po záchvate môže byť dieťa nejaký čas ospalé, obzvlášť pokiaľ trval dlhší čas.

### Čo robiť pri epileptickom záchvate?

Niektoré prejavy záchvatu vypadajú desivo, ale nie sú bolestivé, trvajú obvykle len niekoľko minút a dieťa si ich nebude pamätať. Najdôležitejšie je zabezpečiť, aby sa dieťa nemohlo poraniť – aby bolo na bezpečnom mieste:

- odstráňte z jeho okolia čokoľvek, o čo by sa mohlo poraniť,
- neobmedzujte jeho pohyb,
- nepokúšajte sa mu nič dávať do úst,
- pokiaľ je to možné, otočte hlavu dieťaťa do strany,

- pokiaľ záchvat trvá dlhšie než 3 – 5 minút, podajte mu liek podľa pokynov.

### Čo môžu urobiť zdravotníci?

- môžu predpísať liek, ktorý dieťaťu podáte pri záchvate,
- môžu predpísať pravidelne podávané lieky, ktoré znížia počet záchvatov alebo zabránia ich výskytu (obvykle sa podávajú ústami, ale je možné podávať ich aj iným spôsobom – napríklad podkožne pomocou pumpy).

## 5. ZÁPCHA

- zápcha sa v pokročilých fázach ochorenia objavuje často,
- stolica je vylučovaná menej často, býva jej málo a býva tvrdá,
- vylučovanie stolice môže byť veľmi náročné alebo bolestivé.

### Zápchu môžu sprevádzať aj ďalšie príznaky:

- pocit plného brucha,
- kŕče v bruchu,
- nechutenstvo, nevoľnosť a zvracanie,
- únava.

### Čo spôsobuje zápchu

- problém s vylučovaním stolice mohlo mať dieťa už pred ochorením,
- môže byť spôsobená nádorom, ktorý tlačí na črevá a bráni ich pohybu,
- môže byť spôsobená tým, že má dieťa menej pohybu, menej je a pije,
- zápchu môžu spôsobiť aj niektoré lieky.

### Ako môžeme pomôcť?

- podporujte príjem tekutín, najmä vody a ovocných štiav,
- pokiaľ dieťa prijíma potravu, môže pomôcť, ak konzumuje potraviny s vysokým obsahom vlákniny (ovocie, zelenina, celozrnné pečivo).

### Je možné podávať nejaké lieky?

Sú rôzne druhy liekov, ktoré rôznymi spôsobmi zabraňujú zápche. Väčšina

detí potrebuje kombináciu liekov. Cieľom je zaistiť pravidelné vylučovanie stolice, preto podávajte lieky pravidelne.

- zmäkčovače stolice fungujú tak, že zvyšujú obsah tekutiny v stolici, ktorá je mäkkšia a ľahšie sa vylučuje,
- stimuláciou zvyšujú pohyb čriev,
- niekedy je možné zaistiť vylúčenie stolice podaním čípku alebo klyzmy.

## 6. NEPOKOJ

- nepokojný pohyb, krik, zášklby, triaška tela

### Aké sú možné príčiny?

- fyzické problémy – bolesti, zápcha, infekcie,
- psychické problémy – strach, zlé sny,
- chemické zmeny v tele, ktoré ovplyvňujú mozgovú a nervovú funkciu.

### Ako môžeme pomôcť?

- pokiaľ má dieťa bolesti, môže mu pomôcť dávka lieku na prelomovú bolesť,
- pokiaľ je toho dieťa schopné, je dobré vyzvať ho, aby hovorilo o tom, čo ho trápi,
- pokiaľ je nepokoj náhly a intenzívny, môžete podať dávku lieku na vnútornú stranu líca podľa inštrukcií a kontaktovať lekára,
- nepokoj je bežný v posledných fázach ochorenia a je náročné ho s dieťaťom prežívať, ale je dobré si uvedomiť, že zášklby alebo zvuky, ktoré dieťa vydáva, preň samotné väčšinou nie sú stresujúce alebo bolestivé.

### V čom môžu pomôcť zdravotníci?

- pokiaľ zistia fyzickú príčinu, môžu sa ju pokúsiť vyriešiť – vyliečiť,
- môžu odporučiť liek na zníženie vnímania obáv a ovplyvnenie nepokoja – či už vo forme tabliet, roztoku či kvapiek do úst alebo na podkožné podávanie.

## 7. PROBLÉMY S MOČENÍM

### Znížená tvorba moču

#### Príčiny

- obličky síce moč tvoria, ale močový mechúr sa nevyprázdňuje – retencia:
- niektoré lieky môžu narušovať vyprázdňovanie mechúra,
- zápcha,
- nádor tlačiaci na močové cesty alebo oblasť miechy,
- obličky netvorí dostatočné množstvo moču:
- nádor tlačiaci na obličky,
- v pokročilých fázach ochorenia obličky často prestávajú tvoriť moč – ide o prirodzený proces, ktorý nevyžaduje liečbu.

#### Ako môžeme pomôcť?

- zdravotníci môžu zistiť, či ide o blokádu mechúra alebo či nefungujú obličky,
- teplý kúpeľ a tečúca voda môžu pomôcť v prípade retencie.

#### Ako môžu pomôcť zdravotníci?

- môžu liečiť zápchu alebo upraviť liečbu spôsobujúcu poruchu vyprázdňovania mechúra,
- môžu podať lieky, ktoré uvoľnia tlak spôsobený hromadením moču v mechúre,
- môžu s vami prebrať možnosť zavedenia katétra do močového mechúra – môže to priniesť úľavu, ale taktiež to môže byť nepríjemné.

### Inkontinencia – únik moču

#### Príčiny

- zápcha,
- imobilita – problém s pohybom alebo presunom na záchod,
- porucha vedomia.

#### Čo je potrebné si všímať?

- či sa dieťa dokáže včas dostať na záchod,
- či má mokrú posteľ,
- či si uvedomuje vylúčenie moču.

#### Čo môžeme robiť?

- zaistiť pomôcky: plienky, vložky, obliečky,
- pravidelne usádzať dieťa na záchod,
- uistiť dieťa, že za to nemôže,
- aplikovať ochranné krémy na miesta, ktoré môžu byť v dôsledku úniku moču podráždené.

#### Ako môžu pomôcť zdravotníci?

- liečiť zápchu alebo bolesť,
- zaistiť pomôcky, pomôcť s hygienou atď.

## 8. KRVÁCANIE

- môže sa vyskytovať v rôznych formách – môže ísť o tvorbu modrín, krvácanie z nosa, krv v stolici, vracanie či vykašliavanie krvi,
- krvácanie je desivé na pohľad, ale nebolí – je nutné dieťa upokojiť,
- obvykle sa dá vopred zistiť, u ktorého dieťaťa môže ku krvácaniu dôjsť a pripraviť sa na to.

(Krvácanie môže byť spôsobené narušením cievy nádorom alebo pri nízkom počte krvných doštičiek, ale v tejto fáze nie je podstatné po tom pátrať – skôr riešiť príznaky.)

#### Čo je možné urobiť:

- mať pripravené tmavé uteráky a prikrývky – krvácanie vďaka tomu nebude vyzerať tak hrozivo ani pre vás, ani pre dieťa,
- pokiaľ je krvácanie veľké, kontaktujte zdravotníkov a podajte midazolam alebo morfín podľa pokynov.

## 9. PROBLÉMY S PRÍJOMOM POTRAVY

V pokročilých fázach ochorenia vášho dieťaťa vám môže podávanie jedla a nápojov priniesť mnohé starosti a obavy. Vaše dieťa môže odmietat jedlo a nápoje z nasledovných dôvodov:

- nemá chuť na jedlo,
- má iné chute,
- pociťuje nevoľnosť alebo zvracia,
- má obavy a strach,
- má problémy s prehĺtaním.

### Ako môžeme pomôcť?

- ponúkajte mu jedlo častejšie a v malých porciách – používajte malé tanieriky,
- ponúkajte dieťaťu to, na čo má chuť a čo má rado,
- buďte pripravení podať mu jedlo aj v neobvyklom čase, napríklad v nočných hodinách,
- neupozorňujte dieťa na to, že málo je a pije, nepýtajte na to pozornosť,
- môžete mu skúsiť podávať džús s ľadovou drťou,
- aj v malých dávkach je možné zaistiť dostatočný kalorický príjem (pridaním masla, smotany atď.),
- v pokročilých fázach ochorenia telo potrebuje stále menej jedla a pitia, deti necítia hlad a smäd. Môžu však mať suché ústa, preto je vhodné udržiavať ich čisté a zvlhčovať ich.

V prípade vzniku akýchkoľvek neočakávaných príznakov sa s dôverou obráťte na členov ošetrojúceho tímu, ktorí vám poskytnú užitočné informácie a pomoc.

### Detský mobilný hospic



Lekár  
**0905 553 812**



Sestra  
**0908 363 626**



**[hospic@svetielkonadeje.sk](mailto:hospic@svetielkonadeje.sk)**

