

پدر و مادر گرامی:

کودکان بزرگترین سرمایه ملی هر جامعه ای هستند، در نتیجه حفظ سلامتی آنان و کم کردن ابتلا به بیماری و جلوگیری از مرگ و میر و معلولیت آنها از بالاترین مسئولیت های والدین و جامعه است.

همه پدران و مادران دوست دارند که زندگی و رشد کودکان با ایمنی و آرامش همراه باشد ولی حوادث در کمین آنان است. این حوادث تقریباً همیشه بر اثر کوتاهی و با بی مبالاتی بزرگترها اتفاق می افتد که پیامد آن درد و رنج و معلولیت است که گریبانگیر کودکان بیگناه می شود.



پس :

با رعایت نکات زیر می توانیم کودکان را در مقابل سوختگی، سقوط، غرق شدگی و خفگی، مسمومیت و حوادث ترافیکی محافظت کنیم.

سوختگی :

- ۱- اشیاء داغ یا ظرف های حاوی مایعات داغ را روی میز نگذاریم.
- ۲- در زمان بغل کردن کودک، مایعات و غذای داغ نخوریم.
- ۳- در پریزهای برق، محافظ پلاستیکی قرار دهیم.
- ۴- کودک را در معرض نور شدید و مستقیم خورشید، آتش، مایعات و غذای داغ و وسایل سوزاننده مثل سماور، بخاری، اجاق، کرسی، منقل، تنور، اتو و غیره قرار ندهیم.
- ۵- در زمان بغل کردن کودک سیگار نکشیم.
- ۶- قبل از حمام کردن و یا شستن پای کودک، درجه حرارت آب را با پشت دست خود امتحان کنیم.
- ۷- ابزار و وسایل برقی را دور از دسترس کودک قرار دهیم.



سقوط :

- ۱- در هیچ سن و سالی کودک را در روک قرار ندهیم.
- ۲- در ابتدا و انتهای راه پله ها محافظ قرار دهیم.
- ۳- کودک را در جاهای بلند و بدون حفاظ تنها رها نکنیم.
- ۴- تا زمانی که کودک در تخت و یا گهواره خوابیده است، لبه یا نرده آن بالا باشد.
- ۵- روی پنجره ها محافظ و قفل قرار دهیم.

غرق شدگی و خفگی :

- ۱- سطل ها، تشت ها و حوضچه های آب را خالی نگه داریم.
- ۲- کیسه های پلاستیکی یا بادکنک ها را نزدیک کودک قرار ندهیم.
- ۳- سیم های برق، تلفن و نوارهای پرده و کرکره و اسباب بازیهای بند دار را از نزدیک تخت خواب کودک یا محل بازی او دور نگه داریم.
- ۴- از اسباب بازیهای نرم و کوچک و حلقه دار استفاده نکنیم.
- ۵- اشیاء کوچک یا نوک تیز را دور از دسترس کودک قرار دهیم.



پیشگیری از سوانح و حوادث در کودکان از ۴ ماهگی تا یک سال



۳ - اشیاء آلوده و خطرناک را روی زمین و در معرض دید کودک قرار ندهیم.

۴ - درب کابینت و کمد توسط کودک قابل باز کردن نباشد.

۵ - مواد سمی مثل نفت، بنزین، گازوئیل و ... را در ظروف مخصوص و دور از دسترس کودک قرار بدهیم.

حوادث ترافیکی :

۱ - کودک را در صندلی مخصوص و در عقب اتومبیل قرار دهیم.

هیچگاه نگذاریم کودک در صندلی جلو ماشین بنشیند.

۲ - برای بردن کودک از محلی به محل دیگر از موتور سیکلت استفاده نکنیم.

همیشه تلفن مرکز اورژانس (۱۱۵)
را به خاطر داشته باشیم
تا در صورت مشکل با آنها تماس بگیریم



منابع : بوکلت چارت کودک سالم

۶ - حوض ها و استخرها از چهار طرف دارای حفاظ باشد و در ورودی آنها را بسته نگه داریم.

۷ - محیط زندگی کودک را عاری از دود نگه داریم.

۸ - فاصله میله های نرده تخت خواب و گهواره کمتر از ۶ سانتیمتر باشد.

۹ - تشک کودک سفت و کیپ در کیپ تخت و گهواره باشد.

۱۰ - هرگز کودک را در تشت و یا وان آب تنها نگذاریم.

۱۱ - تسمیح، گردنبند مروارید و یا هر شئی را که اجزاء جداشدنی دارد از دسترس کودک دور باشد.

۱۲ - لباس های کودک دارای بند بلند، حلقه و یا دکمه نباشد. (یا اطمینان داشته باشیم که دکمه محکم دوخته شده است)

۱۳ - کودک را به پشت و یا پهلو بخوابانیم. « هرگز کودک را به شکم نخوابانیم»

مسمومیت :

۱ - در اتاق کودک، اتومبیل و یا هر جایی که کودک در آن است سیگار نکشیم.

۲ - در مجاورت کودک از مواد شوینده، ضدعفونی کننده و سفید کننده ها (وایتکس، جوهر نمک، گاز پاک کن و ...) استفاده نکنیم.