

# والدین گرامی آیا می دانید چگونه می توان از بروز خطرات و حوادث در کودکان پیشگیری کرد؟



دانشگاه علوم پزشکی وزارت بهداشت ایران  
معاونت بهداشت

سوانح و حوادث یکی از شایعترین علل معلولیت و مرگ و میر کودکان می باشد. تقریباً اکثر این حوادث بر اثر کوتاهی و یا بی مبالاتی ما بزرگترها اتفاق می افتد و پیامدهای آن نظیر درد، رنج و معلولیت گریبانگیر کودکان بی گناه شده و مشکلات متعددی را برای خانواده ها و جامعه به دنبال دارد. امید است با آگاهی از این خطرات و پیشگیری از آنها سلامت را برای کودکانمان به ارمغان بیاوریم.

## حوادث و سوانح ترافیکی:

حوادث ناشی از وسایل نقلیه یکی از علل مهم مرگ و میر کودکان می باشد. از علل آسیب کودک در حوادث رانندگی عدم استفاده از صندلی مخصوص کودک در اتومبیل، نداشتن کمربند ایمنی مخصوص این سن و قرار گرفتن شیرخوار بدون حفاظ در آغوش مادر می باشد.



### پیشگیری:

- ✦ از صندلی مخصوص کودک در اتومبیل استفاده کنید.
- ✦ به کودک خود آموزش دهیم تا در خیابان و محل تردد وسایل نقلیه بازی نکنند.
- ✦ نحوه صحیح عبور از خیابان و استفاده از کمربند ایمنی را به کودک خود آموزش دهید.
- ✦ در هنگام استفاده از وسیله نقلیه خصوصاً موتورسیکلت ظرفیت مجاز را رعایت نمایید.
- ✦ صندلی عقب اتومبیل ایمن ترین محل برای کودکان در هنگام رانندگی است.
- ✦ به کودک خود در خصوص نحوه صحیح عبور از پشت وسیله نقلیه آموزش دهید.

## سوختگی ها:

درک کودکان نسبت به تشخیص حس گرما کامل نمی باشد، لذا باید کودکان را از آب داغ و مایعات مانند روغن داغ، نور خورشید، آتش، قاشق و کفگیر داغ، بخاری، تنور و انواع دیگر سوزاننده ها محافظت نمایید.

### پیشگیری:

- ✦ در زمان بغل کردن کودک خود، مایعات داغ و چای ننوشید و سیگار نکشید.
- ✦ کودک خود را در معرض مایعات داغ و وسایل سوزاننده قرار ندهید.
- ✦ ظروف حاوی مایعات داغ را روی زمین، میز و کابینت و در دسترس اطفال نگذارید.
- ✦ هیچگاه کودک را در اتومبیل پارک شده در معرض هوای گرم و آفتاب تنها رها نکنید.
- ✦ پیش از حمام کردن کودکان، دمای آب را با پشت دست خود امتحان کنید.



## سقوط:

پرت شدن از بلندی و زمین خوردن از شایعترین حوادث در هنگام بازی کودکان است.

### پیشگیری:

- ✦ در هیچ سن و سالی کودک خود را در روروک نگذارید.
- ✦ روی پنجره ها و پله ها حفاظ قرار دهید و مطمئن شوید محل بازی کودک ایمن است.
- ✦ هرگز کودک خود را در جاهای بلند مانند تختخواب بدون حفاظ، میز و صندلی تنها رها نکنید.
- ✦ به کودک خود بازی کردن ایمن را بیاموزید.



## برق گرفتگی:



کنجکاوای کودکان نسبت به وسایل برقی از علل شایع برق گرفتگی می باشد.

### پیشگیری:

- پریزهای برق را با محافظ پلاستیکی ببوشانید.
- اجازه ندهید کودک با سیم برق بازی کند.
- در پارکها، محل بازی، کوچه و خیابان از نزدیک شدن و دست زدن کودک خود به سیمها و تیرهای چراغ برق جلوگیری کنید.



## خفگی و غرق شدگی:

به دهان گذاردن و بلعیدن اشیاء از جمله علل خفگی در کودکان می باشد.

### پیشگیری:

- وسایل نوک تیز و اشیائی مثل دانه ها، دگمه و ... را دور از دسترس کودک قرار دهید.
- سیمهای تلفن یا هر سیم دیگر، نوار پرده و طناب را از نزدیکی تخت خواب کودک یا محل بازی او دور کنید.
- لقمه ها و تکه های بزرگ گوشت و ... را به قطعات ریز تبدیل کنید و به کودک بخورانید.
- از دادن میوه های هسته دار و دانه های روغنی و آجیل مثل پسته و ... به کودکان زیر ۳ سال خودداری کنید.
- کیسه های پلاستیکی و بادکنک بدون باد و یا ترکیده را از دسترس کودکان دور نگه دارید.
- از بالش خیلی نرم که موجب فرو رفتن صورت نوزاد در آن و ایجاد خفگی می کند، استفاده نکنید.
- هرگز کودک خود را در تشت آب یا وان تنها رها نکنید، همیشه او را با یک دست محافظت کنید.

## مسمومیت:

مسمومیتها یکی دیگر از علل مرگ کودکان کمتر از ۵ سال است که در ۲ سال اول زندگی شیوع بیشتری دارد. دلیل عمده مسمومیت ها نگهداری مواد سمی و داروها در محل نامناسب و در دسترس اطفال می باشد.

### پیشگیری:

- از بسته بودن درب کابینت ها و کمد ها مطمئن شوید.
- انواع مواد شوینده، پاک کننده و حشره کشها را دور از دسترس کودکان قرار دهید.
- در صورت استفاده از شربت متادون، آن را در ظرف مخصوص و قفل دار نگه دارید.
- داروها را در جای مناسب و دور از دسترس اطفال نگهدارید و داروهای تاریخ مصرف گذشته را در منزل نگهداری نکنید.

## صدمات بدنی:

اشیاء تیز، چنگال، چاقو ... و همچنین حیوانات خانگی می تواند به کودکان آسیب برساند.

### پیشگیری:

- از محل کودک خود در همه زمان مطلع باشید.
- کودکان را در منزل تنها نگذارید.
- شماره تلفن مرکز فوریتهای پزشکی را به کودکان آموزش دهید.
- به کودکان بیاموزید با افراد غریبه صحبت نکنند.
- از نگهداری حیوانات در محل زندگی خودداری کنید.
- از قراردادن چاقو، چنگال و اشیاء تیز در دسترس اطفال خودداری کنید.

