

پیشگیری از سوانح و حوادث ترافیکی در کودکان

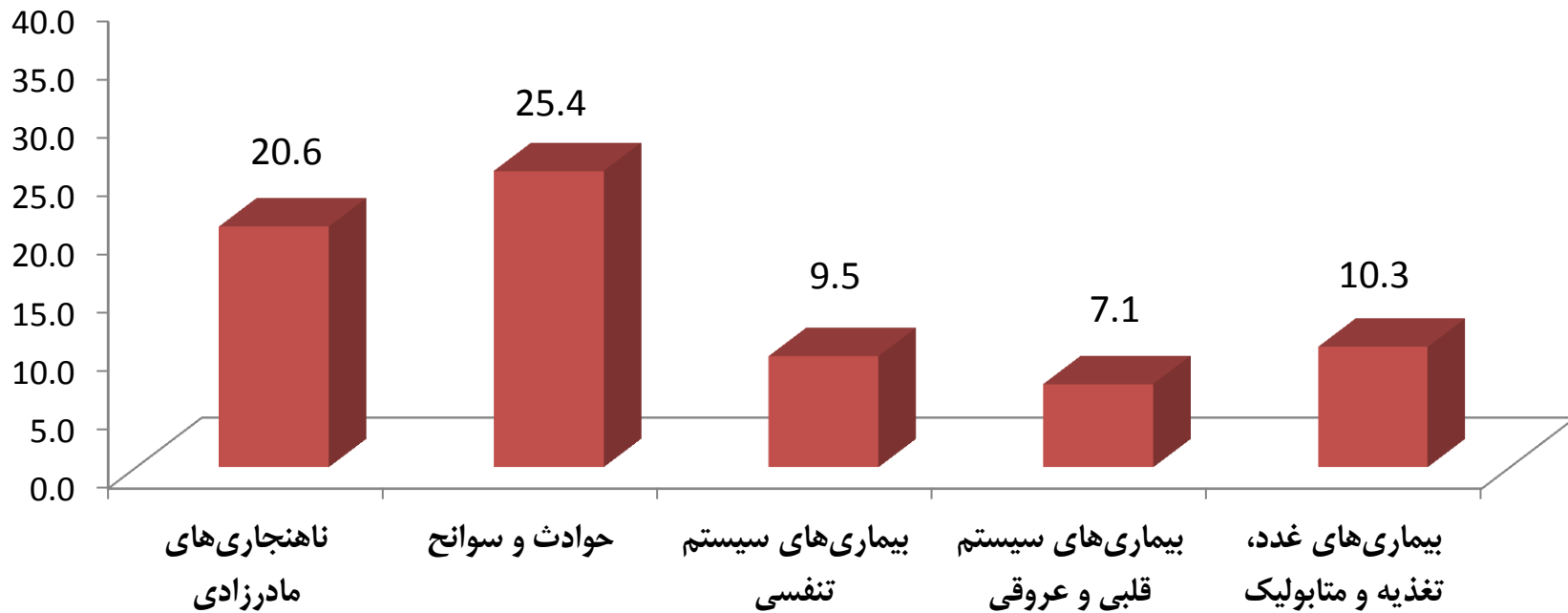
تهیه و تنظیم: سیده فاطمه اسلامی نژاد



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
معاونت بهداشتی



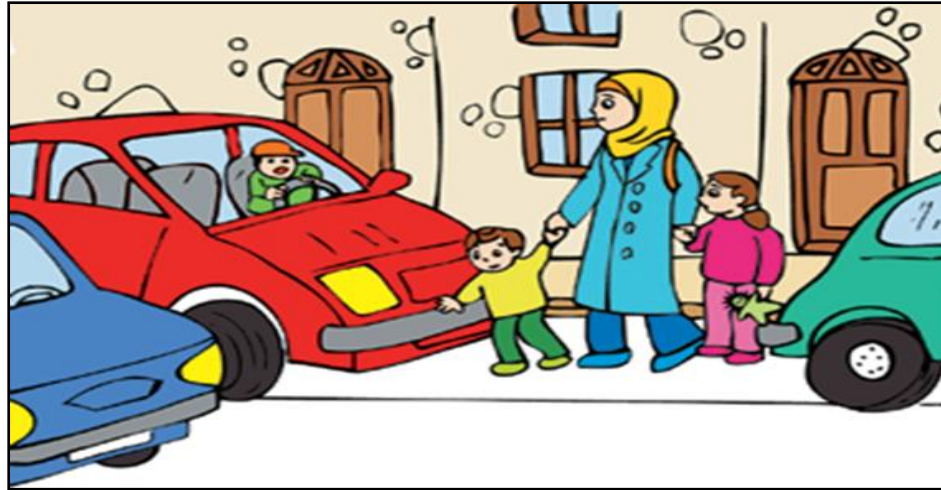
آیا می دانید سوانح و حوادث مهمترین علت مرگ کودکان زیر ۵ سال استان خراسان جنوبی است؟





آیا می دانید ۵۰٪ از موارد مرگ ناشی از حوادث غیر عمدی در کودکان به دلیل حوادث ترافیکی بوده است؟

حوادث ترافیکی علت بسیاری از مرگ
ومیرها و معلولیت های کودکان است.





آیا می دانید ؟

به ازای هر **امورد فوت کودک**
در اثر حوادث ترافیکی
۲۵۴ کودک بستری و
۴ کودک با معلولیت دائمی
مرخص می شوند.

پسران بیشتر از دختران
دچار تصادفات جاده ای
می شوند .



روشهای مختلف ایجاد حوادث ترافیکی در کودکان



- عابر پیاده
- سرنشین اتومبیل
- دوچرخه سوار
- موتورسیکلت سوار
- ترک نشین موتورسیکلت سوار
- مسافروسیله نقلیه عمومی
- زندگی در نزدیکی جاده ها
- بازی در کف جاده ها
- کار کردن در کنار جاده ها و...

در سطح جهان بیشترین کودکان دچار تصادف را
کودکان عابر پیاده تشکیل می دهند.



برای مراقبت از کودک در برابر
حوادث ترافیکی ، در بیرون
از خانه چه باید کرد ؟



وقتی با کودک بیرون می روید ممکن است
جلوتر از شما به سوی خطر برود یا بدود .

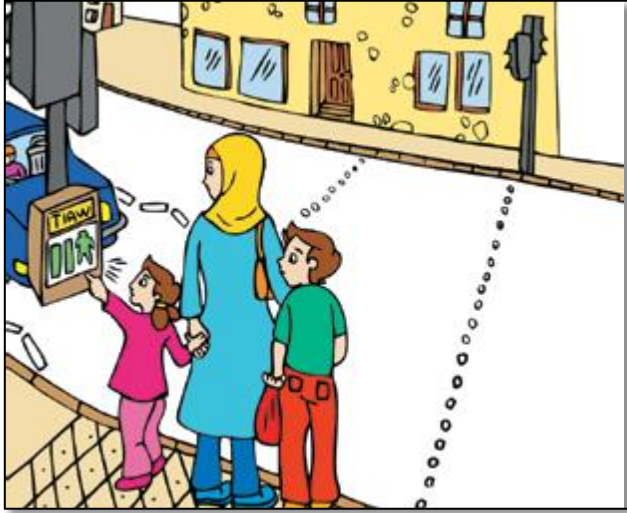


دست کودک را نزدیک خیابان محکم
بگیرید تا خطری برایش پیش نیاید .



کودکان همانطور که بزرگتر
می شوند نیاز دارند به آنها
بیاموزید که چطور از خیابان
بگذرند .

بعضی جاها برای گذشتن از
خیابان خطرناک است .

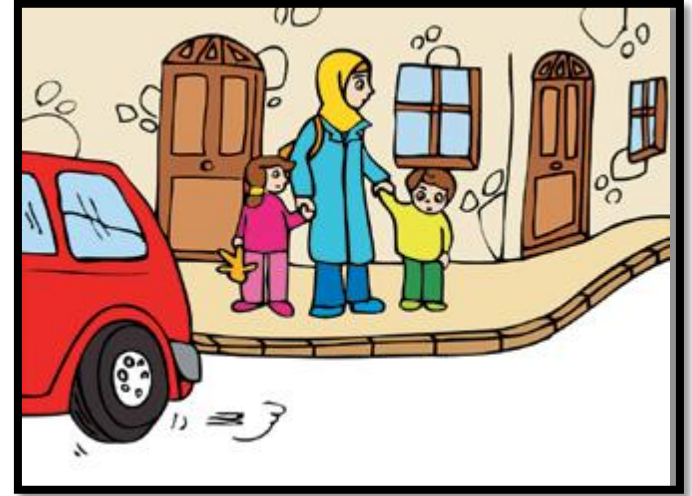


همیشه از ایمن ترین محل
(خط کشی عابر پیاده ، پل های
روگذر یا زیرگذر)

برای عبور از عرض خیابان
استفاده کنید .

محلی را برای گذشتن از خیابان پیدا کنید که بتوانید ماشین های در حال عبور را ببینید و راننده هم شما را ببیند .

وقتی محل مناسب را پیدا کردید در حاشیه پیاده رو بایستید و سپس با احتیاط رد شوید .

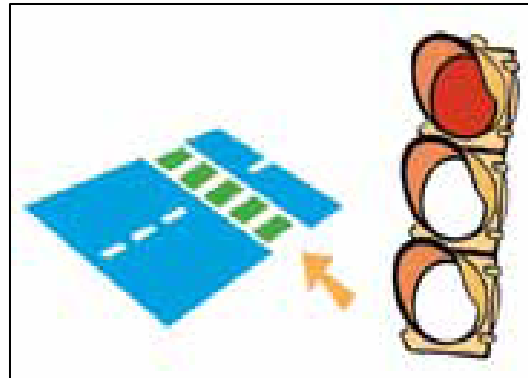


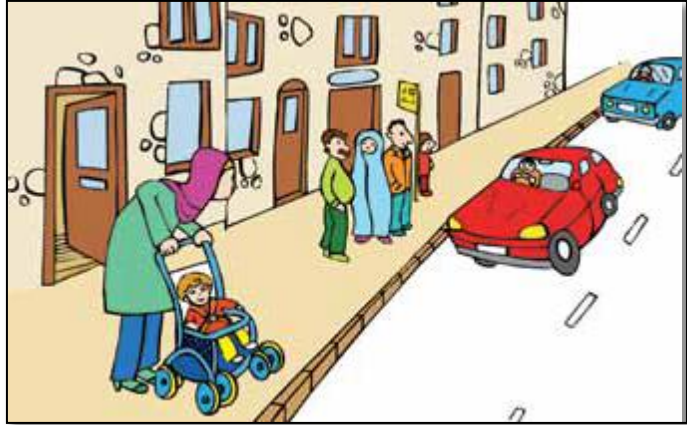


در صورتی که **خیابان شلوغ** است ، صبر کنید و فقط وقتی از پیاده رو وارد خیابان شوید که مطمئن هستید گذشتن از خیابان برای شما و کودکان **ایمن** است .

به کودکان آموزش دهیم :

در صورتی که می‌خواهند از محلی رد شوند که چراغ راهنمایی دارد، منتظر بمانند تا چراغ آدمک سبز روشن شود و پس از توقف اتومبیل‌ها باز هم با دقت کامل از عرض خیابان عبور کنند.



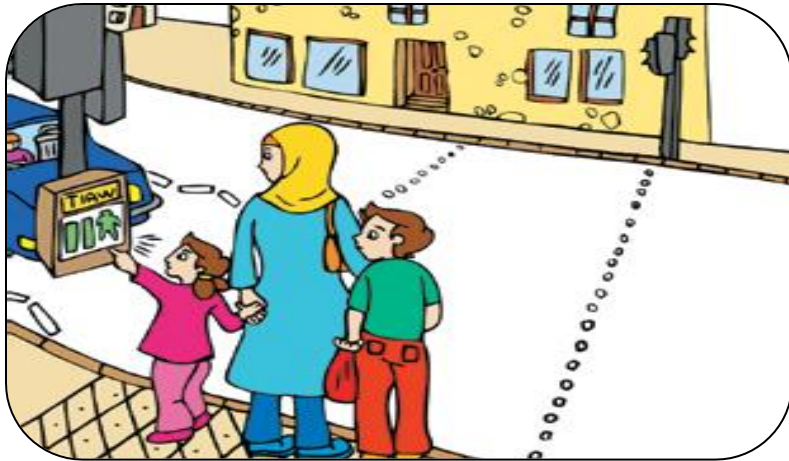


هرگز کالسکه کودک را
وارد خیابان نکنید مگر اینکه
مطمئن شوید که خودرویی
در حال عبور نیست .



وقتی در تاریکی می خواهید از
خانه بیرون بروید ، مطمئن
شوید که علاوه بر خود ،
کودکتان نیز لباس
رنگ روشن بپوشد .

اگر سن کودک زیر ۱۰ سال است تنها و بدون کمک شخص بزرگتر از عرض خیابان عبور نکند.





مراقب باشید کودکان
در کنار خیابان، بازی
(به خصوص توپ بازی)
نکنند.

از سوار کردن کودکان
پشت راننده
موتورسیکلت به خصوص
هنگام شب خودداری
نمایید.



برای مراقبت از کودک در برابر
حوادث ترافیکی ، در داخل
اتومبیل باید کرد ؟





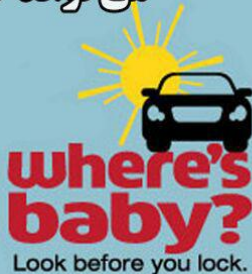
هیچ گاه
کودک را در
خودرو حتی
برای مدت
کوتاهی تنها
نگذارید .

بچه کجاست؟

نگاه کنید، پیش از آنکه در را قفل کنید.



ابری یا آفتابی، نور خورشید می تواند کشنده باشد.



حتی بهترین خانواده ها نیز ممکن است فراموشی کنند.

سالیانه ده ها کودک در خودروهای داغ جا گذاشته می شوند و از گرمای زندگی می میرند.



خطرات تنها گذاشتن کودک در داخل خودرو :

- ناآگاهانه ترمز دستی را خلاص کند.
- از داخل خودرو ربوده شود.
- در آب و هوای گرم گرم مزده شود.

هنگام شیردادن به کودک باید خودرو را
متوقف کرد چون در صورت توقف یا
ترمز ناگهانی ، وزن مادر روی کودک
می افتد و باعث آسیب و حتی خفگی
کودک می شود .



مراحل نشان دادن کودکان در خودرو (با توجه به سن)



کمر بند ایمنی



صندلی تقویتی



صندلی رو به جلو



صندلی رو به پشت



نگه داشتن کودک در بغل خودتان روی
صندلی جلو ایمن نیست. زیرا در صورت
تصادف یا ترمز ناگهانی قادر به حفظ او
نخواهید بود و ممکن است کودک از
پنجره به بیرون پرتاب شود .



نوزادان و کودکان زیر ۲ سال را
روی **صندلی مخصوص** بگذارید
و آن را روی
صندلی عقب ثابت کنید .



همیشه صندلی کودک را روی
صندلی عقب خودرو قرار دهید .
بخصوص اگر خودروی شما
کیسه هوا دارد

در کودکان بالای ۲ سال تا زمانی که وزن کودک به
۱۸-۲۰ کیلوگرم برسد کودک را روی
صندلی مخصوص کودک رو به جلو
قرار دهید .





زمانی که قد کودک به حداقل ۱ متر و
وزنش به حدود ۲۰ کیلوگرم رسید
می توان او را در یک **صندلی حمایتی**
همراه با کمر بند گذاشت تا کمر بند
اتومبیل جلوی صورت و گردن کودک
را نگیرد و اندازه اش شود .

زمانی که کودک توانست در صندلی پشت ماشین بطور صحیح بنشیند و پاهایش کاملاً در کف ماشین قرار گیرد (قد ۱۴۵ سانتی متر و وزن ۳۰ کیلوگرم)
می تواند از کمربند ایمنی خودرو استفاده کند .



همه کودکان زیر ۱۳ سال باید در صندلی عقب
خودرو بنشینند.





استفاده از صندلی مخصوص کودک
در تصادفات،

مرگ کودک زیر ۱ سال را تا ۷۰٪

کاهش می دهد.



استفاده از صندلی مخصوص کودک

در تصادفات،

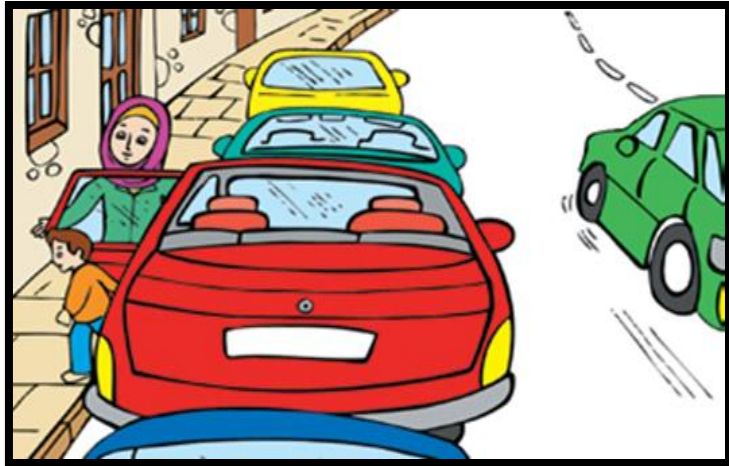
مرگ کودک ۱ تا ۴ سال را تا ۵۴٪

کاهش می دهد.



مناسب ترین زمان برای یادگیری قوانین ترافیکی و رفتارهای ایمن سنین پیش از دبستان است.

سالهای دبستان (۷ تا ۱۱ سال) برای شروع یادگیری دیر است.



برای سوار شدن و پیاده شدن از خودرو باید از درهای سمت راست استفاده کرد.

هنگام خروج از اتومبیل، ابتدا بزرگسالان، سپس کودکان خارج کردند ولی هنگام سوار شدن حق تقدم با اطفال است

برای مراقبت از کودک در
برابر حوادث ترافیکی ، در
حین دوچرخه سواری کرد ؟





کودکان زیر ۹ سال حق
دوچرخه سواری تنها
در خارج از خانه را
ندارند.

برای پیشگیری از حوادث ، دوچرخه کودک کاملاً متناسب اندازه او باشد.

- ارتفاع زین (پاهای کودک به راحتی به زمین برسد)
- طول دوچرخه (دست کودک به راحتی به ترمز برسد)
- مجهز به آینه، چراغ جلو، چراغ عقب و شب‌نمای پشت و ترمز باشد.
- باد چرخ‌هایش مناسب باشد و ترمز‌هایش بخوبی کار کنند.



اندازه خیلی بلند



اندازه خیلی کوتاه



اندازه صحیح

استفاده از کلاه ایمنی هنگام دوچرخه سواری،
اسکیت و اسکوتر ضروری است.





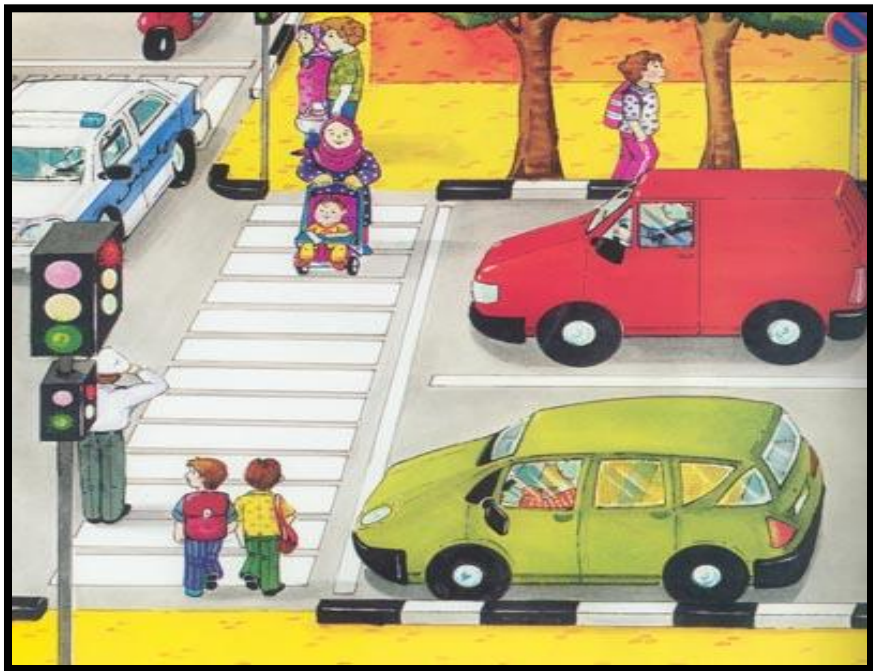
هنگام خرید کلاه ایمنی توجه شود به:

- تناسب سایز آن با سر کودک.
- بندی که زیر چانه ثابت شود و هنگام حرکت به جلو و عقب لیز نخورد.
- دارای تایید استاندارد باشد.
- از کلاه‌های ورزش‌های دیگر مانند تکواندو یا هاکی (چوگان) برای دوچرخه‌سواری استفاده نشود.
- در صورت زمین افتادن یا ایجاد آسیب برای اطمینان از سالم بودن و قابل استفاده بودن دوچرخه را باید به مغازه لوازم دوچرخه‌سواری نشان داد.

بهترین الگوی کودکان والدین و مراقبان شان هستند آنها باید سعی کنند همیشه بطور صحیح و با رعایت قوانین از خیابان عبور کنند.



آگاهی والدین مصونیت کودکان است .



با رعایت نکات ایمنی سلامتی را به کودکانمان هدیه دهیم .

