

مجموعه آموزشی سوانح و حوادث در کودکان



بسم الله الرحمن الرحيم

سوانح و حوادث در کودکان زیر ۸ سال

گروه سلامت کودکان معاونت بهداشتی

تهیه کنندگان

(کارشناس مسئول برنامه کودکان)

کارشناس ارشد مامایی

پروین زارع

کارشناس ارشد مامایی

هاجر طالبان فرد

کارشناس مامایی

اعظم عباسی

زیر نظردکتر فریبا مرادی / مدیر گروه سلامت خانواده و جمعیت ومعاون فنی دانشگاه علوم

پزشکی شیراز

طراح و اجرا.....

در گذشته

آسیب را نتیجه یک تصادف می دانستند

و برای شانس و اقبال قضا و قدر

نقش پر رنگی قائل بودند

در حالی که امروزه میدانیم

همه آسیب ها قابل پیشگیری هستند .

مقدمه :

همه می خواهیم فرزندان سالم داشته باشیم و به آنها کمک کنیم تا با حداکثر توانایی خود زندگی کنند و سوانح و حوادث از علل اصلی معلولیت و مرگ در کودکان بالای یکسال است . هر سال تعداد زیادی کودک در داخل خانه و اطراف آن دچار حوادث می شوند که عمدتاً نیازمند دریافت خدمات پزشکی هستند . خوشبختانه والدین می توانند نقش کلیدی در محافظت از کودکان دلبندشان داشته باشند . این مجموعه ، تهیه شده، تا با دانستن روش های پیشگیری از آسیب های کودکان و اصلاح باورها و رفتارهای نادرست بتوانند در دنیای سالم تر و امن تر به کودکان هدیه کنند.

آیا می دانید در سال ۱۳۹۲ از ۵۳۰ مرگ رخ داده شده ۸۳ مورد سوانح و حوادث و ۵۵ مورد در خارج از بیمارستان اتفاق افتاده که با کمی تأمل این مرگ ها قابل پیشگیری بودند.

ارتباط حوادث با سن و جنس :

کودکان تا سنین ۴ تا ۵ سالگی نمی توانند معنای خطر و مفهوم هشدارهای کسی را متوجه شوند. گروه سنی ۴-۰ سال بیشتر در معرض خطر حوادث خانگی است و شدید ترین صدمات ناشی از حوادث مرتبط با سوختگی و سقوط از ارتفاع است .
پسران بیشتر از دختران در برابر حوادث قرار دارند .

بیشتر حوادث از طریق افزایش آگاهی ، ایجاد بهبود در محیط خانه و ایمنی بیشتر محصولات قابل پیشگیرند.

جدی ترین حوادث در آشپزخانه ، پلکان و اتاق نشیمن رخ می دهد .

بیشترین حوادث در فصل تابستان و در اواخر بعد از ظهر و اوایل غروب رخ می دهد.

عواملی مانند استرس ، مرگ اعضای خانواده ، بیماری مزمن و بی خانمانی ، محیط نا آشنا احتمال وقوع حادثه را افزایش می دهد .

عوامل خطر زا : کنجکاوای کودکان و روحیه ماجراجویی ، قد کوتاه که توسط بزرگسالان دیده نمی شوند، تنش های روانی، ناراحتی های عاطفی خانه حسادت و یا هیجان بیش از حد، بازی های خشن مانند هل دادن و ...

پیشگیری

امن کردن خانه (حفاظ آتش و پله ها)، اجرای قوانین مرتبط با ایمنی کودکان در پیشگیری از حوادث موثر است .بهبود در برنامه ریزی و طراحی محیط منجر به ایمن تر شدن خانه ها و نقاط تفریحی می گردد.

چه خطراتی کودکان ۲۴ -۰ ماهه را تهدید می کند .

تولد تا ۳ ماهگی	۵-۸ ماهگی	۹-۱۰ ماهگی	۱۱-۱۳ ماهگی	۱۸-۲۴ ماهگی
می تواند سرش را بلند کند	می تواند غلت بزند و خودش را به وسایل برساند و آن ها را در دهانش بگذارد	می تواند چیزهای کوچک را بردارد و خودش را بالا بکشد تا بایستد.	اگر چیزی را از او مخفی کنید جایش را می فهمد.	دوست دارد شبیه شما باشد و هر کاری می کنید او هم بکند.

۲۴-۶ماه	۹-۰ماه	۳-۰ماه	پیشگیری از سقوط
اگر کودک صندلی پایه بلند یا کالسکه دارد از مهار کننده های پنج نقطه ای استفاده شود تا نیفتد. جلو پله ها، ورودی های امن بگذارید تا نتواند بالا برود . هر چیز بالا رفتنی را از کنار پنجره بردارید، تا کودک از آن بالا نرود. اگر از اسباب بازی های بزرگ روی تخت خوابش بالا می رود آنها را از روی تخت بردارید.	اگر کودک غلت می زند ، پوشکش را روی زمین عوض کنید .	وقتی کودک را در آغوش خود گرفته و راه می روید اسباب بازی ها را کنار بگذارید تا به آن ها گیر نکنید و نیفتید.	

۲۴-۶ماه	۲۴-۱۰ماه	۱۲-۰ماه	پیشگیری از خفگی
خوراکی های خیلی بزرگ هستند یا شکل های عجیب غریب دارند، را به تکه های کوچکتر تقسیم کنید .	درمورد پرده های کرکرهای یا آویزی،بند پرده را پرده را بالا گره بزنید تا هیچ گره یا حلقه ای آویزان نماند.	در تخت خواب کودک از بالش نرم و لحاف پر استفاده نشود .	
۲۴-۶ماه		۲۴-۷ماه	پیشگیری از مسمومیت
	مواد شوینده را از دسترس و دید او دور کنید . آن ها را در جایی که قفل دارد نگه داری کنید .	داروها را دور از دسترس او بگذارید .	
۲۴-۱۰ماه		۲۴-۰ماه	پیشگیری از غرق شدگی
	کنار حوض، پارک ها یا استخر کودک را تنها نگذارید .	کودک را در حمام تنها نگذارید .	
۲۴-۷ماه	۲۴-۴ماه	۲۴-۰ماه	پیشگیری از سوختگی
نوشیدنی های داغ ، قوری یا کتری را از دسترس او دور کنید .	موصاف کن و اتوها را از دسترس او دور کنید .	اگر در حمام عادت دارید همیشه اول آب گرم را باز کنید ، دیگر این کار را نکنید . همیشه اول آب سرد را باز کنید .	وقتی می خواهید نوشیدنی های داغ بخورید ، اول کودک را پایین بگذارید بعد نوشیدنی تان را بردارید .

صورت غمگین کودک به شما نشان می دهد که چگونه ممکن است کودکان صدمه بینند و تصویر خوشحال کودک را نشان می دهد که چگونه کودکان را سالم ایمن نگه دارید . (فقط برای اطلاع چاپخانه- چاپ نشود)

در تمام اوقات مراقب کودکان باشید .

ناراحت : وقتی کودک بغل شماست ممکن است پایتان به چیزی گیر کند و یا چیزی از زیر پایتان در برود و باهم به زمین بیفتید .

خوشحال پس دقت کنید پایتان را کجا می گذارید .

ناراحت : وقتی از پله پایین می آئید ممکن است شما و کودکتان با هم از پله سقوط کنید .

خوشحال : در حال پایین آمدن از پله دستتان را روی نرده های کنار پله نگه دارید .

ناراحت: استفاده از روروک و صندلی پایه بلند توصیه نمی شود .-

ناراحت : کودک را روی سطوح مرتفع قرار ندهید . ممکن است با حرکت سقوط کند .

ناراحت : زمانی که در حال تعویض کهنه کودک هستید ممکن است از روی تخت یا میز غلط بزند و سقوط کند .

خوشحال : کودک را کف اتاق (روی زمین) عوض کنید .

حوادث ترافیکی

خوشحال

خارج از منزل

ناراحت

کودک ممکن است بسوی خطر بدود .	دست او را نزدیک خیابان محکم نگه دارید تا خطری برایش پیش نیاید .
بعضی مکان ها برای گذشتن از خیابان خطرناک اند .	همیشه از ایمن ترین محل (خط کشی عابر پیاده ، پل های روگذر یا زیر گذر) برای عبور از عرض خیابان استفاده کنید . ضمن عبور از خط کشی عابر پیاده به رنگ چراغ مخصوص عابری پیاده توجه کنید .
ممکن است در خیابان از جایی بخواهید رد شوید که نتوانید ماشین در حال عبور را ببینید .	محلی را برای گذشتن از خیابان پیدا کنید که بتوانید ماشین های در حال عبور را ببینید . وقتی محل مناسب را پیدا کردید در حاشیه پیاده رو بایستید .
ممکن است همیشه نتوانید ماشین در حال عبور را ببینید .	مطمئن شوید که همه ماشین ها را می بینید و صدای شان را می شنوید .
ممکن است به یک ماشین یا دوچرخه توجه نکنید .	در حال عبور از خیابان به نگاه کردن و گوش دادن ادامه دهید .
اگر کالسکه کودک را وارد خیابان کنید . ممکن است یک ماشین با او تصادف کند .	هرگز کالسکه کودک را وارد خیابان نکنید مگر اینکه مطمئن شوید ماشینی در حال عبور نیست .
وقتی تاریک است ممکن است رانندگان نتوانند شما و کودکتان را ببینند .	وقتی در تاریکی می خواهید از خانه بیرون بروید ، مطمئن شوید که علاوه بر خودتان کودکتان نیز لباس روشن بپوشد .

خوشحال

در ماشین

ناراحت

در یک تصادف ممکن است کیسه های هوای ماشین به کودک آسیب برساند	همیشه صندلی کودک را روی صندلی عقب خودرو قرار دهید . بخصوص اگر خودروی شما کیسه هوا دارد
نگه داشتن کودک در بغل خودتان روی صندلی جلو ایمن نیست .	همیشه کودک را روی صندلی مخصوص بگذارید . و آن را روی صندلی عقب ثابت کنید. در صورت نداشتن صندلی کودک، همراه با کودک در صندلی عقب اتوموبیل بنشینید.
در صورت استفاده از صندلی کودک در ماشین ، به سن و وزن کودک توجه شود.	کودک را روی صندلی مخصوص کودک که مناسب سن و وزنش باشد، قرار دهید برای اطمینان از فروشگاهی که این نوع صندلی ها را می فروشد ، سوال کنید .
ممکن است هنگام پیاده کردن کودک از ماشین، او را به خطر بیندازد .	از درب ماشین که کنار پیاده رو است برای پیاده کردن کودک استفاده کنید .
<p>در اطراف اتوموبیل بیشتر مراقب کودکان باستید .</p> <p>در حالت دنده عقب ، راننده دیده محدودی دارد و ممکن است کودکان کوچک اندام در دید عقب و آینه بغل ها دیده نشوند . تا جای ممکن حرکت رو به جلو از دنده عقب گرفتن بهتر است ولی در مواردی که مجبور هستید دنده عقب بگیرید مطمئن بشوید که کودکی در اطراف وسیله نقلیه نیست .</p>	

بطور متوسط ۴۳٪ موارد مرگ ناشی از حوادث غیر عمدی در کودکان به دلیل حوادث ترافیکی بوده است .

غرق شدگی

آیا میدانید کودکان در عمق کمتر از ۳ سانتی متر آب غرق میشوند.

خوشحال	حمام	ناراحت
--------	------	--------

ممکن است کودک بخواهد با آب بازی کند.	هرگز کودک را کنار آب ، وان حمام،توالت فرنگی و دوش آب حتی برای مدت کوتاهی تنها رها نکنید .
ممکن است هنگام استحمام کودک درب حمام بسته یا قفل شود .	هنگام استحمام کودک ، تمام قفل ها را از در حمام بردارید و یا کلید یدکی همواره در اختیار داشته باشید . تا چنانچه کودک خود را در حمام حبس کرد بتوانید او را نجات دهید.
ممکن است در هنگام استحمام تلفن یا زنگ در به صدا در آید.	یکی از اشتباهات شایع ، ترک کودک در حمام برای پاسخ دادن به زنگ در یا تلفن است در این صورت کودک را با خود به همراه ببرید یا تلفن را خاموش کنید تا برای جواب دادن مجبور نباشید کودک را تنها بگذارید.

خوشحال	استخر	ناراحت
--------	-------	--------

در هنگام بازی کودک در استخر به نکات مقابل توجه کنید.	هرگز کودک را کنار استخر حتی برای مدت کوتاهی تنها رها نکنید . حصار کشی کامل محیط استخر توام با قفل ورودی در استخر از غرق شدگی کودکان پیشگیری می کند .
--	---

استخرهای متحرک هرگز توصیه نمی شود . ولی در صورت استفاده آن را با آب پر کنید . به سرعت استفاده کنید و خیلی سریع خالی کنید و در محل اصلی خود قرار دهید .	
درجه حرارت استخرهای با لوله های گرم و جکوزی برای کودکان بسیار زیاد است . همچنین به دلیل حباب های بی شمار موجود در استخرهای جکوزی در صورتی که به داخل استخر بیفتند نمی توانید او را ببینید .	قبل از این که او را در آب بگذارید با آرنجتان دمای آب حمام کودک ۳۸- ۳۷ درجه سانتی گراد مناسب است.
آب استخر همیشه تمیز و پاکیزه باشد، در صورتی که کودک گم شد اول داخل استخر را بگردید.	وقتی کودکان را برای مدت کوتاهی مشاهده نکرده اید .
کودکانی که شناگرهای ضعیفی هستند باید در داخل و اطراف استخر جلیقه نجات بپوشند .	تا قبل از سه سالگی اجازه شنا کردن به کودکان ندهید .

خوشحال

دریا

ناراحت

در ساحل دریا ممکن است جریان آب کودک را غفلتاً به زیر آب بکشد و به دلیل خطر امواج بزرگ کاملاً مراقب کودکان باشید .	ممکن است کودک در دریا ذوق زده شود و به سمت آب بدود.
بررسی شرایط آب و هوایی ، محدودیت شنا در اوضاع خاص آب و هوایی و حضور نجات غریق می تواند در تامین دریا نقش داشته باشد .	
کودکان حتی اگر شنا کردن می دانند در داخل و اطراف آب های طبیعی باید جلیقه نجات بپوشند . به هنگام شنای کودک پوشیدن جلیقه نجات و حضور یک فرد بزرگسال در کنار او ضروری است .	
حضور یک فرد مسئول و توانمند در محل کمک کننده است .	

آب های-گودال-برکه-آب-
آب های جاری

آب های راکد- گودال-برکه-آبهای جاری طبیعت -استخر (باغ ها) شناسایی کنند. با مسئولین منطقه جهت ایمن سازی مکانها هماهنگی و مکاتبه کنند. کودک را تنها رها نکنند. جهت پاکسازی این مکانها بامسئولین منطقه همکاری کنند.	وجود آب های راکد - گودال - برکه - آبهای جاری طبیعت - استخر (باغ ها) موجب غرق شدگی کودکان می شود.
--	---

۱- مهارت های نجات زندگی را بیاموزید : هر فردی باید اصول پایه شنا کردن و احیاء پایه کودکان BLS را بداند .

۲- استخر را کامل حصاربندی کنید.

۳- استفاده از جلیقه نجات را اجباری کنید .

۴- وقتی کودکان در داخل یا اطراف آب هستند نظارت کامل داشته باشید

سوختگی

<p>۱- هنگام بغل کردن کودک وزمانی که در آغوش شماست از نوشیدن مایعات وچای داغ و کشیدن سیگار جدا پرهیز کنید. کتری را با آب جوش در آشپزخانه جابه جا نکنید .</p> <p>۲- ظروف حاوی مایع داغ را روی میزی نگذارید چون کودک شما ممکن است آن را به طرف پایین بکشد.</p> <p>۳- تا جای ممکن کودکان کوچک را از آشپزخانه دور نگه دارید .</p>	سوختگی با آب داغ
<p>1- اتصال منبع الکتریسته با بدن کودک قطع کنید .</p> <p>۲-اگر کودک بیهوش است راه های هوایی او را باز کنید،نبض وتنفس او را بررسی کنیدودر صورت لزوم عملیات احیا را انجام دهید. (جهت یادگیری نحوه احیا در پایان مجموعه مطالعه و در کلاسهای آموزشی مرکز بهداشت شرکت کنید)</p> <p>۳-برای خنک کردن موضع سوختگی مقادیر زیادی آب سرد روی آن بریزید و در صورت امکان هر گونه لباس سوخته را از بدن کودک جدا کنید.</p> <p>۴-برای حفاظت از محل سوختگی در برابر عفونت ترجیحاً یک پوشش یا پانسمان استریل یا یک باند تمیز سه گوش تا شده یا انواع پوشش های تمیز و غیرپرزدار دیگر روی سطح آسیب دیده قرار دهید.</p> <p>۵-برای انتقال کودک به بیمارستان با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.</p>	سوختگی با برق و وسایل الکتریکی
<p>۱-هیچ چیز برای نوشیدن به کودک ندهید. در صورتی که احساس سوزش دارد فقط لبهای او را با آب سرد مرطوب کنید.</p> <p>۲-باعث استفراغ کودک نشوید، زیرا اگر استفراغ وارد ریه هایش شود موجب آسیب خواهد شد.</p> <p>۳-با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید و کودک را به بیمارستان برسانید.</p>	سوختگی با اسید و قلیا (کلیه سموم،حشره کش ها،فرآورده های نفتی،داروها ومواد شوینده وسفیدکننده،مواد آرایشی وبهداشتی ،رنگ ها وحلال ها)
<p>در آفتاب سوختگی پوست داغ و ملتهب است و برای درمان آن دمای قسمت سوخته را با استفاده از کمپرس آب سرد پایین بیاورید .</p> <p>۲-پارچه ای را در آب سرد فرو کنید و بر روی سطح سوخته پوست قرار دهید و مرتب آن را عوض کنید. این کار را روزی چند بار و هر بار ۱۰ تا ۲۰ دقیقه تکرار کنید.</p>	آفتاب سوختگی

باید(خوشحال)	نباید(ناراحت)
سوختگی را به سرعت زیر جریان کند آب سرد بگیرید .	پماد ، کره ، روغن ، سیب زمینی ، خمیر دندان ، اسپری بی حس کننده روی محل سوختگی ننماید . این کار لایه های سوخته را مستعد عفونت می کند .
به محل سوختگی تاول دست نزنید .	هرگز از یخ برای سرد کردن ناحیه سوخته استفاده نکنید این کار سوختگی ناشی از سرما را نیز به ضایعه اضافه میکند .
لباس را از روی محل سوختگی در آورید . اگر به پوست چسبیده است آنرا نکشید . اطراف آن را با قیچی ببرید .	به تاول فشار نیاورید وآن را باز نکنید چون این کار باعث گسترش عفونت در محل می شود.
به نرمی روی محل سوختگی را با پارچه تمیز و بدون پرز بپوشانید تا عفونت نکند .	داروهای موضعی بکار نبرید مگر با دستور پزشک .
به توصیه پزشک توجه کنید .	

نکات کلیدی

- ۱- هشدار دهنده دود را در خانه نصب کنید .
 - ۲- برنامه ای برای فرار از آتش داشته باشید .
 - ۳- با احتیاط آشپزی کنید و هرگز زمان غذا پختن محل را ترک نکنید و در کنار اجاق گاز پخت غذا حضور داشته باشید .
- بطور متوسط ۵/۶٪ موارد فوت ناشی از سوانح و حوادث غیر عمدی در کودکان به دلیل سوختگی با آب داغ بوده است .

سقوط

سقوط علت اصلی صدمات غیر کشنده در میان کودکان سنین ۰-۱۹ سال است.

سقوط پله ها و پنجره ها و تخت خواب

سقوط از تخت خواب	<p>۱- گهواره به اندازه کافی گود باشد.</p> <p>۲- حداقل ارتفاع گهواره از روی تشک تا بالای آن ۵۰ سانتی متر باشد تا کودک نتواند از آن خارج شود.</p> <p>۳- زمانی که کودک شروع به بالارفتن از گهواره کرد به تخت کودک منتقل شود.</p> <p>۴- دو طرف تختخواب حفاظ داشته باشد.</p> <p>۵- فاصله بین نرده های تخت از ۶ سانتی متر کمتر باشد. اگر فاصله بیشتر باشد، احتمال دارد سر کودک بین نرده ها گیر کند.</p> <p>۶- چهار گوشه تخت بررسی شود، ستون های تخت اغلب از سطح نرده بالاتر باشد. اگر ستون ها خیلی بلند باشد خطر گیرکردن گردنبنند، لباس های یقه دار کودک و در نتیجه آسیب رسیدن به او وجود دارد. بنابراین سر ستون تخت بیش از ۲ سانتی متر بلندتر از نرده ها نباشد. اگر در تختی این سر ستون ها بلندتر بود باید آن ها را کوتاه کرد.</p> <p>۷- فاصله بین قاب تخت یا تشک نباید بیش از قطر ۲ بند انگشت باشد. در غیر این صورت امکان دارد دست یا پای کودک بین تشک و تخت گیر کند.</p> <p>۸- از قاب تخت و حتی خارج آن چیزی آویزان نشود. البته آویختن چیزهایی در دو ماه اول بعد از تولد اشکالی ندارد ولی پس از آن می توانند خطرناک باشند چون ممکن است کودک با کمک آن ها از دیوار تخت بالا برود.</p> <p>۹- وقتی کودک در تخت گذاشته می شود نرده ها در بالاترین محل خود ثابت شوند، چفت و قفل تخت باید کاملاً محکم و ایمن باشد.</p>
------------------	---

<p>۱۰- وقتی قد کودک از ۹۰ سانتی متر بلندتر باشد، دیگر نباید در تخت کودک گذاشته شود چون قد او تقریباً در حد ارتفاع زرده های تخت است. در این موقع از تخت نوجوان استفاده شود</p> <p>۱۱- تختخواب های تاشو برای کودکان کمتر از ۶ سال توصیه نمی شود.</p>	
<p>۱- یک درب ایمنی استاندارد در بالا و پایین پله ها نصب کنید .</p> <p>۲- هرگز اشیاء خطرناک لغزنده را روی پله ها نگذارید .</p> <p>۳- پله ها را به دقت تعمیر و نگه داری کنید .</p> <p>۴- فرش های آسیب دیده یا فرسوده را باز سازی و رفو کنید یا دور بیندازید</p> <p>۵- اطمینان حاصل کنید زرده ها محکم هستند و هیچ جای پایی برای بالا رفتن ندارند .</p> <p>۶- مطمئن شوید راه پله ها همیشه روشنایی مناسب دارند .</p> <p>۷- پنجره هارا با قفل مناسبی قفل کنید اما مطمئن شوید که در موقع اضطراری می توانید به راحتی از آن خارج شوید .</p> <p>۸- هیچ چیزی را زیر پنجره قرار ندهید که بتوان از آن بالا رفت .</p> <p>۹- مبلمان و لوازم آشپزخانه در معرض خطر کشیده شدن را به دیوار محکم کنید .</p>	<p>سقوط از پله ها و پنجره ها</p>

سقوط وسایل بازی

تاب بازی	سرسره
۱- در تمام مدت تاب بازی کودک را رها نکنید.	- هنگام بالا رفتن با هر دو دست زرده ها را بگیرند .
۲- همیشه در وسط تاب بنشینند.	- هنگام سر خوردن مطمئن شوند که کسی جلوی آن نیست .
۳- هرگز روی تاب نایستند و زانو نزنند.	- همیشه با پا و نه با سر از سرسره پایین بیایند .
۴- هر دو طناب تاب را بگیرند .	-از سطح شیب دار سرسره پایین بیایند .
۵- پیش از بلند شدن از روی تاب فرصت بدهند تاب کاملاً بایستد.	۷- هنگامی که کودکان دیگر مشغول تاب بازی
۶- کنار تاب در حال حرکت نایستند .	

<p>هستند در پشت یا جلوی تاب بازی نکنند.</p> <p>۸- در یک زمان تنها یک نفر روی تاب بنشیند و بازی کند .</p> <p>۸- تاب خالی را حرکت ندهید یا زنجیر تاب را نییچانند.</p>	
---	--

آشنایی با عوامل خطر صدمات مغزی

- کودکان با سن پایین تر ، زیر ۲ سال مخصوصاً در سال اول زندگی بیشتر در معرض خطر صدمات مغزی هستند .
- سقوط از ارتفاع ۹۰ سانتی متر یا بلند تر
- کودکان با مشکلات مغزی قبلی
- سقوط روی سطوح سخت ، نوک تیز ، داغ
- ضربات ناشی از تکانهای ناگهانی
- کودکان با مشکلات انعقاد خون

علائم و نشانه های شکستگی استخوان

- ممکن است استخوان قوسی شکل شده و یا پیچیدگی پیدا کند .
- کودک قادر به حرکت عضو آسیب دیده نباشد یا هنگام حرکت به شدت درد داشته باشد .
- در عرض یک تا دو ساعت تورم ایجاد شود .
- کودک از درد در ناحیه ای خاص شاکی باشد .
- درد در عرض دو تا سه روز پس از آسیب برطرف نشود .

اقدامات در سقوط

- ۱- سریعاً با پزشک تماس بگیرید .
- ۲- برای جلوگیری از گسترش تورم ناحیه آسیب دیده را با یخ به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه بپوشانید .

- ۳- برای کمتر شدن تورم عضو آسیب دیده را روی بالش یا سطحی بلند تر قرار دهید .
- ۴- عضو آسیب دیده را قبل از دستور پزشک حرکت ندهید .
- ۵- برای محدود کردن و تست اندام آسیب دیده را با کمک پارچه یا نوار به تکه ای چوب ، کتاب ، مقوای ضخیم یا آتل ببندید .
- ۶- شکستگی استخوان های دراز مانند استخوان های بازو و ساق پا تقریباً همیشه باید گچ گیری شود.

نکات کلیدی پیشگیری

- ۱- بازی ها را ایمن کنید .
- ۲- ورزش ها را ایمن کنید .
- ۳- خانه خود را ایمن کنید .
- ۴- نظارت کامل داشته باشید .

در ایران: به طور متوسط ۳/۶٪ از موارد فوت ناشی از سوانح و حوادث غیر عمومی در کودکان به دلیل سقوط بوده است .

مسمومیت

مسمومیت با سرب	مسمومیت با دارو
<p>۱- برخی مواد آرایشی و رنگ های نقاشی حاوی سرب کودکان را در معرض مسمومیت با سرب قرار می دهند .</p> <p>۲- هنگام تعمیرات اساسی منازل قدیمی مقادیر زیادی سرب در خانه منتشر می شود . در صورت تراشیدن رنگ ها ترتیبی بدهید تا کودکان زیر ۵ سال در خانه حضور نداشته باشد .</p> <p>۳- تمام وسایل کودک مانند کالسکه ، تخت ، اسباب بازی ها و خمیر سازی را از نظر وجود رنگ های حاوی سرب بررسی کنید .</p> <p>۴- اگر فکر میکنید فرزندتان در معرض خطر ورود میزان بالایی از سرب به بدنش قرار گرفته است . از پزشکان نخواهید برای او آزمایش خون کنند .</p>	<p>۱- داروها را به نحو مناسبی دور از دسترسی و دید کودکان خردسال نگه داری کنید</p> <p>۲- همه داروها را در ظرف اصلی خود نگه داری کنید .</p> <p>۳- قرص های رنگی درخشان و قرص هایی که در بسته هایی قرار دارند که داخل آنها معلوم است . برای کودکان وسوسه انگیز هستند . آن ها را دور از دسترس کودکان نگه داری می کنید . هرگز به کودکان نگوئید که داروها و ویتامین ها شکلات هستند .</p> <p>۴- بهتر است دارو را زمانی مصرف کنید که کودک در اطراف شما نیست زیرا کودکان از بزرگترها تغییر می کند .</p>

	<p>۵- با احتیاط در مورد نحوه مصرف داروها به کودکان آموزش دهید . هرگز وا نمود نکنید که آنها بی خطر هستند .</p> <p>۶- داروهای قدیمی را دور بریزید .</p> <p>۷- در هنگام دید و بازدید از بستگان یا دوستان مراقب باشید، چون ممکن است آنها از قواعد مشابهی پیروی نکنند.</p>
--	---

پیشگیری از مسمومیت ها

<p>۵- به کمد ، انبار یا گاراژی که آنها را نگهداری می کنید قفل بزنید .</p> <p>۶- مواد شیمیایی مثل رنگ ، الکل سفید ، نفت ضد یخ خورو ، علف کش ها و آفت کش ها را دور از دسترس و خارج از دید کودکان نگه داری کنید .</p> <p>۷- از خرید گیاهان دارای برگ یا میوه های سمی و یا آن هایی که پوست را تحریک می کنند اجتناب کنید .</p> <p>۸- گیاهان سمی و غیر سمی را از دسترس کودکان دور نگه دارید چون ممکن است ناگهان کودک میوه و یا برگ آن ها را بلعیده و دچار مشکلات تنفسی شود .</p> <p>۹- بوته های گیاهی نزدیک منزل یا زمین بازی را شناسایی کنید .</p> <p>۱۰- به کودکان آموزش دهید که هیچ گاه قارچ ، میوه یا برگ های گیایان وحشی را نخورید .</p>	<p>۱- مواد شیمیایی خانگی و محصولات تمیز کننده را خارج از دید و در کابینت ها و قفسه های قفل دار ترجیحاً در طبقات بالا و دور از دسترس کودکان نگه داری کنید . زیر سینک و یا کف توالت محل مناسبی برای نگهداری این مواد نمی باشد .</p> <p>۲- این مواد را در ظروف دارای درپوش مقاوم در برابر کودک نگه داری کنید .</p> <p>۳- مواد سفید کننده مانند وایتکس و پاک کننده های دستشویی مانند جوهر نمک را با هم استفاده نکنید . زیرا اگر مخلوط شود کلر تولید می کنید که گازی خطرناک است و ایجاد مسمومیت میکند و ظروف خالی را بطور ایمن دور بیندازید .</p> <p>۴- سیگار ، ادکلن ، عطر ، روغن آروماتراپی و دهان شویه ها نیز می توانند برای کودکان سمی باشند.</p>
---	--

اقدامات در صورت مسموم شدن کودک

۱- واکنش طبیعی والدین و مراقبین کودکی که یک ماده سمی خورده است استفراغ تا ماده خارج شود
شماره تلفن پزشک خانواده خود را نزدیک تلفن قرار دهید . هر چه سریعتر با او تماس بگیرید.

۲- اگر هنوز مقداری سم در دهان کودک وجود دارد از او بخواهید آب دهانش را بیرون بریزد یا با کمک
انگشت مواد سمی را از دهان کودک خارج کنید .

۳- قبل از هر چند تنفس کودک و گردش خون او را بررسی کنید . سپس او را از نظر نشانه هایی نظیر
سوختگی لب ها ، قرمزی و اطراف دهان و همچنین از نظر خواب آلودگی ، استفراغ ، گرفتگی
عضلات معده (درد ناحیه شکم) و تغییرات رفتاری را بررسی کنید .

۴- اگر کودک خواب آلوده یا بی هوش است ، مشکلات تنفس یا حرکات تشنجی دارد با اورژانس
۱۱۵ تماس بگیرید تا قبل از رسیدن کمک های پزشکی کودک را به پهلو قرار داده و سرش را پایین
ترا از سایر قسمت های بدن قرار دهید .

۵- در صورت مسمومیت با داروهای ابتلا در عرض یک تا ده دقیقه یک بررسی ساده انجام دهید تا
مطمئن شوید واقعاً کودک دارو مصرف کرده است . در صورت امکان نمونه ای از داروی خورده شده
یا ظرف آن را به پزشک نشان دهید .

نکات کلیدی

۱- از بسته بندی های قفل دار استفاده کنید .

۲- شماره تلفن های ضروری را بدانید . اگر کودک شما تنفس ندارد یا هوشیار نیست با اورژانس ۱۱۵
تلفن بزنید .

۳- برچسب روی بسته بندی را بخوانید وقتی به کودکان دارو می دهید برچسب دارو و همه هشدارهای
روی بسته دارو را بخوانید.

۴- چیزی را که نیاز ندارید نگهداری نکنید . داروهای غیر قابل استفاده ، داروهایی که نیاز ندارید یا داروهای تاریخ گذشته را به روش ایمن و صحیح از بین ببرید .

بطور متوسط ۷٪ از موارد فوت ناشی از سوانح و حوادث غیر عمدی در کودکان به دلیل مسمومیت است.

خفگی در کودکان

آیا می دانید در سال تعداد..... کودک زیر یکسال به علت خفگی از بین می رود.

آشنایی عوامل خطر خفگی در کودکان

- ۱- راه هوایی آن ها باریک است و خیلی راحت تر از شما دچار انسداد می شوند .
- ۲- هنوز خوب دندان در نیاورده اند .
- ۳- دوست دارند اشیاء را در دهان بگذارند . این راهی برای شناخت دنیای اطرافشان است .
- ۴- خوردنی های سفت مانند آب نبات ، مغزها ، بادام زمینی ، آجیل ، تخمه ، ذرت بوداده ، استخوان باعث خفگی در کودکان می شود.
- ۵- تکه های بزرگ غذا مانند تکه های بزرگ گوشت ، تکه های بزرگ شیرینی و سوسیس میتواند باعث خفگی در کودکان شود.
- ۶- کودکان حتی با خوردنی هایی مثل حبه انگور که به تصور شما خیلی نرم و کوچک هستند هم ممکن است خفه شوند .
- ۷- اشیاء ریز مانند سکه ، دکمه و باطری های کوچک ساعت ، سنجاق ، پیچ ، اسباب بازی های کوچک با تکه های کوچک اسباب بازی های بزرگ می تواند باعث خفگی در کودکان گردد.
- ۸- بادکنک قبل از این که باد شود یا وقتی می ترکد می تواند باعث خفگی در کودکان گردد.

علائم خطر در ورود جسم خارجی به دستگاه گوارش

- ۱- سرفه و حالت خفگی
- ۲- احساس گیر کردن چیزی در گلو
- ۳- بلع مشکل یا دردناک
- ۴- امتناع از غذا خوردن و آبریزش دهان
- ۵- استفراغ دائمی
- ۶- مری در پشت نای و در مجاورت با آن قرار دارد در صورت گیر کردن چیزی در آن متورم شده و می تواند راه تنفس را ببندد در علائم اختلال تنفس ایجاد کند

علائم خطر در ورود جسم خارجی به دستگاه تنفس

- ۱- شروع ناگهانی سرفه با صدایی خشن
- ۲- از دست رفتن کامل صدا به علت انسداد کامل راه تنفس
- ۳- خشن شدن صدا
- ۴- بلع مشکل یا دردناک
- ۵- تغییر رنگ پوست کودکان به خاکستری یا آبی
- ۶- خس خس در سینه که بدون گوش هم قابل شنیدن است

پیشگیری

- ۱- اسباب بازی ها را متناسب با سن کودک انتخاب کنید .
- ۲- هدایایی را که دوستان و آشنایان به کودک می دهند بازبینی کنید .
- ۳- اطمینان حاصل کنید که اشیاء کوچک مانند تپله ها ، بادام زمینی و اسباب بازی های کوچک ، خارج از دسترس کودکان زیر ۳ سال نگه داری می شوند .
- ۴- به کودکان بیاموزید هنگام غذا خوردن ، بازی و جست و خیز نکنند و ندوند .
- ۵- بندهای کشیده شده در پرونده ها و کرکره ها را کوتاه کنید .
- ۶- دوره های آموزشی عملکرد های اولیه را بگذرانید . با این کار در بحران جان کودکان را نجات دهید .

نکات کلیدی

۱- محیط خواب ایمن ایجاد کنید .

۲- غذا خوردن و بازی کردن کودکان را ایمن کنید

۳- کمک های اولیه و احیاء قلبی ریوی (CPR) را یاد بگیرید .

به عکس های BLS در آخر صفحه توجه کنید .

بطور متوسط ۱۲٪ از مرگ و فوت ناشی از سوانح و حوادث غیر عمدی در کودکان به دلیل انسداد راه هوایی

(خفگی) بوده است

آسیب های ورزشی

شکستگی استخوان	پیچ خوردگی و رگ به رگ شدن	زخم یا بریدگی
<p>هر گونه شکاف یا ترک استخوان را شکستگی می گویند.</p> <p>۱- کودک قادر به حرکت عضو آسیب دیده نباشد ، یا هنگام حرکت به شدت درد داشته باشد.</p> <p>۲- ممکن است استخوان قوسی شکل شده و یا پیچیدگی پیدا کند</p> <p>۳- در محل ضربه در عوض یک تا دو ساعت تورم ایجاد شود.</p> <p>۴- کودک از درد ناحیه خاصی شاکی باشد .</p> <p>۵- درد در عرض دو تا سه روز پس از آسیب برطرف نشود.</p>	<p>رگ به رگ شدن و پیچ خوردگی اصطلاحی است که برای پارگی تاندون ها ، رباط ها و عضلات به کار می رود .</p> <p>۱- در دو سه روز اول ، عضو آسیب دیده بی حرکت باشد تا بار وزن روی آن قرار نگیرد .</p> <p>۲- هر ۲ ساعت یکبار و هر بار به مدت ۲۰ دقیقه کیسه یخ در موضوع آسیب دیده قرار داده شود.</p> <p>۳- تورم و درد با بالا آوردن عضو آسیب دیده و قرار دادن آن روی یک بالش بهتر شود .</p> <p>۴- برای کودکانی که دچار پیچ خوردگی شده اند استفاده از آتل های پلاستیکی ، کیسه های بادی و حتی آتل های گچی مناسب است</p>	<p>کودکان هنگام ورزش و بازی ممکن است دچار خراش و بریدگی های متعددی شوند .</p> <p>۱- زخم با آب گرم و صابون به مدت ۳ تا ۵ دقیقه شسته شود .</p> <p>بهرتر است محل زخم با برس تمیز شود</p> <p>۲- معاینه معمول به منظور شناخت ضایعات آشکار و یا آسیب های مفصلی</p> <p>۳- شرحی جداگانه از بیماری های داخلی ، جراحی یا هر بیماری دیگری که به مراقبت پزشکی نیاز داشته باشد .</p>
گرما زدگی	آسیب چشمی	در رفتگی
<p>افزایش دمای بدن بیش از حد نرمال را گرما زدگی می گویند.</p> <p>۱- برای ورزش کردن باید شرایط آب و هوایی را در نظر گرفت</p> <p>۲- نوشیدن مایعات به مقدار زیاد برای مقابله با از دست دادن آب بدن ضروری است . برای پیشگیری از کم آبی کودک قبل ، بعد و به هنگام ورزش آب بنوشید</p>	<p>این آسیب ممکن است به دلیل ضربه مستقیم ناش از مشت ، انگشت یا اجسام تیز و یا پاشیده شدن چیزی در چشم باشد .</p> <p>۱- اسباب بازی های پرتابی مانند تیرو کمان تفنگ ، دارت و مانند آن ها در اختیار کودکان قرار داده نشوند.</p> <p>۲- هنگام ورزش های بالقوه آسیب</p>	<p>در رفتگی جابجایی و از جا خارج شدن استخوان از جایگاه قبلی خود</p> <p>۱- پس از دستور پزشک عضو آسیب دیده حرکت داده نشود.</p> <p>۲- برای جا انداختن در رفتگی به پزشک مراجعه شود ، معمولاً مفصل به مدت ۴ هفته در آتل می ماند تا بهبود یابد . مفصل آسیب</p>

<p>۳- در گرمای زیاد حتماً از لباس هایی به رنگ روشن و سبک استفاده می شود .</p> <p>۴- هیچگاه کودک را در ماشین به مدت طولانی وبا پنجره های بسته تنها نگذارید.</p>	<p>زا برای کودکان از قبیل بیس بال ، تکواندو ،شمشیر بازی از کلاه ایمنی که کاملاً گوش ها وچشم ها را می پوشاند استفاده شود تا استخوان های اطراف چشم آسیب نبینند..</p>	<p>دیده ضعیفتر از معمول است و احتمال دررفتگی مجدد در آن بیشتر است .</p>
--	--	---

آسیب های دندانی

<p>قبل از معاینه دندانپزشک ، دندان لق نباید از دهان کودک خارج شود .</p>	<p>اگر دندان کودک در اثر ضربه شل شود .</p>
<p>ممکن است به تاج دندان که خارجی ترین قسمت دندان است یا به عاج دندان که حافظ ساختمان های داخلی دندان است و یا به مغز دندان که ریشه عصبی در آن قرار دارد آسیب وارد شود در صورتی که ترک خفیف باشد دندان خونریزی نمی کند.اگر در اولین فرصت این آسیب ترمیم نشود مغز دندان کاملاً تخریب میشود واز بین می رود.</p>	<p>اگر در اثر ضربه ، دندان کودک ترک بخورد .</p>
<p><i>اقدامات لازم جهت بیرون افتادن کامل دندان از دهان</i></p> <p>الف - دندان شیری:</p> <p>۱- به دلیل آسیبی که ممکن است به دندان دائمی زیرین برسد، نبایستی تلاشی در جهت گذاشتن دندان شیری در محل حفره دندانی مربوطه نمود، ولی بایستی کودک ارجاع فوری به دندانپزشک شود.</p> <p>۲- در صورتی که کودک قبلاً به طور کامل واکسینه نشده باشد و زخم آلوده باشد، بایستی یک نوبت واکسن کزاز به کودک تزریق شود.</p> <p>ب - دندان دائمی:</p> <p>۱- دندان بیرون افتاده را پیدا کرده و از سمت تاج آن را نگهدارید.</p> <p>۲- دندان را زیر فشار ملایم آب خنک یا آب جوشیده سرد شده بگیرید. (دندان و بخصوص ریشه آن با پارچه یا دست پاک نشود).</p> <p>۳- در صورتی که نیروی ارائه دهنده خدمت و یا والدین آموزش های لازم را دیده باشند، بایستس سریعاً دندان را به درستی (سطح بیرونی دندان به سمت خودشان و سطح داخلی دندان به سمت داخل دهان بیمار) در حفره دندانی مربوطه قرار دهند.</p> <p>۴- یک تکه گاز نم دار را روی دندان قرار داده و از بیمار خواسته شود که با فشار دست یا با فشار دندان های خود آن را نگه داشته و سپس بیمار ارجاع فوری به دندانپزشک شود.</p> <p>نکته ۱: در صورتی که نیروی ارائه دهنده خدمت و والدین آموزش های لازم را</p>	<p>اگر در اثر ضربه دندان به طور کامل از بستر خارج شود .</p>

<p>ندیده باشند، یا مهارت لازم را نداشته باشند، پس از انجام اقدامات بند ۱ ابتدا دندان را در یک محیط مرطوب مثل سرم شستشو، شیر، بزاق یا آب جوشیده سرد شده قرار داده و بلافاصله در حداقل زمان ممکن، کودک ارجاع فوری به دندانپزشک شود.</p> <p>نکته ۲: اگر ضربه باعث شکستگی تاج دندان شده است، در صورت امکان تکه جدا شده دندان نیز نزد دندانپزشک برده شود.</p>	
<p>در صورتی که شیری باشد میتواند به دندان دائمی که هنوز رشد نکرده است آسیب وارد کند، اگر دندان دائمی باشد خودش آسیب می بیند. در هر صورت باید در اولین فرصت به دندانپزشک مراجعه شود. هرچند با گذشت زمان بسیاری از دندان های فرورفته دوباره به موقعیت اولیه باز می گردند، این روند هفته ها و حتی ماه ها طول می کشد و باید در این مدت کودک تحت نظر دندانپزشک باشد.</p>	<p>اگر دندان به داخل بسترش فرو رود</p>

نکات کلیدی

کودکان را برای ورزش و بازی آماده کنید. (کلاه ایمنی و مچ بند ، پدهای پوششی زانو و آرنج استفاده کنید.)

اطمینان حاصل کنید وسایل حفاظتی ورزش و بازی کودکان از نظر اندازه مناسب هستند.

مطمئن باشید تمرینات ورزشی را درست انجام می دهند .

به درجه حرارت هوا توجه داشته باشید . (وقت مناسب – آب کافی – لباس مناسب)

یک الگوی رفتاری مناسب برای کودکان باشید .مواقع ضروری کلاه ایمنی بپوشید و قوانین را رعایت کنید .

آسیب های دیگر

سندرم تکان شدید کودک

سندرم تکان شدید کودک زمانی اتفاق می افتد که سر کودک ناگهان در حین تکان شدید به سمت جلو و عقب برود و سبب حرکت مغز و ساییدگی آن با دیواره جمجمه شود .

این تکان شدید می تواند موجب آسیب های مغزی ، کوری یک هر دو چشم ، ناشنوایی ، اختلالات یادگیری ، عقب ماندگی ذهنی ، فلج مغزی ، صرع ، اشکالات تکلم و حتی مرگ کودک شود .

هرگز کودک را در عصبانیت ، بازی و یا به هر دلیل دیگری تکان ندهید .

هرگز کودک خود را به هوا پرتاب نکنید .

اگر کودک زیاد گریه می کند اقداماتی برای آرام کردن کودک انجام دهید دراین حالت به هیچ عنوان در اثر عصبانیت او را تکان ندهید .

اجسام خارجی در بینی و گوش

کودک دوست دارد اجسامی مانند دانه های تسبیح ، جواهرات بدلی ، دستمال کاغذی ، دانه های گیاهان و حبوبات را داخل گوش یا بینی اش فرو کند

علائم	پیشگیری	درمان
۱-درد و ترشح مزمن ۲-ترشح بدبو ۳-بدون علامت	۱-اسباب بازی هایی که قطعات کوچک تسبیح و جواهرات بدلی را دور از دسترس کودکان دور کنید. ۲-هنگام غذا خوردن جزیی را داخل گوش یا بینی فرو نرود . ۳-با رعایت اصول ایمنی مربوط به اسباب بازی های می توانید از بروز این اتفاق ها جلوگیری کنید ۴-برای خشک کردن صورت کودک از دستمال کاغذی استفاده نکنید . ۵-از الگوی مناسب رفتاری استفاده کنید.	۱-در اولین فرصت کودک را نزد پزشک ببرید. ۲-

سوختگی پوشک بچه

سوختگی پوشک بچه یا کهیر ناشی از آن یک تورم قرمز و دردناک است که در محل پوشک کودک ایجاد می شود . این وضعیت سبب ناراحتی ، گریه و بی قراری شیرخوار خواهد شد .

پیشگیری	درمان
پوشک کودک را مرتب عوض کنید. پوشک کثیف را روی بدن کودک باقی نگذارید . پس از عوض کردن پوشک ، کودک را با آب ولرم بشوئید . در طی روز کودک را بدون پوشک رها کنید .	محل سوختگی را با آب ولرم بشوئید . پوست قسمت سوخته را چرب کنید مدتی پوشک برای کودک استفاده نکنید . از روغن بچه استفاده کنید . این کار بهترین روش برای نرم کردن قسمت هایی از پوست کودک است که با پوشک تماس دارد . اگر سوختگی پوشک پس از سه روز مراقبت خوب نشد و یا بدتر شد،به پزشک مراجعه کنید .

گیر کردن انگشت لای درب

خوشحال	ناراحت
<p>- برای پیشگیری از گیر افتادن انگشت کودک باید لوازم خاصی که از بسته شدن ناگهانی دریا از کامل بسته شدن آن جلوگیری می کنند، برای منزل خریداری کنید . البته برای این کار میتوان از ابزار و وسایل موجود در خانه نیز استفاده کرد.</p> <p>- چیزی را در ناحیه قفل در یا بالای آن بچسبانید تا جلوی بسته شدن در را بگیرد. (می توانید شبها آن را بردارید تا در بسته شود)</p> <p>- چیزی سمت لولای در بچسبانید . این کار جلوی بسته شدن در را می گیرد یا شکاف خالی بین در و لولا را پر میکند، لذا فضای خالی جهت گیر افتادن انگشت باقی نمی ماند.</p> <p>- برای درهای کشویی مانند پاسیو، درهای قفسه و کشوها طراحی خاصی داشته باشد.</p> <p>باتوجه به اینکه تجهیزات خاصی جهت ایمنی درهای ماشین وجود ندارد. قبل از بسته در ماشین اطمینان حاصل کنید انگشت کودک لای در نیست.</p> <p>به خاطر داشته باشید حتی اگر تجهیزات خاصی جهت جلوگیری از گیرافتادن انگشتان به کار می برید، باید مراقب کودکان خردسال باشید.</p>	<p>- انگشت لای درهای کشویی یا کشوی در حال بسته شدن گیر می کنند .</p> <p>- انگشت بین در و چارچوب نزدیک دستگیره یا پشت لولای آن گیر می کند .</p> <p>- وقتی کسی می خواهد در را ببندد و اطلاع ندارد انگشت کودک لای در است.</p> <p>- حین بازی با کودکان دیگر، در حال جنگ و گریز، برای اینکه او را بیرون کنند هلش میدهند و خیرندارند انگشت او لای در است.</p> <p>- باد در را می کوبد.</p>

آسیب کودک با شیشه

پیشگیری :

- ۱- شیشه های موجود را با استفاده از غشاهای مقاوم در برابر شکست ، ایمن تر کنید .
- ۲- هنگام خرید مبلمان هایی که در آن شیشه بکار رفته است . بدنبال تائید یه استاندارد باشید .
- ۳- قطعات شکسته را به سرعت جارو کرده و به طور ایمن دفع نمائید .
- ۴- وسایل شکستگی را با ویژگی خاص ایمنی خریداری کنید .

گزیدگی

گزش ممکن است توسط سگ و گربه ، انسان ، مار گزیدگی ، حشرات نیش دار اتفاق افتد .

روش نگهداری صحیح حیوانات به کودکان آموزش داده شود .	احتمال عفونی شدن تمام گزش ها وجود دارد .
به کودکان بیاموزید که حیوانات را تحریک یا اذیت نکنند .	ناحیه گزش را به خوبی با آب و صابون بشوئید .
کلیه حیوانات خانگی توسط دامپزشک معاینه شوند .	خونریزی را با فشار آرام با روی زخم بند بیاورید .
هنگام ورود کودک تازه وارد به دقت از حیوانات خانگی مراقبت شوند .	زخم را بعد از تمیز کردن از نظر علائم عفونی بررسی کنید .
علف ها و چمن های هرز چیده شوند .	هر گونه قرمزی درد یا ترشح از زخم نشانه عفونت است و احتیاج به درمان آنتی بیوتیک دارد .
پوشیدن کفش و لباس های حفاظتی از قبیل چکمه به ویژه در مناطق روستایی و در شب خطر گزیدگی را کاهش نمی دهد .	در صورتی که کودک دچار مارگزیدگی شد پادزرهر مخصوص برای مارگزیدگی وجود دارد و او را سریع به مرکز درمانی برسانید .
	در هر گزیدگی حتی اگر زخم عفونی نباشد . بهتر است کودک را نزد پزشک ببرید و درباره وضعیت واکسیناسیون کزاز و احتمال عفونی شدن زخم مشورت کنید .

کودک آزاری

نشانه های کودک آزاری	انواع کودک آزاری
آزار جسمی	
<ul style="list-style-type: none"> - کبودی یا جای شلاق روی بدن کودکان است. - کبودی های متعدد در مراحل گوناگون بهبودی و با شکلهای غیرعادی دارد. - جای سوختگی در بدن کودک دیده می شود. - در رفتگی و شکستگی استخوان غیرقابل توضیح دارد. - توضیحی که کودک درمورد آسیب ها می دهد باتوضیح والدین و سرپرست او متفاوت است. 	<p>۱-آزار جسمی : کودکان در آزارهای جسمی کتک می خورند ، مورد ضرب و شتم قرار می گیرند دچار شکستگی استخوان یا زخم و آسیب های دیگر می شوند . آزار شدید جسمی ممکن است به آسیب جدی دائمی یا پیشرونده و یا حتی مرگ کودک منجر شود .</p>
آزار روانی کودک	
<ul style="list-style-type: none"> - کودک بسیار خسته و بی توجه است. - کودک از افراد خاصی می ترسد. - در تخیل غرق است. - اطلاعات یا رفتارهای جنسی عجیب و غیر عادی دارد. - به خودش آسیب میرساند. - میگوید رازی دارد که نمی تواند به کسی بگوید. 	<p>۲-آزار روانی کودک : شامل تحقیر ، توهین یا هر کاری است که در طول زمان موجب تهدید و ترس کودک شود .</p>
آزار جنسی کودک	
<ul style="list-style-type: none"> - کودک در نشستن و راه رفتن مشکل دارد. 	<p>۳-آزار جنسی کودک : شامل انواع گوناگونی از</p>

<ul style="list-style-type: none"> - لباسهای زیر کودک پاره، کثیف یا خونی است. - در اندامهای تناسلی درد، تورم و سوزش دارد. - در اندامهای تناسلی کبودی، زخم و خونریزی دارد. - هنگام ادرار یا مدفوع احساس درد دارد. - کودک دچار بیماریهایی است که از راه تماس جنسی منتقل می شوند. - تغییر در روحیه، خشمگینی بدون علت، رفتارهای اسرارآمیز ایجاد میشود - تغییر در رفتارهای اجتماعی، منزوی شدن یا دور شدن از دوستان و خانواده صورت می پذیرد. - اگر به موضوع مشکوک هستید از کودک بپرسی، آیا کسی با دست زدن به قسمت‌های خصوصی بدنت تو را ناراحت کرده است؟ 	<p>رفتارهای جنسی با کودک است .</p>
<ul style="list-style-type: none"> - کودک کمبود وزن دارد و یا از سنش کوچکتر به نظر می رسد. - کودک همیشه گرسنه است . - تمیز نگه داشته نمی شود. - لباس مناسب نمی پوشد. - درمان و مراقبتهای دهان و دندان را دریافت نمی کند . 	<p>۴ غفلت از کودک : هر نوع کوتاهی در رفع نیازهای اولیه کودک بی توجهی و یا نظارت ناکافی برای او نیز نوعی بد رفتاری است که غفلت نامیده می شود .</p>

کودک آزاری		
اقدام کنید	آموزش دهید	پیشگیری کنید
<p>-اطلاعات لازم را در باره مراحل رشد و تکامل و رفتار مناسب با او در هر مرحله را بیاموزید.</p> <p>-نه گفتن را به کودکان آموزش دهید.</p> <p>-در باره نگرانی های خود با مشاور صحبت کنید که به شما کمک کند تا روابط مثبتی با کودکان برقرار کنید.</p> <p>-از مراکز حمایتی کمک بگیرید.</p> <p>موارد احتمالی کودک آزاری را گزارش کنید.</p>	<p>-برای آموزش مفهوم خصوصی بودن با کودکان نقش بازی کنید.</p> <p>-برای درک مفهوم خصوصی بودن از مثال توالیت رفتن استفاده کنید.</p> <p>-رفتارهایی که حاکی از سوء استفاده جنسی است را به کودکان بیاموزید.</p> <p>-چند جمله ساده به کودک بیاموزید تا اگر یک دوست یا غریبه خواست به مسائل خصوصی او دسترسی پیدا کند او بتواند آن ها را به زبان بیاورد. به او بیاموزید اگر</p>	<p>-رابطه کلامی خوبی با کودکان داشته باشید و حرف های آن ها را جدی بگیرید.</p> <p>-هیچ وقت به کودک اصرار نکنید که بر خلاف میل خودش به کسی صحبت کند یا کسی را ببوسد، یا به زور در آغوش گرفته شود.</p> <p>-کودکانی که برای جسم خود ارزش و احترام قائلند کمتر در خطر سوء استفاده جنسی قرار می گیرند.</p> <p>-از سن ۳ تا ۴ سالگی خصوصی بودن اندام های جنسی شامل</p>

<p>-در کارگاه های آموزشی پیشگیری از کودک آزاری شرکت کنید.</p>	<p>دوستت از تو خواست که اعضای خصوصی بدنت را به او نشان بدهی، به او چه میگویی؟ به او می گویی " بدن من خصوصی است " اگر دوستت پرسید یعنی چه ؟ به او می گویی " در این باره از پدر و مادر خودت سؤال کن " یا " این سؤال خوبی است ولی جوابش خیلی پیچیده است باید از پدر و مادر سؤال کنی " .</p>	<p>پستانها، باسن و اندام تناسلی را به کودک آموزش دهید، کودک باید تا ۵ سالگی کاملاً این موضوع را درک کرده باشد. این مفهوم باید در کودکان تقویت شود که بدن آن ها به خودشان تعلق دارد، در این صورت کودکان برای جسم خود احترام قائل خواهند شد. -تاسن ۶ سالگی کودک باید فرق بین دو جنس را بداند، مفهوم فضای خصوصی و اندام خصوصی را درک کرده باشد و تفاوت خصوصی و سری را بفهمد، بتواند به راحتی با والدین یا فرد بزرگسال قابل اعتماد دیگری در باره جنسیت صحبت کند، نسبت به جنس خود عزت نفس داشته باشد، نام صحیح اعضای بدن از جمله اعضای تناسلی را بداند، بداند در شکم مادرش ، در عضوی به نام رحم پرورش می یابد.</p>
---	---	---

