

كيف تتجنبين وقوع الحوادث المنزلية؟



اكتشفي الخطوات الضرورية لتجنبين وقوع الحوادث المنزلية، فالحوادث المنزلية هي مكمّن جميع الأخطار، والكثير منا قد يهمل سبل وتدابير الوقاية والسلامة في منزله متناسيا ما يمكن أن يقع من أضرار بالأخص على حياة الأطفال الذين هم عرضة للحوادث لقلّة إدراكهم بتلك المخاطر، ويكون الثمن فادحا والإصابات الناجمة لا يمكن تداركها وربما يصل الأمر لأبعد من ذلك بكثير. يا لها من سعادة كبيرة لا يمكن وصفها حين نرى أبنائنا يكبرون أمام أعيننا، إنها لمتعة حقيقية لجميع الآباء والأمهات حين يرقبون أطفالهم يبدؤون النهوض والمشى. يمكن أن تصبح أيضا مصدرا للكثير من القلق، ومن ذلك: الفضول، الجهل أو الإهمال وكلها أشياء من المحتمل أن تشارك في تهديد حياة أبنائنا.

المنزل مكان لجميع الأخطار:

فالسقوط والحروق والتسمم، والاختناق، وغير ذلك من الأخطار يمكن أن تحول منزلك لحقل الغمام حقيقي للأطفال، والحوادث المنزلية تقتل أكثر من حوادث الطريق، وفي النهاية يكون الأطفال هم الذين يتأثرون بشكل خاص. ويمكن لبعض الاحتياطات البسيطة منع وقوع مأساة، فكل غرفة في المنزل تخفي الفخاخ أكثر أو أقل وضوحا، والحوادث المنزلية هي المسؤولة في كل عام عما يقرب من ٢٠٠٠٠ حالة وفاة في مصر، وهذا الرقم يبلغ ضعف حوادث الطرق. ولكه هل تقع المسؤولية على عاتق طفلك وحده؟ إن منع وقوع حادث في المنزل يعني أننا قد بذلنا كل ما في وسعنا لحماية أطفالنا، والملف التالي لا يمكن أن يضع قائمة شاملة لكل الاحتياطات التي يجب أن تتخذ، لأن كل حالة تختلف من أسرة إلى أخرى، ومن مكان إلى آخر وتختلف مع عمر الطفل.



ومع ذلك فالنصائح التالية قد تكون مهمة لك، وعليك قراءتها لأنها بالتأكيد سوف تكون مفيدة، وإذا كانت بعض النقاط تبدو غير مناسبة للوضع الخاص بك، فلا تترددي في طلب المشورة من الطبيب، أو مركز الإطفاء أو مركز مكافحة السموم إذا لزم الأمر.

حاولي فهم طفلك بشكل أفضل:

إذا كنا نحن ككبار قد اكتسبنا مفهوم الخطر، فالأطفال للأسف لا يدركون المخاطر التي تتطوي علي فتح زجاجة تشبه الصودا، أو عند محاولة معرفة ما يوجد في مقلاة وضعت على الموقد، أو عند اللعب في منفذ كهربائي. فالحوادث المنزلية التي تحدث بين عمر سنة وسبع سنوات تؤكد هذا الجهل للأسف، وهي السبب الرئيسي في وفيات الرضع، ولذلك يجب على الآباء أن يتخذوا كل التدابير اللازمة لمنع وقوع الحوادث المنزلية. لهذا فإن أول شيء يجب فعله هو محاولة وضع تعريف أفضل لشخصية الطفل، هل يتسم بشخصية مضطربة ومتوترة؟ أم أنه كثير الحركة؟ وهل هو حذر أم فضولي؟ إن معرفة شخصيته وردود فعله تحثكم على استشارة طبيب نفساني أو طبيب الأطفال الخاص لمعرفة لماذا يفعل الطفل ذلك، فربما كان يحتاج فقط لوجود أكثر أو لمزيد من العاطفة؟ وربما يكون نومه غير كاف، وألعاب التحفيز غير مناسبة لسنه؟ وباختصار هناك مسائل كثيرة تحتاجين إلى الإلمام بها، لأن معرفة ردود الفعل المحتملة تمثل شرطا أساسيا لتفادي الحوادث المنزلية.

تفدي كافة الظروف التي تعرض للمخاطر العالية:

ثم عليك أن تسأل نفسك إذا كنت منظمة بما فيه الكفاية لتجنب وقوع الحوادث؟، ومن خلال الإجابة نعم أو لا على هذا الاختبار البسيط، يمكنك الحكم بسهولة على ما يتعين عليك القيام به:

- 1 هل الخزانة التي تحتوي على منتجات الغسيل والتبييض وما إلى ذلك مغلقة بالمفتاح؟
- 2 هل لديك منتج غسيل أو منتج سام في زجاجة غير أصلية؟
- 3 هل جميع الأدوية مخزنة في مكان واحد فقط؟
- 4 هل خزانة الأدوية سهلة الفتح بالنسبة لطفلك؟
- 5 ما هو مدي ارتفاع النوافذ بمنزلك؟ وهل يمكن للطفل اجتياز قضبان الشرفة؟
- 6 هل النوافذ لديك مزودة بقضبان؟
- 7 هل تدخنين؟، وإذا كانت الإجابة بنعم، فأين تضعين الولاعات أو الثقاب الخاصة بك؟
- 8 هل لديك حديقة؟ وهل تقومين بالشواء؟
- 9 ماذا يوجد في منزلك كمصادر للحرارة؟ وهل يسهل الوصول إليها؟
- 10 عندما تقومين بإعطاء طفلك حمامه، هل تشغيل جهاز الرد الآلي على الهاتف؟
- 11 هل لديك حمام سباحة؟ وهل هو ممنوع على أطفالك عندما تكونين متغيبة؟

إذا كانت الإجابات بـ"لا"، فلا بد من العمل علي اتخاذ تدابير وقائية: ليكون أطفالك بمنأى عن أي خطر لا تحمد عقباه، ومن الضروري أن تعلمي طفلك الوقاية العامة، وسيكون الأمر ناجحا إذا قمتي بعمل ذلك وكأنه في نطاق لعبة، لأن كل شيء بالنسبة له يدخل في نطاق اللعب. وهذا التعليم لا يتم في يوم واحد، ولكن بقدر التنمية العقلية والجسدية للأطفال، تتغير المخاطر بالفعل خلال النمو، فمثلا:

عندما يتبع علي طفلك أنه يعبر الشارع:

اشرحي له كثيرا أن عليه أن يتوقف ثم ينظر إلى اليمين واليسار قبل العبور إلى الجانب الآخر من الشارع، واجعليه يدرك أنه لا يجب أن يعبر سوى من معبر المشاة، ويمكن أن تجعله يرى مثلا يحتدى به، واعلمي أن هذا الأمر في غاية الأهمية، وإذا كنت كذلك لا تفعلين بنفسك ما تطلبينه منه، فإن الطفل يعتقد أن الحدود التي تضعينها له ليست حقيقية وأنه يجب عليه كسرها.

فمثلا عندما يكون هناك جهاز علي مقربة من الطفل (عجلة الغزل، سير، وما إلى ذلك)، اشرحي له كيف يمكن أن تكون خطيرة بالنسبة له، واطلبي منه أن يبتعد عنها، ولكن لا تحرميه من الرؤية.

اعلمي علي تكيف تدابير الوقاية مع مه حولك:

إن وجود الطفل لا يلزم البقاء في المنزل أو المبالغة في حمايته من خلال إزالة المخاطر الخارجية، وعلي الآباء والأمهات أيضا الحذر عند تكليف شخص آخر أو عند اصطحابه إلى الأصدقاء، فاطلبي منه ببساطة أن يولي اهتماما لقواعد السلامة، ويمكنك أن تطلبي من الأشخاص وضع المقبلات والقول السوداني بشكل خاص مرتفع بما يكفي لعدم إغراء طفلك للعبث بها.

كيف نتصرف عند وقوع مشكلة؟

على الرغم من كل العناية اللازمة والاحتياطات، قد تواجه المرء أحيانا بعض الحوادث المنزلية، وعلى أي حال لا داعي للذعر، فالحلع يمكن أن يجعلك تقومين بتصرفات قد تؤدي إلى تفاقم الوضع في حالة الإصابة بأداة أو التسمم من جراء تناول سائل، ابعدي عن طفلك سبب المشكلة لتجنب المزيد من المشاكل.

راقبي طفلك أثناء اتصالك بالطوارئ، وسوف يعطيك المتخصصون المشورة الأولية لحين وصول المساعدة.

التسمم:

احذري من المنتجات المنزلية والأدوية، فالطفل بطبيعته يجذب للمنتجات المغلقة والأشكال والألوان الجذابة، والمنتجات المنزلية والأدوية ومستحضرات التجميل تدخل ضمن هذه القائمة، وهي مسؤولة عن أكبر عدد من حالات

التسمم العرضي:

والأطفال الصغار يرغبون في استكشاف العالم من حولهم، ولذلك يحملون الأشياء إلى فمهم ويتذوقونها، وهم غير مدركين للخطر الذي قد يتعرضون له من المنتجات المنزلية التي يمكن أن تسبب لهم التسمم أو تصيبهم بأمراض خطيرة.



قائمة غير مكتملة:

نحن لا نستطيع الآن إعطاء قائمة شاملة للمنتجات التي يحتمل أن تكون خطيرة، ومع ذلك قد نذكر بعضها منها:

- 1 الأدوية والفي타민ات، والتي تمثل السبب فيما يقرب من حالة تسمم بين كل حالتين.
- 2 من ضمن المنتجات التي يتناولها الأطفال في معظم الأحيان، المهدئات، مضادات الاكتئاب، قطرات العين، أدوية الشراب، الأسبرين، أدوية القلب، وما إلى ذلك، وهذه الأدوية يمكن أن تسبب أعراضا عصبية وتفسية أو في الأوعية الدموية في القلب عند الأطفال.
- 3 النباتات: يمكن لبعض النباتات المنزلية مثل الفيلوديندرون أن تسبب التسمم.
- 4 مستحضرات التجميل: قد تحتوي علي تركيزات عالية من الكحول (العطور، الكولونيا، الخ)، واحترسي أيضا من المنتجات الأخرى مثل طلاء الأظافر.
- 5 منتجات التنظيف المنزلية: مسؤولة عن حوالي ربع حالات التسمم العرضي، واحذري بشكل خاص من مواد التبييض، ومنظفات الفرش والمرحاض، والمزيلات الفورية للرياح والمصارف وما إلى ذلك، فهذه المواد لها خصائص مهيجة أو كاوية تشكل خطرا جما.
- 6 يجب أن تحفظ المبيدات الحشرية مثل المنتجات القاتلة للحشرات أو الفئران بعناية فائقة.
- 7 يجب أن تحفظ الدهانات، المخففات، البنزين، والمذيبات، الكحول، السجائر بعيدا عن متناول الصغار. هل ارتفاع المراوح الكهربائية كاف حتى لا يدخل الطفل أصابعه فيها.
- 8 التدابير الوقائية: إليك بعض النصائح التي سوف تساعدك على تجنب الاضطراب وكذلك تجنب التعامل مع حالات الطوارئ، فالوقاية خير من العلاج:
- احفظي جميع الأدوية في خزانة مغلقة.
- لا تأخذي الدواء أمام طفلك حتى لا يقلدك.
- لا تسمحي أبدا للطفل باللعب بعبوات الأدوية الفارغة.
- تخلصي من الأدوية منتهية الصلاحية.
- راقبي طفلك عندما يكون في زيارة عند الأقرباء، فالمنتجات الخطرة لن تكون مغلقة بالمفتاح.
- ضعي المنتجات المنزلية الخاصة بك عاليا في أماكن بعيدة عن متناول الأطفال مع إغلاقها بإحكام.
- استخدمي الأدوات المنزلية السامة بعيدا عن أنظار الأطفال.
- احتفظي بالسجائر ومنافض السجائر وأعقاب السجائر بعيدا عن متناول الأطفال.
- تجنبني النباتات المنزلية السامة.
- لا تتقلي المنتجات المنزلية في زجاجات ليست محددة لهذا، وتأكدي من أنها مزودة بالعلامات التوضيحية بشكل كاف.
- علمي ابنك ما تعنيه العلامات والرسومات الموجودة على الزجاجات والعبوات، والتي تشير إلي خطورتها (في سن متقدم بالطبع).
- إذا كانت سدادات الزجاجات توفر حماية إضافية لكنها غير كافية، فإن أفضل حماية هي الاحتفاظ بهذه المنتجات بعيدا عن متناول الأطفال.

