

حماية الأطفال

في بعض الأحيان، قد تكوني بحاجة لتوفير الأمان لطفلك في المنزل. وقد يبدو أن طفلك أصبح متحرّكاً بين عشية وضحاها. وحتى الأطفال الذين لا يستطيعون الزحف قد يجدون طريقتهم للتسبب في المتاعب. ومع أخذ ذلك في الاعتبار، إليك بعض النصائح لحماية الأطفال والتأكد من أمان منزلك.

تجنب الحروق والدخان:

- أخفضي درجة حرارة سخان الماء إلى 120 درجة فهرنهايت إذا استطعت. وتحققي دائماً من ماء الاستحمام باستخدام ذراعكِ قبل استحمام الطفل.
- ضعي حواجز أمام مصادر الحرارة. ويشمل هذا السخانات ومواقد الحطب والمدافئ.
- احتفظي بمكواة التجعيد والمكاوي المسطحة وكذلك مكواة الملابس (بما في ذلك السلك) بعيداً عن متناول اليد.
- توخي الحذر من الشموع.
- دخني في الخارج (بما في ذلك السجائر الإلكترونية). احتفظي بالولاعات وأعواد الثقاب بعيداً عن متناول اليد.
- تأكدي من وجود أجهزة لكشف الدخان وأول أكسيد الكربون. غيري البطاريات مرة واحدة في السنة واختبريها كل شهر. ضعي خطة للهروب من الحريق وتمرني عليها.

تجنب السقوط والإصابات:

- احتفظوا بالبنادق في مكان مغلق. واحتفظوا بطلقات الرصاص بشكل منفصل في مكان آمن.
- لا تتركوا الطفل بمفرده إلا إذا كان في مكان آمن مثل سريره أو كرسيه المرتفع.
- تأكدوا من تأمين جميع النوافذ. تحمي حواجز النوافذ الأطفال من السقوط.
- استخدموا وسادة آمنة للأطفال لحماية الأطفال الصغار من الزوايا الحادة للطاولات والأسطح.



- استخدموا أقفال الأدراج والخزائن لإبقاء السكاكين والأشياء الحادة الأخرى بعيدة عن متناول الأطفال.
- ثبتوا الأثاث الثقيل أو اربطوه بالجدران. بمجرد أن يتمكن الأطفال الصغار من التسلق، يمكنهم سحب الأشياء فوق أنفسهم عن طريق الخطأ.
- راقبوا الأطفال عندما يتواجدون حول الحيوانات الأليفة.

تجنب الاختناق:

- أطعمي طفلك في وضعية الجلوس الآمنة. وقدي كميات صغيرة من الطعام مقطعة إلى قطع صغيرة. تأكدي من تقطيع الطعام الذي يسبب الاختناق مثل الموز والنقانق والخبز مع زبدة الفول السوداني إلى قطع صغيرة جدًا (ولست مستديرة).
- راقبي طفلك دائمًا عن كثب عندما يأكل. وشجعيه على مضغ طعامه جيدًا لتجنب الاختناق. يجب ألا يتناول الأطفال دون سن 3 سنوات الأطعمة الصلبة أو المستديرة مثل الحلوى أو المكسرات أو الفشار. (أبقيهم بعيدًا عن طعام الحيوانات الأليفة أيضًا).
- خزني أي شيء بحجم يشكل خطر الاختناق بعيدًا عن متناول الأطفال. ويشمل هذا العملات المعدنية وبالونات اللاتكس. تعتبر بطاريات الزر الصغيرة للساعات وأجهزة السمع خطيرة للغاية.

تجنب السموم والسميات:

- خزني جميع الأدوية والسموم والمنظفات بعيدًا عن متناول الأطفال. وعلقي أرقام الطوارئ في مكان يمكن رؤيته. ويمكنك أيضًا حفظها على هاتفك. وتأكدي من حفظ رقم خط مساعدة السموم: 1-800-222-1222.
- تجنبي استخدام المبيدات الحشرية داخل وخارج منزلك.
- في حالة بناء منزلك قبل عام 1978، فافحصي الطلاء للبحث عن الرصاص. اسألي أخصائي HealthySteps بشأن الحصول على مجموعة أدوات اختبار الرصاص إذا كنت تعتقدين أنك بحاجة إليها.
- حافظي على منزلك خاليًا من الرطوبة الزائدة. ويمكن أن يزيد هذا من خطر الفطريات. من الممكن أن يسبب استخدام أجهزة الترطيب هذه المشكلة، ومن الممكن أن يكون استخدام مزيلات الرطوبة مفيدًا.
- إذا كان منزلك يحتوي على قبو، قومي بإجراء اختبار غاز الرادون. وتعتبر مستويات الرادون المرتفعة خطيرة ويجب معالجتها.
- تأكدي أن أي نباتات منزلية آمنة للأطفال وبعيدة عن متناول الأطفال.





تجنب الغرق:

- لا تتركي طفلاً بمفرده في حوض الاستحمام أبداً (راجع مقالتي [وقت الاستحمام](#)). حتى لو كان في مقعد حوض الاستحمام، فمن الممكن الانزلاق بسهولة تحت الماء. ومن الممكن أن يغرق الأطفال في أقل من بوصة واحدة من الماء خلال أقل من دقيقة.
- أفرغي دائماً الدلاء وأحواض الماء عند الانتهاء منها.
- إذا كان لديك حوض سباحة أو أي معالم مائية أخرى، فاخترني دائماً شخصاً لمراقبة الأطفال الصغار عن كثب أثناء وقت السباحة (راجع مقالتي [السلامة في المياه](#)). تعد حمامات السباحة ذات البوابات أكثر أماناً، خاصة إذا كانت البوابات آمنة للأطفال وتحتوي على أقفال ذاتية الغلق.

يُرجى المسح الضوئي للمزيد
من المعلومات

