

تنفس بلطف

“ لقد كان أصغر وأضعف من أن يتمكن من تخليص نفسه. ”

إفادة كورونر حول حادثة اختناق بحبل الستارة

أكياس التخلص من الحفاضات - بطبيعة الحال يحاول الأطفال الصغار دائماً تقريب أي شيء تصل إليه أيديهم إلى أفواههم، ولكنهم لا يستطيعون إبعاده، الأمر الذي قد يسبب اختناقهم بأكياس الحفاضات الرقيقة.

- احرصى على الاحتفاظ بأكياس التخلص من الحفاضات بعيدة تماماً عن متناول الرضيع
- تجنبى تماماً تخزين أكياس التخلص من الحفاضات تحت مرتبة فراش الطفل.

الاختناق - يستغرق الرضيع والأطفال الصغار وقتاً كبيراً في تعلم المضغ والبلع والتنفس وفق الترتيب الصحيح. ومع أنه لن تنطلق صافرة تحذير عند وقوع مكروه ما، إلا أن هناك بعض الطرق البسيطة التي يمكنك من خلالها ضمان عدم وقوع أي مكروه.

- تجنبى إسناد زجاجة الرضاعة على مسند أو حامل وتركها للطفل للرضاعة منها
- قطعى أنواع الطعام الكروية مثل حبّات العنب والطماطم والتوت الأزرق كبير الحجم إلى نصفين بالطول أو أربعة أرباع، وعدم الاكتفاء بتقطيعها من المنتصف
- قطعى الطعام الصلب مثل الجزر والتفاح والنقانق والجبن إلى شرائح رقيقة، أما المكسرات فيُفضل تقطيعها بالسكين إلى قطع صغيرة
- تجنبى تقديم الفيشار والمارشميلو والحلويات المستديرة الصلبة على شكل بيض صغير أو السكاكر الصلبة
- أبعدى الأجزاء الصغيرة من لعب الأطفال الأكبر سناً عن متناول الرضيع
- يمكنك مشاهدة فيلم "The Chokeables" الذي يقدم نصائح عن الإسعافات الأولية لحالات الاختناق

www.sja.org.uk/thechokeables

أثناء النوم والحمل في الحمالات - يمكن أن يتعرض الرضيع لخطر الاختناق بسبب الأشياء التي لا يمكنهم دفعها عنهم.

- العنصر الأهم في أمان مهد الطفل هو خلوه من الأغراض - احرصى أن يكون السرير خالياً من الألفه والوسائد ومصدات السرير
- تجنبى النوم مع رضيعك على الأريكة، لأن ذلك يتسبب في زيادة احتمالية تعرضهم للاختناق بشكل كبير
- إن كنت تشعرين بالإجهاد أو إذا كنت تتناولين بعض المشروبات أو تدخنين، أو في حال كان الطفل مولوداً وولادة مبكرة أو أقل من الوزن الطبيعي، فنصح بتجنب النوم إلى جانب طفلك في الفراش
- اتبعى نصائح الأمان المختصرة في حروف كلمة (T.I.C.K.S) لمساعدتك في تذكّر أهم اعتبارات السلامة عند حمل الطفل في حمالة أو شياطة الطفل

www.babyslingsafety.co.uk

كم هو مرعب تصوّر أن ثمة شيء قد يعيق تنفس طفلك. ولكن يمكننا تجنب حدوث هذا ببعض الخطوات البسيطة والبدئية.

ستائر النوافذ - يستغرق اختناق طفل صغير حتى الموت بعد أن يعلق في حبل ستارة نافذة غير مؤمن ٢٠ ثانية فقط.

- يُراعى استخدام الستائر الخالية من الحبال في غرف الأطفال.
- تُبني خطاف تعليق أو قفل شدّ على الجدار لإبقاء أربطة الستارة وسلاسلها بعيدة دائماً عن متناول أيدي الأطفال واستخدامها دائماً. وغالباً ما تأتي الستائر الحديثة مجهزة بتلك الملحقات
- تذكّري أن الأطفال قادرين على التسلق والوصول إلى أماكن أعلى مما يمكنك تخيله. حرّكي أثاث غرفة النوم بعيداً عن أي أحبال أو سلاسل
- أحرصى على توصيل الأحبال الخلفية في الستائر الرومانية العازلة للضوء بأداة قابلة للكسر عند تعرضها للضغط.

