

উপর থেকে পড়ে যাওয়া

“ একটি প্রতিরোধযোগ্য দুর্ঘটনা যা একটি পরিবারের ছিন্নভিন্ন হওয়ার মাধ্যমে শেষ হয়।
আর তা খুব করুণ। ”

পেডিয়াট্রিক নিউরোলজিস্ট (একজন চিকিৎসক যিনি শিশুর মস্তিষ্কের আঘাতের ক্ষেত্রে বিশেষজ্ঞ হন)

চুলে যাওয়া এবং ক্ষতচিহ্ন বড় হওয়ার একটি অংশ। এমনকি হাইচেয়ার থেকে পড়ে যাওয়া মাথার খারাপভাবে আঘাতের কারণ হতে পারে। কারণ শিশুদের মাথা আমাদের চেয়ে দ্বিগুণ বড়, যা তাদেরকে ভারী করে তোলে। যখন তারা মাটিতে পড়ে, এর প্রভাব তাদের মাথায় বেশি করে পড়ে।

সকল ধরনের পড়ে যাওয়া থামিয়ে দেওয়ার চেষ্টা করার অর্থ নেই। তবে কিছু গুরুতর দুর্ঘটনা রয়েছে যেগুলি কীভাবে এবং কেন হয় তা জানার পরে আপনি সহজেই সেগুলো থামাতে পারেন।

✋ খাট, বিছানা ও পরিবর্তন করার টেবিল –

এখন আমি নড়াচড়া ও গড়িয়ে পড়তে পারব!

- এমনকি ছোট শিশুও বিছানা বা পরিবর্তন করার টেবিলে নড়াচড়া করতে পারে – সুতরাং মেঝেতে বসে তাদের ন্যাপি পরিবর্তন করুন এবং এগুলি উঁচু পৃষ্ঠের উপর রেখে যাওয়া এড়িয়ে চলুন
- শিশু দাঁড়াতে শেখা মাত্রই, তাদের বিছানা থেকে বের হওয়ার জন্য বড় খেলনা যাতে তারা বেয়ে উঠতে পারে তা সরিয়ে নিন, যা মারাত্মক পতন রোধ করতে পারে।

✋ সিঁড়ি – আমি পা ঘষে ঘষে নামতে পারি এবং পড়ে যেতে পারি!

- শিশুরা হাঁটা শেখার পূর্বেও, তাদের কোলে নিয়ে যাওয়া ব্যক্তির পড়ে যাওয়ার কারণে শিশুরা আহত হয়। তাই সিঁড়ি দিয়ে ওঠানামার সময় সিঁড়ির রেলিংয়ে হাত দিয়ে উঠুন।
- শিশুরা চলাফেরা শুরু করার সাথে সাথে, তারা যাতে সিঁড়িতে উঠতে বা উপর থেকে নামার সময় পড়ে না যায় তা বন্ধ করতে সেফটি গেট লাগিয়ে নিন।

✋ হাইচেয়ার – এটা কি আমার পানীয়?

- শিশুরা তাদের নাগালের বাইরে থাকা জিনিসগুলি পাওয়ার চেষ্টা করতে পারে
- তারা পাশের দিকে ঝুঁকতে পারে এবং ডিগবাজি দিতে পারে বা নিজে থেকে ধাক্কা দিতে পারে এবং আরোহণের চেষ্টা করতে পারে
- প্রতিবার যখন আপনি হাইচেয়ার ব্যবহার করবেন তখন এর সাথে স্ট্যাপ ব্যবহার করার অভ্যাস করুন।

✋ জানালা – আমি কী দেখতে পাচ্ছি?

- ছোট শিশুরা কৌতূহলী এবং বাইরে কী ঘটছে তা দেখতে চায় তবে বিপদ সম্পর্কে বাস্তব ধারণা নেই
- জানালার সামনে আসবাবপত্র না রাখা, বিশেষ করে শিশুদের বেডরুমে না রাখার প্রতি খেয়াল রাখুন
- সম্ভব হলে আপনার জানালাতে সুরক্ষা ক্যাচ বা লক লাগিয়ে নিন
- যদি আপনি কোনো লক বেছে নেন, তাহলে আঙুন লাগলে এবং আপনাকে বাসা থেকে বেরোতে হবে এমন পরিস্থিতিতে যাতে চাবি খুঁজে পেতে পারেন তাই এমন জায়গায় চাবি রাখুন যেখানে আপনি পেতে পারেন

✋ ট্রাম্পোলিন – আমি কত উঁচুতে লাফ দিতে পারি?

- ট্রাম্পোলিনে সবচেয়ে বড় ঝুঁকি হচ্ছে খুব ভিন্ন ওজনের দুই ব্যক্তি থাকা
- শিশুদেরকে পালানক্রমে উঠতে দিন এবং প্রাপ্তবয়স্ক ও শিশুদের একসাথে লাফানো এড়িয়ে যান
- সেইফটি নেট বা খাঁচা ব্যবহার করুন যাতে শিশু মাটিতে পড়ে না যায়।

