

گرنے سے بے فکری

ایسا حادثہ جس سے اجتناب کیا جا سکتا ہو اس کا نتیجہ خاندان کے ٹوٹنے کی صورت میں نکلتا ہے۔ اور یہ نہایت تکلیف دہ بات ہے۔

پیڈریاتریک نیورالوجسٹ (Paediatric Neurologist) (وہ ڈاکٹر جو بچوں کے دماغ کی چوٹوں کے علاج میں مہارت حاصل کرتا ہے)

خراشیں اور چوٹیں تو پروان چڑھنے کا حصہ ہیں۔ لیکن کسی اونچی کرسی سے گرنے سے بھی سر کو بری طرح چوٹ پہنچ سکتی ہے۔ ایسا اس لیے کیونکہ بچوں کے سر ہمارے سر سے دو گنا بڑے ہوتے ہیں، جس کی وجہ سے انکا بالائی دھڑ وزنی ہو جاتا ہے۔ اور جب وہ گرتے ہیں، تو ان کا سر اس کا زیادہ اثر لیتا ہے۔

کھڑکیاں - یہ کیا ہے جو میں دیکھ سکتا ہوں؟

- چھوٹے بچے متجسس ہوتے ہیں اور باہر کیا ہو رہا ہے یہ دیکھنا چاہتے ہیں لیکن انہیں خطرے کی حقیقی سمجھ بوجھ نہیں ہوتی
- خیال رکھیں کہ کھڑکیوں کے سامنے فرنیچر نہ رکھیں، خصوصاً بچوں کے بیڈ رومز میں
- اگر آپ ایسا کر سکتے ہیں، تو اپنی کھڑکیوں پر حفاظتی کیچڑ یا تالے نصب کرو لیں
- اگر آپ تالے کا انتخاب کریں، تو چابیاں ایسی جگہ پر رکھیں جہاں آپ انہیں ڈھونڈ سکیں، ایسی صورت میں کہ آگ لگ جائے اور آپ کو باہر نکلنے کی ضرورت ہو۔

ٹریمپولینز (Trampolines) - میں کتنا اونچا اچھل سکتا ہوں؟

- ٹریمپولینز کا سب سے بڑا خطرہ اس پر دو مختلف اوزان والے لوگوں کا ایک ساتھ ہونا ہے
- بچوں کو اپنی باری پر اس کا لطف اٹھانے دیں اور بڑوں اور بچوں کے ایک ساتھ اچھلنے سے اجتناب کریں
- حفاظتی جال یا جنگلے کا استعمال کریں تاکہ بچے زمین پر جا کر نہ گریں۔



ہر طرح سے گرنے کو روکنے کا کوئی مطلب نہیں بنتا۔ لیکن ایسے کچھ سنجیدہ نوعیت کے حادثات بھی ہیں جنہیں آپ یہ جان کر آسانی سے روک سکتے ہیں کہ کیسے اور کیونکر واقع ہوتے ہیں۔

کائس، بیڈز اور کپڑے تبدیل کرنے کی میزیں -

اب میں قلابازی لگا سکتا ہوں اور پلٹ سکتا ہوں!

- چھوٹے بچے بھی بیڈ یا کپڑے تبدیل کرنے کی میز سے قلابازی لگا کر ن بچے اتر سکتے ہیں - لہذا ان کی نیپی کو فرش پر تبدیل کریں اور انہیں کسی اونچی سطح پر چھوڑنے سے اجتناب برتیں
- جب آپ کا بچہ کھڑا ہونا شروع کر دے، تو ان بڑے کھلونوں کو ہٹا دیں جن پر چڑھ کر وہ اپنے کاٹ سے باہر آ سکتے ہوں، یہ شدت نوعیت کے گرنے سے بچائے گا۔

سیڑھیاں - میں بے ترتیب طریقے سے اتر سکتا ہوں اور اترنے جا رہا ہوں!

- چلنے پھرنے سے پہلے بھی، بچوں کو تب چوٹ پہنچتی ہے جب انہیں اٹھانے والا شخص خود گر جاتا ہے۔ لہذا اوپر جاتے اور نیچے آتے ہوئے اپنے ہاتھ کو ریل پر رکھیں
- جیسے ہی آپ کا بچہ ارد گرد گھومنا شروع کرے، تو انہیں سیڑھیوں پر چڑھنے اور نیچے گرنے سے بچانے کے لیے حفاظتی دروازے نصب کریں۔

اونچی کرسیاں - کیا یہ میرا مشروب ہے؟

- بچے ان چیزوں کو لینے کی کوشش کر سکتے ہیں جو ان کی پہنچ سے دور ہوں
- وہ ایک طرف کو جھک سکتے اور لڑکھڑا کر گر سکتے ہیں یا خود کو اوپر دھکیلنے اور باہر نکلنے کی کوشش کر سکتے ہیں
- جب بھی آپ اونچی کرسی استعمال کریں تو اس پر پٹوں کو استعمال کرنے کی عادت اپنا لیں۔