**24-15 مهرماه هفته جهانی کودک**

**با هم برای ارتقاء عادلانه ایمنی کودکان تلاش کنیم**

**پیشگیری از حوادث ترافیکی در کودکان**

در كشور ما سالانه حدود صدها راننده باعث كشته شدن كودكان در اثر تصادفات خياباني مي شوند. و بيش از 1000 كودك در اثر همين سوانح زخمي مي شوند ، كه بسياري از آنها معلوليت مادام العمر پيدا مي كنند . عامل ايجاد اين ارقام تكان دهنده عبور و مرور سنگين اتومبيل ها در خيابانهاي شهر و حركت سريع وسايل نقليه است .

همان طور كه مي دانيم، عبور از يك خيابان پرتردد نياز به حضور ذهن تو سرعت عمل دارد، تا با در نظر گرفتن سرعت و فاصله وسايل نقليه از بين آنها عبور كنيم . واضح است كه كودكان قادر به انجام چنين كاري نيستند .

با وجود اين بسياري از پدر و مادرهاي بي مسئوليت قبل از آنكه فرزندشان رشد كافي پيدا كند و به اصول ايمني آگاه شود، به او اجازه مي دهند كه به تنهايي از خيابان عبور كند .

خيلي از والدين فكر مي كنند كه تصادفات شديد فقط در جاده هاي شلوغ اتفاق مي افتد . در حالي كه اين طور نيست و بسياري از بچه ها در خيابان هاي داخل شهر و حتي نزديك خانه خود كشته مي شوند .

پيشگيري از حوادث

هرگز به فرزند خردسالتان اجازه ندهيد تنها به خيابان برود. چون او خطر را درك نمي كند . وقتي فرزندتان را به خيابان مي بريد، با او در مورد خطرات وسايل نقليه و نحوه عبور و مرور از خيابان صحبت كنيد .

هنگام رد شدن از عرض يا كنار خيابان دست كودك نوپايتان را يك لحظه هم رها نكنيد . بايد به بچه ها نحوه عبور و مرور از خيابان را آموزش داد و اين كار را چند بار دوره كرد تا قوانين را كاملا ياد بگيرند . سپس به آنها اجازه داد ، زير نظارت مستقيم ما ، به تنهايي از خيابان عبور كنند . اما حتي كودكاني هم كه عبور از خيابان را كاملا بلدند، نبايد به تنهايي از اتوبانها ، جاده ها و خيابانهاي شلوغ عبور كنند . به بچه ها بياموزيد كه ايمن ترين روش ها براي عبور از خيابان عبارتند از : عبور از پلهاي زيرگذر، خطوط عابر پياده ، محل چراغ عابرپياده و پلهاي هوائي و يا عبور از خيابان با كمك پليس يا يك فرد بزرگسال ديگر .

اگر هيچيك از اينها ميسر نباشد ايمنترين جا مكاني است كه از هر دو طرف ديد زيادي داشته باشد . به خاطر داشته باشيد كه رد شدن از وسط بزرگراه ها كار بسيار خطرناكي است و خطرناكتر از آن بالا رفتن از نرده هاي كنار و يا وسط بزرگراه ها براي عبور از خيابان است .

نحوه عبور صحيح از خيابان در درسهاي دبستان آموزش داده مي شود . بهتر است در مورد يادگيري اين درسها به بچه ها سختگيري شود . براي پيشگيري از تصادفات ، خصوصاً شبها بايد به كودكان آموخت كه هميشه در پياده رو راه بروند و اگر جايي پياده رو ندارد از طرفي حركت كنند كه بتوانند اتومبيل ها را ببينند (خلاف جهت اتومبيل ها )

در تاريكي بايد لباس بچه ها روشن باشد يا حداقل بازوبند يا جليقه شب نما بر تن داشته باشند. بهترين الگوي كودكان والدينشان هستند . پس سعي كنيد هميشه به طور صحيح و با رعايت قوانين از خيابان عبور كنيد .

آموزش عبور از خيابان

1. ابتدا يك مكان خلوت و مناسب براي عبور پيدا مي كنيم .
2. همانجا در پياده رو كنار خيابان مي ايستيم .
3. به دقت به دو طرف خيابان نگاه مي كنيم و به صداي ماشينها گوش مي دهيم .
4. اگر ماشين در حال عبور است ، صبر مي كنيم تا بگذرد و مجدداً به دو سمت خيابان نگاه مي كنيم.
5. وقتي عبور و مرور ماشينها قطع شد، مستقيما عرض خيابان را طي مي كنيم .
6. در حين عبور نيز به اطراف نگاه مي كنيم و به صداي ماشينها گوش فرا مي دهيم .

او كه مرا ديده بود

اين جمله كلامي است كه خيلي از رانندگان پس از تصادف با كودكان بر زبان مي آورند . ولي واقعيت اين است كه راننده بايد كودك را ببيند تا با او تصادف نكند ، نه اينكه كودك راننده را ببيند .

رانندگان براي پرهيز از تصادف با كودكان بايد هنگام عبور از مكانهاي ذيل مراقب باشند:

مدرسه به خصوص هنگام بازشدن يا تعطيل شدن ، دكه بستني فروشي، بچه هاي در حال بازي كنار خيابان، هنگام عبور از كنار كودكان بايد آماده بود و انتظار هر حركتي را داشت . زيرا كودكان به اقتضاي سنشان رفتاري غير عاقلانه و شيطنت آميز دارند .

و يا به قولي مي توان گفت وقتي توپي به وسط خيابان آمد، مطمئن باشيد كه به دنبال آن كودكي نيز به خيابان خواهد پريد . خيلي از تصادفاتي كه منجر به مرگ كودكان شده است بر اثر مستي، مصرف مواد مخدر يا سرعت غيرمجاز راننده بوده است . پس هرگز در چنين شرايطي رانندگي نكنيد .

بچه ها در ماشين

تصادفهايي كه هنگام ماشين سواري براي بچه ها روي مي دهد ممكن است خيلي شديد باشد و حتي به مرگ آنها بيانجامد ، ولي والدين معمولا به اين مطلب اهميتي نمي دهند و فكر مي كنند كه اين تصادفها براي آنها روي نمي دهد .

هر سال صدها كودك هنگام ماشين سواري كشته و يا به شدت مجروح مي شوند . نمونه واضح اين تصادفات كودكي كه هنگام تصادف او بر روي صندلي جلوي ماشين نشسته بود و كمربند ايمني را هم نبسته بود . بر اثر ترمز ماشين، صورت او به شيشه جلو برخورد كرده و زخمي شده و پاي او به داشبورد ماشين خورده و زانويش شكسته است . براي پيشگيري از اين حادثه كافي بود كه كمربند ايمني را ببندد.

پيشگيري از حوادث

هيچوقت كودك در بغل، حتي اگر كمربند ايمني را بسته ايد، در صندلي جلوي ماشين ننشيند . زيرا در صورت تصادف و ترمز نمي توانيد كودك را نگه داريد و كودك بين شما و داشبورد ماشين تحت فشار قرار خواهد گرفت و صدمه شديدي خواهد ديد .

بچه ها هرگز نبايد بدون كمربند ايمني روي صندلي ماشين بنشينند و يا بدتر از آن بايستند . ايستادن كودك در ماشين خطرناك است . پس هرگز نبايد به او اجازه اين كار را داد و خطرناكتر از آن اين است كه كودك سر و يا دست خود را از پنجره ماشين بيرون بياورد .

براي نشستن بچه ها در ماشين بهترين و ايمن ترين كار اين است كه كودك بر روي صندلي عقب بنشيند و كمربند ايمني را ببندد .

نحوه نشاندن كودك در خودرو

اگر هنگام ماشين سواري كودك مسائل ايمني كاملا رعايت شود و كودك با كمربند يا ساير وسايل ايمني مهار شود، خطر آسيب تا حد زيادي كاهش مي يابد . علاوه بر اين كودك نمي تواند هنگام رانندگي مزاحم راننده شود و خطرآفريني كند .

نحوه نشادن كودك در اتومبيل بسته به سن او متفاوت است . استفاده از كمربند داخل ماشين كه ويژه افراد بزرگسال است است براي كودكان خطرناك است . زيرا هنگام تصادف خيلي راحت از داخل آن به بيرون پرت مي شوند .

از سن 12 سالگي به بعد (12 و بيشتر) بچه ها مي توانند مثل بزرگترها در صندلي جلو يا عقب بنشينند و از كمربند ايمني خودرو استفاده كنند .

بچه هاي زير 12 سال و يا كوتاه قد (كمتر از 130 سانتي متر) بايد فقط از صندلي عقب استفاده كنند. كمربندهاي ايمني را بايد طوري بست كه فرد در آن راحت باشد و نبايد خيلي سفت و محكم بسته شود . چون والدين الگوي كودكانند پس هم براي حفظ جان خودتان و هم براي آموزش به فرزندتان ، هميشه از كمربند ايمني استفاده كنيد .

اين كارها بسيار خطرناك اند، از انجام آنها اجتناب كنيد .

* سواركردن كودكان در صندوق عقب.
* موتورسيكلت با ظرفيت بيش از دو فرد بزرگسال و يا سوار كردن كودكان ترك موتورسيكلت و دوچرخه .
* خوابانيدن كودك در پشت شيشه عقب اتومبيل.
* سوار كردن كودكان در پشت وانت ، تريلي ، كاميون و ... اين وسايل براي حمل ونقل بار طراحي شده اند و سوار شدن در پشت آنها بسيار خطرناك است .
* بازي كردن در خيابان .
* تنها گذاشتن كودكان در اتومبيل .
* بيرون آوردن دست و يا سر از پنجره ماشين حتي وقتي ماشين حركت نمي كند .
* نشستن در پنجره ماشين در حال حركت يا بدون حركت .
* رانندگي با اتومبيل توسط افرادي كه گواهينامه رانندگي ندارند و يا به سن قانوني نرسيده اند .

آموزش رانندگي به كودكان

بسياري از اوقات والدين از سر تفريح، سرگرمي، تشويق و يا به علت اصرار زياد كودكان تسليم هوسهاي آنان مي شوند و رانندگي با اتومبيل را به آنان آموزش مي دهند، اين كار بسيار خطرناك است . چون درك و فهم خيلي از مسائل براي كودكان ممكن نيست و آنها ممكن است به علت هيجانات ناشي از سن خود دست به كارهايي بزنند كه جبران آنها غيرممكن باشد . به همين علت هرگز قبل از رسيدن فرزندتان به سن قانوني و بدون گرفتن گواهينامه رانندگي به هيچ وجه حتي در صورت خاموش بودن اتومبيل به او اجازه نشستن در پشت رل ماشين را ندهيد .

 مرکز بهداشت استان قم