



خود را آگاه سازید

مرکز کنترل امراض (CDC) گزارش می‌دهد که غرق‌شدن در سطح کشور علت اصلی مرگ و میر ناشی از آسیب‌ها برای اطفال 1 تا 4 ساله است. در ایالات متحده، به‌طور اوسط هر روز 11 مرگ غیرعمدی رخ می‌دهد که در مجموع تقریباً 4000 مرگ در سال ثبت می‌شود. در Indiana، از سال 2018 تا 2021، مجموعاً 216 مرگ بر اثر غرق‌شدن ثبت شده است.

نظارت

اطفال باید هنگام نزدیک بودن به هر نوع آبی، حتی اگر شنا کردن بلد باشند، به‌طور مداوم تحت نظارت قرار داشته باشند. اطمینان حاصل کنید که همیشه یک نفر در دسترس باشد که بتواند به سرعت کودک را از آب بیرون بکشد، به‌ویژه اطفال زیر 5 سال.

هیچ سامان بازی‌ای را در آب رها نکنید

هرگز سامان بازی‌ها را در آب رها نکنید، زیرا اطفال ممکن است به‌دنبال آن‌ها به داخل آب بروند. اگر اطفال کوچک دارید، باید از شناورهای که به شکل حیوانات/سامان بازی‌های بامزه هستند، اجتناب کنید.

آب را دور بریزید

حوض‌های بازی، وان‌ها، سطل‌ها و یا هر وسیله‌ای که ممکن است آب در آن جمع شود را تخلیه کرده و آن‌ها را وارونه کنید.

حوض‌ها

پوشش‌ها و آلارم‌های محافظت حوض حفاظت اضافی فراهم می‌کنند. همه حوض‌ها را بررسی کنید و مطمئن شوید که آب آن‌ها کدر نیست.

حوض‌های مشترک/جمعی

اگر حوض جمعی دارید، اطمینان حاصل کنید که نجات‌غریق در آنجا حضور دارد، اما توجه کنید که نجات‌غریق‌ها نرس/نگهدارنده اطفال نیستند!

حوضهای بالای زمین

لوله‌ها، میلمان حیاط و سامان بازی‌ها را از حوض‌های بالای زمین دور نگه دارید. اطفال نوپا بهتر از آن چیزی که فکر می‌کنید می‌توانند از زیننه‌ها بالا بروند.

بی توجهی‌ها

بی توجهی‌ها (مانند تلفون‌های موبایل، دستگاه‌های الکترونیکی، یا گفتگو با دیگران) را به حداقل برسانید.

کناره‌ها و دروازه‌ها

از کناره‌ها و دروازه‌های قفل شده در حوض‌های عمومی، حوضچه‌ها یا هر ناحیه‌ای که آب وجود دارد، مراقبت کنید. تنها بزرگسالان باید کلیدها را داشته باشند. وجود حوض‌های چهار طرفه به ارتفاع حداقل 4 فوت توصیه می‌شود. این حوض باید شامل دروازه خودبسته‌شو و خودقفل‌شو باشد که قفل آن دور از دسترس اطفال باشد. وسایل حوض باید از حوض دور باشد تا نتوان از آن به‌قسم راه زینه تاشو استفاده کرد.

آموزش اطفال

اطفال را در مورد خطرات آب، اهمیت جلیقه‌های نجات و شیرجه زدن در آب‌های کم عمق آموزش دهید. حتی اطفال بزرگ‌تر را در مورد خطرات رفتن به رودخانه‌ها یا دریاچه‌ها بدون نظارت مناسب یا جلیقه نجات آموزش دهید. آن‌ها را در مورد شیرجه یا پریدن به آب‌ها یادآوری کنید، به‌ویژه اگر نتوانند ته آب را ببینند. نباید در آب بازی‌های خطرناکی انجام شود.

آب یخ زده

از دریاچه‌ها، حوض‌چه‌ها، نهرها و حوض‌های یخ زده دوری کنید. تشخیص ضخامت یا پایداری یخ مشکل است. افتادن از روی یخ می‌تواند منجر به غرق‌شدن، مرگ، یا مشکلات جدی صبحی دیگر مانند هیپوترمی (کاهش دمای بدن) شود.

اجتناب از الکول

نوشیدن الکول در کنار آب می‌تواند یک خطر بزرگ باشد. مست بودن می‌تواند منجر به قضاوت نادرست، انجام رفتارهای خطرناک‌تر، از دست دادن هماهنگی و کاهش زمان واکنش شود.



درجه‌های حرارت

سخان‌های آب گرم در خانه باید روی 120 درجه فارنهایت تنظیم شوند. والدین و نرسان اطفال می‌توانند افزارهای ضدسوخستگی را نیز نصب کنند تا مطمئن شوند که آب گرم خانه برای اطفال بی‌گزند است.

ایمنی اطفال نوپا

در نزدیکی اطفال نوپا، درپوش‌های تشناب را بسته نگه دارید.

این یک قانون است

طبق قانون ایالت Indiana، اطفال زیر 13 سال باید هنگام حرکت قایق، واسکت نجات مورد تأیید گارد ساحلی ایالات متحده را بپوشند. واسکت نجات جایگزین نظارت بزرگسالان نمی‌شود.

آموزش آب‌بازی/شنا

فرزندتان و خودتان را در یک دوره آموزش آب‌بازی/شنا راجستر کنید. آموزش آب‌بازی/شنا برای پیشگیری از مرگ‌های ناشی از غرق‌شدن بسیار بایسته است.

آموزش نجات

آموزش احیای قلبی‌ریوی (CPR) را فراگیرید و تجهیزات نجات، تلفون و شماره‌های وضعیت عاجل را در کنار همه‌ی حوضچه‌ها نگه دارید.

نرس‌های طفل و خانواده

هر کسی را که نگهداری اطفال شما را بر عهده دارد، در زمینه‌ی ایمنی در برابر آب آموزش دهید. دارایی (منزل یا محوطه) آنها را تفتیش کنید و از آنان پرسید که آیا طفل‌تان امکان تماس با آب را دارد یا نه.

برنامهریزی کنید

همه‌ی ما آب را دوست داریم ولی آب می‌تواند ممکن است شادمانی بزرگی را به تروژدی تبدیل کند. با اندکی برنامهریزی می‌توانیم به تأمین ایمنی همه یلری رسانیم.

PCAIN.ORG

بیشتر درباره ما

جلوگیری از طفل‌آزاری Indiana متعهد به پیش‌گیری از سوءاستفاده و غفلت در برابر اطفال است. با این کار، ایالت Indiana را به جای امن‌تر و بهتری برای اطفال‌مان مبدل می‌سازیم.

معلومات و منابع

برای دریافت معلومات بیشتر در مورد پیش‌گیری و تربیت اطفال، به وب‌سایت

ما مراجعه کنید یا با شماره 1.800.244.5373 CHILDREN تماس بگیرید.

گزارش سوءاستفاده از طفل/طفل‌آزاری

برای گزارش دادن طفل‌آزاری یا غفلت نسبت به طفل، لطفاً با شماره 1.800.800.5556 تماس بگیرید.

از تلاش‌های ما پشتیبانی کنید

برای پشتیبانی از فعالیت‌های سراسری ما در راستای جلوگیری از طفل‌آزاری و غفلت، شما می‌توانید پلیمت «اطفال در اولویت هستند» را خریداری نمایید. برای دریافت معلومات بیشتر، به اداره ترافیک (BMV) محل‌تان مراجعه نمایید یا وب‌سایت www.in.gov/dcs/2456.htm مراجعه کنید.

