



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی طالقانی



تهیه و تنظیم: واحد آموزش سلامت

کد سند : ۰۰۷

تاریخ ابلاغ : ۱۴۰۱/۰۸/۰۱

شماره بازنگری : ۱۴۰۴/۰۸/۰۱

عنوان سند: پمفلت آموزش به بیمار

گروه هدف: بیماران

خفگی:

یکی از مهمترین و فوری ترین عوامل تهدید کننده حیات است که

اگر در عرض چند دقیقه رفع نشود منجر به مرگ می شود و علایمی مانند:

تنگی نفس، کبودی لب ها و سر انگشتان، کندی و نامنظمی نبض

یا از دست دادن هوشیاری را به دنیا دارد..

پیشگیری:

کمر بند لباس یا هرگونه بند یا طناب را از دسترس کودکان دور نگه دارید.



بادکنک ها پاکت های پلاستیکی نیز در دسترس اطفال نباشد

در محیطی که کودکان هستند از کشیدن سیگار قلیان یا هر گونه مخدر پرهیز کنید

از خواباندن کودک در بالشت های خیلی نرم که اشکال در تنفس آنها ایجاد میکند بپرهیزید.

اینترنت گوشی خود را روشن کنید
و جهت دیدن مطالب بیشتر این کد
را با دوربین گوشی اسکن نمایید.



جهت پیگیری و سؤالات خود می توانید با
کلینیک خود مراقبتی به شماره ۳۵۴۲۳۹۷۰
داخلی ۲۷۷ تماس حاصل نمایید.

کودک هنگام تاب بازی از ایمنی زنجیرتاب مطمئن شوید.

- کودک خود را در جاهای بلند مانند میز، نیمکت، صندلی پارک ها، لبه حوض، استخر، پشت یا جلوی موتور سیکلت، کنار پنجره خودرو تنها رها نکنید.



مسمومیت:

اغلب مسمومیت ها با دارو لوازم بهداشتی و آرایشی خانگی اتفاق می افتد.

راههای پیشگیری:

* دارو ها و مواد شوینده را در یک کمد قفل دار یا دور از دسترس کودکان قرار دهید.

* از ریختن مواد شوینده مانند وایتکس الکل در ظرف غیر از خودش پرهیز کنید.

* برای درب کابینت و کمد ها قفل مناسب نصب کنید.

* دست خود و کودک را همیشه قبل از تغذیه و بعد از تعویض پوشک بشوید.

* در فواصل منظم اسباب بازیها نرده ها و سایر وسایلی که کودک با آنها در تماس است را بشوید.

مددجوی عزیز

پمفلت حاضر شامل مطالب آموزشی در مورد بیماری کنونی شما می باشد. امیدواریم با مطالعه و رعایت آن سلامت خود را باز یابید.



سوانح و حوادث از علل اصلی معلولیت و مرگ در کودکان بالای یک سال است. هر سال تعداد زیادی کودک در خارج و داخل منزل دچار حوادثی می شوند که عمدتاً نیازمند دریافت خدمات پزشکی هستند.



سوختگی :

در کودکان با سنین پایین تر سوختگی ناشی از آب جوش مایعات گرم و بخار آب است.

پیشگیری:

- ظرفهای حاوی مایعات داغ مانند قوری چای ظرف سوپ و غذا

و آب جوشیده را از دسترس کودکان دور نگه دارید.

- دستگیره های ظروف حاوی مایعات داغ را روی اجاق به سمت بیرون اجاق قرار ندهید
- مایعات داغ را از روی سر کودکان عبور ندهید.
- هنگام نوشیدن مایعات داغ کودک را بغل نکنید.
- مایعات داغ را روی میز یا رومیزی بلند قرار ندهید.
- آب استحمام کودک را قبل از استفاده با پشت دست چک کنید.
- کودک را از آشپزخانه کبریت فندک و اتوی داغ دور نگه دارید.



سقوط:

سقوط ممکن است به بروز صدمه هایی غیر قابل تحمل برای کودکان منجر شود مانند شکستگی های شدید، ضربه مغزی، خونریزی مغزی و ...

پیشگیری از سقوط در منزل:

- اطراف پشت بام، کنار پله ها، جلوی پنجره ها حفاظ و نرده مناسب نصب کنید.
- درب پشت بام و بالکن در تنهایی کودکان قفل باشد تا به آنجا نروند.
- لبه پله ها تیز و زاویه دار نباشد .
- کودک را در روروک تنها نگذارید .
- گهواره کودک را روی میز یا کابینت قرار ندهید.
- محفظه کنتور آب چاله یا هر گودالی را حتما در پوش بگذارید.



پیشگیری از سقوط در بیرون از منزل:

- به بچه ها آموزش دهید هنگام عبور از کوچه و خیابان مراقب مسیر حرکت وسایل نقلیه باشند .
- ساک حمل شیر خوار را از زیر آن بگیرید .
- بچه ها را از بازی با سرسره یا سایر وسایل بازی بدون حفاظ منع کنید.