

مراقبت از کودکان ۶-۲ ساله

- هدف‌های رفتاری : از فراگیر انتظار می‌رود در پایان این فصل بتواند :
- ۱- مراقبت‌های بهداشتی کودکان ۶-۲ ساله را توضیح دهد.
 - ۲- تغذیه کودک ۶-۲ ساله را توضیح دهد.
 - ۳- خطراتی که کودکان ۳-۲ ساله را تهدید می‌کند توضیح دهد.
 - ۴- خطراتی که کودکان ۶-۳ ساله را تهدید می‌کند توضیح دهد.
 - ۵- نکات پیشگیری از خطر در شیرخوارگاه‌ها و مهدکودک‌ها را توضیح دهد.
 - ۶- نحوه نظارت و کنترل در مهدکودک‌ها را توضیح دهد.
 - ۷- نکات ایمنی در استفاده از وسایل نقلیه مهدکودک را توضیح دهد.

مقدمه

کودکان در این سنین از نظر تغذیه‌ای وابستگی کمتری به مادر دارند و بدین سبب توجه به نیازهای تغذیه‌ای و بهداشتی آنان و نیز رعایت نکات ایمنی لازم از مسایلی است که باید مورد نظر قرار گیرد. کودکان در سنین ۲ تا ۶ سالگی، کنترل مهارت‌های حرکتی را کاملاً آموخته‌اند. بدون کمک راه می‌روند و بسیاری از اوقات در حال جست و خیز هستند. مطالعه تعداد تلفات سالیانه ناشی از حوادث کودکان زیر پنج سال رقم بالایی را نشان می‌دهد. بحرانی‌ترین سال‌های عمر کودکان سنین ۶-۲ سالگی است و در طول این سال‌هاست که ما موظف هستیم علاوه بر اینکه آنها را از خطرات حفظ می‌کنیم راه و روش مواظبت از خودشان را هم به آنان بیاموزیم. با آموزش صحیح مادران و مسئولین محل‌های نگهداری کودکان می‌توان به مقدار قابل ملاحظه‌ای از وقوع حوادث پیش‌بینی نشده جلوگیری کرد.

مراقبت‌های بهداشتی کودکان ۶-۲

استحمام: شستشوی مرتب کودک همانطور که در دوران شیرخوارگی به آن اشاره شد در این دوران نیز از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. کودک در این دوران جست و خیز فراوان دارد و توجه به بهداشت پوست، مو، ناخن و سایر اندام‌های طفل مخصوصاً دست‌ها بسیار مهم است. کودک در این سنین استقلال طلب است و احساس مالکیت زیادی دارد. ضمن توجه به رعایت نکات ایمنی در محیط حمام باید شرایط استحمام را برای کودک شاد و مفرح نمود. در سنین ۶-۲ سالگی استحمام سبب بهبود تغذیه و خواب کودک می‌گردد.

در مؤسسات شبانه‌روزی مراقبین کودک باید به این نکته توجه داشته باشند که زمان مناسبی را برای استحمام کردن آنان در نظر بگیرند و بهتر است ۳ بار در هفته آنها را حمام دهند. وسایل و پوشاک مورد نیاز کودک (۶-۲ ساله) در هنگام استحمام تفاوت چندانی با شیرخواران ندارد. کودک ۶-۴ ساله به راحتی می‌تواند در هنگام استحمام کردن طریقه شستشو را فراگیرد. باید کودک را تشویق نمود تا بتواند خودش لباس‌هایش را بپوشد.

۲- مراقبت از دهان و دندان: رعایت بهداشت دهان و دندان در کودکان به این دلیل اهمیت دارد که به عنوان یک عادت بهداشتی مناسب در کودک درآمده، باعث می‌شود که به طور مرتب مسواک بزند و هرگز در سال‌های بعد در این مورد سهل‌انگاری نخواهد کرد و برحسب عادت برای پاکیزگی و سلامت دهان و دندان خویش خواهد کوشید (شکل ۱-۴).



شکل ۱-۴

توجه به نکات زیر در حفظ بهداشت دهان و دندان به کودک کمک می کند :

۱- مادران و مراقبین کودک موظفند طریقه صحیح مسواک کردن را به کودکان بیاموزند تا آنها به طور مرتب و صحیح از مسواک برای پاکیزه و سالم نگاه داشتن دندان‌ها و لثه‌ها استفاده نمایند. بهتر است در مسواک کردن دهان کودکان تا زمان کسب مهارت کامل، مادران و مراقبین به آنها کمک نموده و نظارت کامل در انجام صحیح آن داشته باشند.

۲- از مکیدن انگشت و پستانک و نیز تنفس از راه دهان باید ممانعت به عمل آورد.

۳- در غذای روزانه کودک از موادی که دارای الیاف و فیبر هستند مانند : هویج، کلم، کرفس، سیب، مرکبات و گوشت باید به قدر کافی استفاده کرد.

۴- وجود فلئوئور به اندازه مناسب در آب‌های آشامیدنی سبب استحکام دندان‌ها خواهد شد.

۵- دندان‌های شیری کودکان در این سنین نیاز به مراقبت دارند لذا هر ۶ ماه یکبار باید به دندانپزشک مراجعه شود تا از بروز فساد و انحرافی که در وضع قرار گرفتن دندان‌ها احتمالاً بوجود می‌آید پیشگیری شود.

مراقبت از گوش : در کودکان توجه به بهداشت گوش بسیار مهم است. امروزه برای شناسایی کودکان ناشنوا و کم‌شنوا در بدو تولد از آنها سنجش شنوایی توسط واحدهای بهداشتی انجام می‌شود و این امر سبب تشخیص و درمان زودرس در آنها می‌شود. در غیر این صورت مراقبین باید توجه داشته باشند که اگر کودک تا سن ۲ سالگی شروع به حرف زدن نکند، باید از نظر ضعف شنوایی مورد بررسی قرار گیرد.

نکاتی که در بهداشت گوش کودکان باید رعایت شود :

۱- کودک را از شنیدن صداهای بلند دور نگه دارید.

۲- مادران و مراقبین به طور روزانه اطراف گوش و پشت گوش کودکان را به کمک حوله‌ای مرطوب تمیز نمایند.

۳- به کودکان آموزش دهید که از وارد کردن اجسام نوک تیز مانند نوک مداد و غیره به گوش خود جداً خودداری کنند.

۴- بدون تجویز پزشک از به کار بردن دارو و ریختن قطره‌های مختلف در گوش خودداری شود.

۵- در صورت بروز درد با خروج مایع از گوش در کودکان، حتماً به پزشک مراجعه شود.

۶- سنجش شنوایی مخصوصاً در کودکانی که دیر به سخن آمده‌اند و یا دچار عفونت‌های گوش

میانی بوده‌اند باید انجام شود.

مراقبت از دست‌ها و ناخن‌های کودک : ناخن‌های کودکان را به طور مرتب کنترل کرده، آنها را کوتاه نگه دارید. برای این کار، حتماً از ناخن‌گیر استفاده نمایید. ناخن‌های دست‌ها را به صورت گرد و پaha را به صورت صاف کوتاه کنید.

دست‌ها مهم‌ترین عامل انتقال‌دهنده عوامل میکروبی به شمار می‌آیند مخصوصاً در کودکان ۲-۴ ساله که می‌توانند راه بروند و با وسایل زیادی در ارتباط باشند. طریقه شستن دست و استفاده از صابون و حوله برای خشک کردن را باید به کودک آموزش داد. روزانه چندین بار دست‌های کودک را با آب و صابون بشویید تا از انتشار میکروب‌ها جلوگیری به عمل آید.

مراقبت از چشم‌ها : برای رعایت بهداشت چشم در کودکان باید به نکات زیر توجه داشت :

۱- دست و صورت، خصوصاً دست‌های کودک را روزی چند بار با آب و صابون بشویید و به او آموزش دهید که این کار را خودش به تنهایی انجام دهد.

۲- از شستن دست و صورت کودک در آب‌های غیربهداشتی خودداری کنید.

۳- به کودک آموزش دهید تا از حوله و دستمال دیگران استفاده نکند، و دستمال و دست کثیف را به چشم نزنند.

۴- از نشستن حشرات مخصوصاً مگس بر روی صورت جلوگیری شود. همیشه مراقب نظافت و بهداشت محل زندگی کودک باشید.

۵- در هنگام تماشای تلویزیون حتماً فاصله حداقل سه متر را حفظ کنید و به کودک آموزش دهید تا از فاصله مناسب به تلویزیون نگاه کند.

۶- در صورت استفاده از وسایل رایانه‌ای رعایت نکات ایمنی مانند مدت استفاده و استاندارد بودن صفحه نمایش مورد توجه قرار گیرد.

۷- خیره شدن به نور خورشید و لامپ‌های پر نور برای چشم بسیار مضر است، کودکان را از آن‌ها دور نگاه دارید.

۸- کودکان را از باد و گرد و خاک محافظت نمایید.

۹- مهم‌ترین علامت عیوب انکساری چشم در کودکان سردرد است. در هنگام بروز سردرد به پزشک مراجعه شود. امروزه برای شناسایی کودکان از نظر تنبلی چشم در سنین ۶-۴ سالگی غربالگری عیوب انکساری توسط واحدهای بهداشتی انجام می‌شود.

۱۰- برای هر نوع حالت غیرطبیعی مانند انحراف^۱ و حرکات غیرارادی گردشی^۲ در چشم باید به پزشک متخصص مراجعه شود.

تغذیه کودکان ۶-۲ ساله

بعد از ۲ سالگی به دلیل کاهش رشد، نیاز به کالری در کودکان کاهش می‌یابد. در این سنین قد کودکان در مقایسه با وزن رشد بیشتری دارد به همین دلیل ممکن است کودکان لاغرتر از گذشته به نظر بیایند در حالی که این ویژگی مختص این سن است. از طرفی کودکان در این سنین به علت تحرک زیاد در حین بازی انرژی زیادی مصرف می‌کنند و آمادگی فیزیکی بدنی آنان برای انجام این فعالیت‌ها به میزان زیادی به چگونگی برنامه غذایی آنها بستگی دارد که لازم است بیشتر مواد غذایی جامد بویژه پروتئین در اختیار آنان قرار گیرد.

چگونگی رعایت برنامه غذایی کودک ۶-۲ ساله

کودک در این سنین با توجه به محیط اطراف کمتر به غذا اهمیت می‌دهد و اشتهای کودک نسبت به سال اول زندگی تدریجاً کاهش می‌یابد بنابراین توجه به نوع غذای مصرفی کودک بسیار مهم است. شیر از مهم‌ترین غذاهایی است که باید همیشه در برنامه غذای روزانه کودک وجود داشته باشد البته به مقداری که مانع استفاده کودک از غذاهای متنوع دیگر نگردد. بتدریج که کودک بزرگتر می‌شود سعی می‌کند خودش غذا بخورد در این هنگام کافی است مصرف تنقلات و مواد شیرین کنترل شود و کودک از مواد مغذی و ضروری برای رشد بیشتر استفاده کند (شکل ۲-۴).



شکل ۲-۴

۱ - Sterab smus استرایسموس

۲ - Nystagmus نینتاگموس

باید در نظر داشت که کودک بهترین کسی است که می‌تواند اشتهای خود را تنظیم کند و می‌داند چه مقدار غذا می‌خواهد، کودکی که هر بار کم می‌خورد معمولاً دفعات غذایش بیشتر از کودکی است که در هر بار زیاد غذا می‌خورد. برای چنین کودکی غذاهای مختصری که در فواصل غذاهای اصلی داده می‌شوند باید از انواعی انتخاب شوند که مانع اشتهای او برای صرف غذای اصلی نگردند و جزئی از غذای اصلی کودک باشند مانند شیر، ماست، نان و پنیر.

کودکانی که زیاد بازی می‌کنند اغلب اشتهای فراوان دارند ولی گاهی آنقدر خود را خسته می‌کنند که حتی نمی‌توانند غذا بخورند بنابراین استراحت مختصر قبل از غذا، هر قدر هم کوتاه باشد در این گونه موارد در اشتهای کودک تأثیر بسزایی دارد.

لازم است یادآوری شود که همان اندازه که مصرف غذای کم برای کودک درست نیست دریافت بیش از اندازه مواد غذایی نیز موجب ناراحتی‌هایی برای وی خواهد شد. افرادی که در دوران بلوغ و بعد از آن دچار چاقی می‌شوند معمولاً سابقه اضافه وزن در دوران کودکی بخصوص در سال اول زندگی داشته‌اند به عبارت دیگر مصرف زیاد مواد غذایی و داشتن اضافه وزن در سال‌های اول زندگی زمینه مناسبی برای بروز چاقی در سنین بلوغ و بعد از آن محسوب می‌شود بنابراین در تغذیه کودکان باید با رعایت اعتدال و توجه به وزن مناسب برای سن، در صورت لزوم در برنامه غذایی آنها تجدید نظر کرد.

عادت‌های غذایی کودکان: کودکان در سنین ۶-۲ سالگی خوردن مواد جامد و سخت را یاد گرفته‌اند.

تغذاتی مانند آب‌نبات، شکلات و آشامیدنی‌های شیرین و گازدار مورد علاقه شدید کودکان هستند که از نظر تأمین احتیاجات غذایی مواد کم ارزشی محسوب می‌شوند زیرا حاوی مقدار زیادی مواد قندی هستند که به غیر از ایجاد انرژی هیچ مواد مغذی‌ای به همراه ندارند و مصرف این مواد حس گرسنگی کودک را برطرف می‌کند و وی را از خوردن غذاهای مغذی که برای تأمین رشد و سلامتی او لازم‌اند باز می‌دارد با همه این‌ها چون تغذات مورد علاقه کودکان است نمی‌توان مانع خوردن آنها شد بلکه باید با نظارت در چگونگی مصرف آن‌ها برنامه مناسبی برای کودکان ترتیب داد. در کودکانی که به خوبی غذا نمی‌خورند قراردادن تغذات در رژیم غذایی فقط به صورت دسر و پس از صرف غذای اصلی جایز است. هرگز نباید دادن تغذات را مشروط به صرف غذای اصلی کرد زیرا این مواد با اهمیت جلوه می‌کنند. این مواد را می‌توان پس از صرف غذای کامل در صورت تقاضای کودک در اختیار او گذاشت.

مصرف مواد شیرین بخصوص آنهایی که به صورت سخت و جامد هستند مانند شکلات و

آب نبات زمينه مساعدي را براي پوسيدگي دندانها فراهم مي کنند.

رفتار مادر يا مراقبين کودک تاثير بسزايي در پذيرش يا رد غذا در کودک دارد.

کودکان هم مانند بزرگسالان ممکن است گاهي به خوردن بعضي از غذاها تمايل يا بي ميلي نشان دهند. مواردی پیش می آید که کودک غذایی را که قبلاً با میل می خورده اکنون آن را رد می کند. بعضی از کودکان هر نوع غذایی که برای اولین بار به آنها داده می شود به سختی می پذیرند، بندرت می توانند چند غذا را در آن واحد قبول نمایند. معمولاً کودکان در مورد غذاهایی که به آنها تحمیل می شوند مقاومت شدید نشان می دهند.

مراقبين و مادران آگاه با مقاومت و آرامی این شرايط کودک را تحمل می کنند. توصیه می شود در مورد انتخاب نوع و مقدار غذا به اشتها و تمايل کودک کاملاً توجه شود هرگز در غذا دادن به کودکان نباید اصرار کرد چون اگر کودک به این نکته واقف گردد که به اصرار می خواهند غذایی را به وی تحمیل کنند ممکن است مدت ها از خوردن آن خودداری کند و این موضوع را وسیله ای برای رسیدن به خواسته های غیرمنطقی خود قرار دهد.

پيشگيري از حوادث براي کودکان

کودکان یکی از آسیب پذیرترین گروه های اجتماعی هستند که بیشتر در معرض انواع حوادث قرار می گیرند. بنابراین با آموزش و رعایت نکات ایمنی می توان از حوادثی که منجر به زیان های فراوان و جبران ناپذیر جسمی و روانی در آنان می شود پیشگیری کرد. علت اصلی بروز سوانح عدم مراقبت صحیح کودکان و اطلاع ناکافی والدین و مراقبین از نکات ایمنی است.

در اینجا به شایع ترین خطراتی که کودکان را تهدید می کنند براساس سن و راه های پیشگیری از آنها اشاره می شود.

خطراتی که کودکان دو تا سه ساله را تهدید می کنند :

کودک در سن دو سالگی از نظر رفتاری مخالف میل بزرگترها عمل می کند و بیشتر اوقات منفی گرایی و لجبازی در او دیده می شود. مثلاً ممکن است وقتی که به او گفته می شود «بیا اینجا» سر جای خودش بایستد و تکان نخورد و یا در جهت مخالف حرکت کند. البته این رفتار کودک آغاز تمایلات مستقلانه و غیراتکایی وی است و می تواند منجر به بروز حوادثی گردد.

خطراتی که کودکان را تهدید می کنند به دو دسته در محیط داخل و خارج از خانه تقسیم می شود :

الف) خطرات داخل خانه

کودکان در این سنین برای ارضای حس کنجکاوی خود نسبت به آتش، وسایل الکتریکی، لوازم آشپزخانه، پله‌ها، در و پنجره‌ها توجه بیشتری نشان می‌دهند لذا باید با خطرات این وسایل و اماکن آشنا شوند.

○ آتش

آتش و شعله‌های آن برای کودکان همیشه جالب و خوش آیند به نظر می‌رسد. درست کردن آتش یک نوع بازی و سرگرمی مخصوصاً برای یک کودک سه ساله است و مهم‌ترین خطر آن آتش‌سوزی و سوختگی و ایجاد خسارات جبران‌ناپذیر جانی و مالی در محیط زندگی کودک خواهد بود. بخصوص کودکان در هنگام بروز چنین حوادثی، قدرت تحرک و ابتکار لازم برای نجات خود از مهلکه را ندارند و قربانیان اصلی اینگونه حوادث به شمار می‌آیند.

توجه به نکات زیر در پیشگیری از خطرات آتش برای کودکان و مراقبین آنها ضروری است:
— کودکان و سایر اعضاء خانواده باید با خطرات آتش آشنا شوند و اقدامات لازم را در هنگام بروز آتش‌سوزی فرا گیرند.

— اشیاء قابل اشتعال اعم از کبریت، فندک، بخاری و وسایل گرم‌کننده و مواد آتش‌زا باید از دسترس کودکان دورنگه داشته شود.

— کودکان در این سنین می‌توانند طریقه خاموش کردن یک شمع یا یک شعله کبریت را فرا گیرند و به تدریج تسلط بیشتری در خاموش کردن شمعی که در دست دارند را پیدا کنند. بنابراین مراقبین آنها به راحتی می‌توانند به آنان آموزش دهند.

○ لوازم الکتریکی و سیم‌های انتقال برق:

— /تو: رعایت نکات ایمنی در هنگام استفاده از اتو برای مادران و مراقبین بسیار ضروری است. بدین منظور لازم است کودکان را از نزدیک شدن به میز اتو منع کرد، بخصوص کودکان نوپا و حتی کودکان زیر یکسال که با کمک تکیه‌گاه می‌نشینند یا چهار دست و پا راه می‌روند و یا کودکانی که با کمک وسیله‌ای سرپا می‌ایستند باید مورد توجه قرار گیرند (شکل ۳-۴). بهتر است در هنگام اتوکشی، کودک نوپا در تخت خود و یا در جای امنی قرار گیرد. به هیچ وجه نباید محل اتوکشی را ترک کرد. پس از پایان اتوکشی، اتو و سایر وسایل را فوراً در جای مطمئن قرار داد.

میز اتو باید با پارچه نسوز پوشانده شود و اتو برقی به دستگاه تنظیم‌کننده حرارت مجهز باشد.
— چرخ گوشت: در هنگام استفاده از چرخ گوشت، اعم از برقی یا دستی باید از نزدیک شدن



شکل ۳-۴

کودکان، جلوگیری کرد زیرا آنان بسیار کنجکاو بوده در حین بازی با این وسیله خطرناک موجب صدمات جبران ناپذیر به خود خواهند شد. در هنگام استفاده باید چرخ گوشت را روی میز یا سکویی که دست کودک به آن نمی رسد قرار داد.



شکل ۴-۴

— سیم‌های رابط : کودکان نه

تنها به سیم‌های رابط بلکه به سیم اتصال دستگاه‌های برقی هم توجه دارند و به بازی با آنها می پردازند لذا از سلامت و ایمنی این گونه سیم‌ها باید مطمئن بود. بخصوص در هنگام استفاده وسیله برقی باید دقت نمود تا آنها سالم باشند و بعد از رفع نیاز دوشاخه سیم رابط را از پریز برق جدا کرد (شکل ۴-۴).

سیم‌های اتصال وسایل برقی را باید از محل‌هایی که کودک رفت و آمد می‌کند دور نگه داشت. به‌طور کلی دوشاخه هر وسیله برقی مانند: رادیو، تلویزیون، ضبط صوت و آب‌زور را در غیرمواقع مصرف باید از پریز خارج نمود. پریزهای برق باید محافظ داشته باشند (شکل ۴-۵) و در ارتفاعی بالاتر از قد کودک نصب شوند.



شکل ۴-۵

○ وسایل بُرنده و نوک‌تیز

کودک وجود خطر را درک نمی‌کند اما معنی بازی را بخوبی می‌فهمد و همیشه به دنبال وسیله‌ای است که با آن بازی کند و سرگرم شود. کودک قدرت تمیز اشیای سالم و خطرناک را ندارد. بنابراین



شکل ۴-۶

به سوی هر شیء بُرنده و خطرناکی می‌رود و با آن بازی می‌کند. این امر می‌تواند موجب صدمات جدی به کودک شود. لذا اشیاء برنده و نوک‌تیز مانند چاقو، قیچی، وسایل خیاطی و امثال آن را باید دور از دسترس او قرار دارد (شکل ۴-۶).

○ آشپزخانه

در سنین ۲ تا ۳ سالگی آشپزخانه مکان جالب و در عین حال خطرناکی برای کودک محسوب می‌شود. علاقهٔ کودک به آشپزخانه به علت کمد، کشو، ظروف مختلف و رنگارنگ، یخچال و اجاق خوراک‌پزی است. همچنین مهم‌ترین دلیل علاقهٔ کودک به آشپزخانه وجود مادر و یا مراقب کودک در این محل می‌باشد (شکل‌های ۴-۷ و ۴-۸).



شکل ۴-۸



شکل ۴-۷

در خانه منع کردن کودک از ورود به آشپزخانه امکان‌پذیر نیست ولی می‌توان به کودک آموزش داد که در مکان مطمئن از آشپزخانه بنشیند و به اشیاء خطرناک دست نزند. در مکان‌های نگهداری کودک از ورود کودکان به آشپزخانه باید ممانعت به عمل آورده شود. وسایل موجود در آشپزخانه مانند اجاق خوراک‌پزی باید ایمن باشند و کودک قادر به دست‌زدن و چرخاندن پیچ‌های آن نباشد (شکل‌های ۴-۹ و ۴-۱۰).



شکل ۴-۱۰



شکل ۴-۹

در هنگام آشپزی ظرف پخت حاوی آب جوش یا مواد غذایی همیشه بر روی شعله‌های عقبی اجاق قرار گیرد و دستگیره آن در سمت عقب واقع شود تا کودک به سهولت قادر به دست زدن به آن نباشد (شکل ۴-۱۱).



شکل ۴-۱۱- طریقه صحیح

در هنگام سرخ کردن مواد غذایی ذرات روغن به اطراف پراکنده شده موجب سوختگی خواهد شد لذا باید مانع نزدیک شدن کودک به اجاق خوراک پزی شد.

هر عاملی که موجب لغزنده شدن کف آشپزخانه می شود باید فوراً تمیز شده تا مانع آسیب دیدگی گردد. مواد شوینده و پاک کننده ظروف و البسه را باید در ظرف های مشخص و علامت دار گذاشته و در محل مخصوصی نگهداری نمود و به این ترتیب از دسترس کودکان دور نگه داشت.

جعبه نگهداری دارو و کمک های اولیه باید در محل خاصی دور از دسترس کودکان قرار داده شود. بخصوص داروهایی را که به طور روزانه مصرف می شوند باید کاملاً از دسترس دور نگه داشت زیرا کودکان هر چیزی را به دهان می گذارند و احتمال مسمومیت و حتی مرگ آنان در اثر خوردن این داروها وجود دارد.

○ پلکان

کودکان نوپا بخصوص در سنین دو تا سه سالگی هنوز قادر به کنترل کامل خود در هنگام راه رفتن و بالا و پایین رفتن از پله ها نیستند و احتمال سقوط آنان بسیار زیاد است که منجر به آسیب دیدگی های جدی می شود. (باید مراقب بود تا کودک نوپا به پلکان نزدیک نشود) لذا با نصب نرده های حفاظتی در مدخل ورودی و خروجی و همچنین کناره های پلکان می توان مانع از سقوط کودکان نوپا شد.

○ در و پنجره ها

اتاق ها باید مجهز به درهای ایمنی و سالم باشند. قفل و لولاها در باید سالم و قفل کلید درهای ساختمان باید دوطرفه باشد که بتوان از هر دو طرف آنها را باز کرد و هیچ کلیدی را نباید روی قفل گذاشت زیرا اگر قفلی دارای دستگیره یک طرفه باشد، ممکن است کودک پس از ورود یا خروج از آن محل، در را به روی خودش ببندد و یا اینکه با چرخاندن اتفاقی کلید، در را قفل کند و چون قادر به گشودن آن نیست بسیار وحشت زده شده و مشکلات جدی برای خود ایجاد نماید. درهای پشت بام، زیرزمین و شومیز خانه باید همیشه قفل باشند. کلیه پنجره ها باید به نرده حفاظتی مجهز و فاصله میله ها از یکدیگر نباید بیش از ده سانتی متر باشد. بسیاری از کودکان کنجکاو برای مشاهده خیابان یا حیاط، به کنار پنجره می روند و اگر پنجره فاقد نرده محکم و ایمنی باشد خطر سقوط برای آنان وجود دارد.

شکل های ۱۲-۴ و ۱۳-۴ و ۱۴-۴، متداول ترین خطراتی که کودکان را تهدید می کنند و طبق آمار بیش از هر چیز دیگری باعث آسیب جدی و یا مرگ کودکان می شوند را نشان می دهند.



شکل ۴-۱۲



شکل ۴-۱۳



شکل ۴-۱۴

ب) خطرات خارج از خانه

در خارج از خانه مراقبت از کودکان دو تا سه ساله بسیار مهم است. در اتومبیل باید از صندلی مخصوص کودک استفاده شود. اگر اتومبیل فاقد صندلی کودک است مراقب کودک باید در صندلی عقب بنشیند و کودک را در دامن خود قرار داده و در تمام طول مسیر از دست هایش به عنوان حایلی برای حفظ بدن کودک استفاده کند تا در موقع ترمزهای شدید و ناگهانی، مانع پرتاب شدن او به جلو گردد. باید در هنگام خرید یا گردش در پارک و مکان‌های بازی کاملاً مراقب کودک بود و هرگز نباید کودک را تنها گذاشت، مشخصات کودک به همراه آدرس و تلفن محل سکونت را در جیب لباس او باید قرار داد. کودکی که قادر به نشستن و کنترل خود نیست را نباید سوار وسایل بازی‌های موجود مانند تاب، در پارک کرد.

خطراتی که کودکان سه تا شش ساله را تهدید می‌کنند :

در سه سالگی رفتار کودکان تغییر می‌کند آنان توانایی تشخیص مسائل اخلاقی و تمایز بین رفتار خوب و بد را پیدا می‌کنند که این امر بستگی به رشد شناختی و ذهنی و الگوهای رفتاری آنان دارد. هرچه سن کودکان بالاتر می‌رود به دلیل افزایش رشد شناختی و در اثر کنش متقابل با محیط مطالب بیشتری را درمی‌یابند بنابراین دیگر لجباز و سرسخت نیستند لذا آموزش و کنترل آنها راحت‌تر انجام می‌پذیرد. کودکان در سه سالگی کنترل حرکتی بیشتری دارند. بنابراین به تنهایی راه می‌روند و جست‌وخیز می‌کنند و قادرند از وسایل بازی مانند تاب، سرسره، الاکلنگ، سه چرخه و اتومبیل‌های مخصوص کودک استفاده کنند. لذا مراقبین کودک باید طریقه صحیح استفاده از آنها را آموزش دهند و با نظارت صحیح از بروز حوادث پیشگیری نمایند.

خطراتی که کودکان را در این سنین تهدید می‌کنند علاوه بر مواردی که در سنین دو تا سه سالگی به آن اشاره شد، تصادف با وسایل نقلیه، آسیب دیدن از وسایل بازی و بازی‌های جمعی، خروج از محل زندگی به تنهایی، گم شدن و مسمومیت‌ها را نیز می‌توان اضافه کرد.

در هنگام گردش در پارک‌ها و یا بازدید از محل‌های خاص مانند موزه‌ها، نمایشگاه‌ها و اماکن تفریحی باید کاملاً مراقب کودکان بود تا از جمع جدا نشده و تنها نمانند. در این موارد باید برای هر کودک یک کارت شناسایی تهیه و در اختیار او قرار داد.

خطراتی که کودکان را تهدید می‌کنند با توجه به سن آنها در جداول پیشگیری از حوادث شماره‌های

۴-۱ و ۴-۲ آورده شده که صرفاً برای مطالعه آزاد است.

جدول ۱-۴- پیشگیری از حوادث در سال اول زندگی

نکات ایمنی	مشخصات رفتار طبیعی	حوادث
نباید بچه را روی میز یا تخت تنها گذاشت زیرا ممکن است به روی زمین بیفتد اطراف تخت باید با نرده محصور گردد	شیرخوار در ۶ ماهگی به بعد غلت می‌زند پس از آن چهار دست و پا به راه می‌افتد و سعی می‌کند خود را راست نگاه دارد	زمین خوردن
اشیای کوچک و مواد مضر را نباید در دسترس بچه قرار داد، به طریقه خوابانیدن طفل باید توجه کرد	اشیا را به دهان نگاه دارد	ورود اجسام خارجی در دستگاه تنفس
بچه را نباید تنها در لگن پر از آب یا وان پر آب حمام رها کرد	از فعالیت در آب برای نجات خود عاجز است	سوختگی - غرق شدن

جدول ۲-۴- پیشگیری از حوادث در ۲-۱ سالگی

نکات ایمنی	مشخصات رفتار طبیعی	حوادث
پنجره‌ها را باید به تور سیمی مجهز نمود اطراف بالکن باید دارای نرده بلند باشد و در جلو پلکان باید مانعی قرار داد	می‌تواند به وسیله قدم زدن در محیط خود گردش کند	زمین خوردن
بچه را باید محافظت کرد تا در وان پر آب یا حوض و یا استخر نیفتد	در آب فعالیت ندارد و قادر به نجات خویش نیست	غرق شدن
بالای پله آخری باید درب گذاشت اشیاى دسته‌دار مثل قابلمه و ماهی‌تابه که روی چراغ قرار دارد باید طوری باشد که بچه نتواند دسته آنها را بگیرد همچنین ظروف محتوی غذاهای گرم را باید دورتر از لبه میز گذاشت چراغ خوراکی‌پزی و سماور را باید از دسترس دور گذاشت شیر کپسول‌گاز باید بسته باشد کبریت نباید در دسترس او گذاشته شود	از پله بالا و پایین می‌رود علاقه عجیبی به آشپزخانه دارد	سقوط سوختگی
محفظه‌های مربوط به سیم برق را باید پوشاند و سیم‌های برق را نباید در دسترس بچه گذاشت پریشاها را باید بست دارو و سموم خانگی و اشیاى تیز و کوچک باید در محلی باشد که بچه به آن دسترسی نداشته باشد	تقریباً همه چیز را به دهان می‌برد	مسمومیت

جدول ۳-۴- پیشگیری از حوادث در ۲-۴ سالگی

نکات ایمنی	مشخصات رفتار طبیعی	حوادث
وقتی که خطر سقوط در کار باشد باید درب‌ها را قفل کرد و پنجره‌ها را به تور سیمی مجهز نمود	قادر به باز کردن درب می باشد - می دود و از اشیاء بالا می رود - سوار سه چرخه می شود	زمین خوردن
باید کمد‌ها و کشوها را قفل کرد و کلید را از دسترس طفل دور نگه داشت	کمد‌ها و کشوها را باز کرده به بررسی محتویات آنها می پردازد	خوردن مواد سمی
چاقو و وسایل الکتریکی را نباید در دسترس بچه‌ها گذاشت باید بچه‌ها را از خطرات پرتاب اشیاء نوک تیز و همچنین خطر دویدن به دنبال توپ در خیابان آگاه کرد	با اسباب‌های مکانیکی خود را سرگرم می کند، توپ و اشیای دیگر را پرتاب می کند	کنجکاو و بازیگوش است
باید به بچه‌ها نحوه صحیح عبور از خیابان را آموخت و آنها را از خطر تصادف با اتومبیل آگاه کرد		حوادث وسایل نقلیه

پیشگیری از خطر در شیرخوارگاه‌ها و مهدکودک‌ها

پیشگیری از خطر در شیرخوارگاه‌ها و مهدکودک‌ها را می‌توان به دو دسته تقسیم کرد :

الف) فضای داخلی یا بسته مهد کودک

- اطاق‌های مخصوص شیرخواران باید دارای شرایط بهداشتی از نظر رنگ، روشنایی و تهویه بوده، دیوارها و کف اتاق‌ها دارای پوشش مناسب، قابل شستشو از جنس مقاوم، نرم، صاف، بدون درز و تمیز باشد.

- دیوار اطاق‌ها از بالای قرنیز تا ارتفاع یک متر باید به وسیله روکش‌های قابل ارتجاع از جنس اسفنج یا چرم مصنوعی پوشانده شوند تا مانع از آسیب دیدگی کودکان گردد.

- اطاق مخصوص تعویض پوشاک شیرخواران باید دارای شرایط کاملاً بهداشتی بوده و مجهز به دوش و شیرهای آب گرم و سرد و میز یا سکوی حفاظ دار جهت تعویض البسه و کمد‌های طبقه بندی شده که مشخصات هر کودک روی آن نوشته شده باشد.

سرویس‌های بهداشتی مورد استفاده کودکان باید تمیز و با تعداد آنان متناسب باشد. دستشویی‌ها باید مجهز به صابون مایع و خشک‌کن مناسب و بهداشتی بوده و وجود سطل زباله در کنار دستشویی الزامی است.

– محلی برای گرم کردن شیر و مواد غذایی در اتاق شیرخواران در نظر گرفته شود.
– تهویه مناسب در فضای داخلی باید به نحوی صورت گیرد که همیشه هوا سالم، تازه، کافی و عاری از بو باشد. استفاده از بخاری‌های دیواری و غیراستاندارد مجاز نمی‌باشد. قبل از استفاده از هر منبع حرارتی از بازبودن مسیر لوله دودکش آن باید اطمینان حاصل شود و در فصل زمستان در مقابل بخاری‌ها حفاظ لازم جهت پیشگیری از سوختگی کودکان نصب گردد.
– کلیه موارد ایمنی جهت پیشگیری از آتش‌سوزی در شیرخوارگاه‌ها و مهدکودک‌ها باید رعایت شود. بدین منظور شیرهای گاز مورد استفاده باید شرایط ایمنی مورد نیاز را دارا باشند. نصب درپوش بر روی شیرهای گازی که غیرقابل استفاده هستند ضروری است. در هر طبقه از مهدکودک حداقل یک دستگاه خاموش‌کننده آتش نصب گردد. همچنین از چراغ‌های حفاظ‌دار استفاده شود. کلیه مراقبین باید آموزش ایمنی و آتش‌نشانی را فرا گیرند.

–سیم‌کشی‌ها و نصب وسایل الکتریکی و کلیه کلیدها و پریزها در اتاق‌ها باید با رعایت کامل مقررات ایمنی صورت پذیرد و هر چند وقت یک بار بازدید شوند تا از سالم بودن آن اطمینان حاصل نموده و نواقص آن برطرف گردد. بر روی کلید و پریزهای برق باید درپوش مناسب نصب شود و کلیه وسایل برقی آموزشی باید از ایمنی لازم برخوردار باشند.

– درها و پنجره‌ها باید دارای شرایط ایمنی زیر باشند :

○ درها و پنجره‌ها از جنس مقاوم، سالم، بدون ترک خوردگی و شکستگی و زنگ‌زدگی و قابل شستشو بوده و همیشه تمیز باشند.

○ محل اتصال درها به چهارچوب باید با یک صفحه چرمی یا پلاستیکی پوشیده شود تا از واردشدن انگشتان دست کودک در بین در و چهارچوب جلوگیری به عمل آید.

○ پنجره‌های بازشونده و درهای مشرف به فضای باز باید مجهز به توری سالم و مناسب باشند به نحوی که از ورود حشرات و جوندگان و سایر حیوانات به داخل اطاق جلوگیری شود. همچنین دارای زده محافظ باشند.

– پلکان باید با شرایط ایمنی تهیه و مجهز به در ورود و خروج بوده و از حفاظ و روشنایی کافی برخوردار باشند.

– تختخواب شیرخواران باید دارای شرایط ایمنی سالم بدون شکستگی و فرورفتگی باشد. پایه‌های تخت مجهز به چرخ قفل‌دار بوده و همیشه مورد بررسی قرارگیرند تا از محکم بودن آنها اطمینان حاصل شود. فاصله بین زرده‌های تختخواب نباید بیش از ده سانتی‌متر باشد. هیچ‌گونه اسباب‌بازی یا شیئی به وسیله نخ نباید از تخت آویزان شود زیرا ممکن است در هنگام بازی موجب خطرات جدی گردد. از گذاشتن بالش زیر سر برای شیرخواران باید جلوگیری نموده زیرا ممکن است موجب خفگی شود. برای هر کودک تازه‌وارد ملحفه، لحاف یا پتوی تمیز و سالم استفاده و مرتباً تعویض و تمیز نگاه داشته شود.

– کف اتاق بازی باید پوشش نرم و مناسب داشته باشد و استفاده از فرش، گلیم و موکت جایز نیست. همچنین برای بازی کودکان از اسباب‌بازی‌های کوچک، گوشه‌دار، نوک‌تیز و دارای رنگ‌های سری استفاده نشود.

– آشپزخانه مهد کودک باید دارای شرایط بهداشتی باشد. هواکش مناسب، وسایل قابل شستشو و تمیز، قفسه‌های طبقه‌بندی دردار و بهداشتی، ظرفشویی مجهز به آب گرم و سرد، میز کار برای تهیه مواد غذایی که فاقد کتو و یا قفسه بوده و فضای زیر آن نیز مورد استفاده قرار گیرد.

– محل مخصوصی برای شستشو و گندزدایی سبزیجات و میوه‌جات باید وجود داشته باشد. کلبه مواد غذایی فاسدشدنی باید در یخچال و سردخانه به طریق مناسب نگهداری شوند.

– انبار مواد غذایی باید دارای تهویه مطلوب باشد، میزان حرارت و رطوبت آن همواره کنترل گردد.

– کارکنان آشپزخانه باید روپوش و کارت مخصوص سلامت داشته و کلبه موارد بهداشتی را در هنگام تهیه غذا رعایت کنند.

– میزها و صندلی‌ها باید متناسب با سن کودک و سالم، تمیز، بدون درز و قابل شستشو و دارای رنگ روشن باشند.

– جعبه کمک‌های اولیه با مواد و وسایل مورد نیاز، به تعداد کافی در محل‌های مناسب مهد کودک (اتاق شیرخواران، آشپزخانه، دفتر مدیر و ...) نصب گردد.

ب) فضای خارجی یا باز مهد کودک

فضای باز یا حیاط مهد کودک دارای تجهیزاتی است که همواره باید در هنگام نصب و استفاده از آنها نکات ایمنی رعایت گردد. لوله‌های آب و گاز و سیم‌های برق و وسایل الکتریکی و روشنایی و کلیه کلیدها و پریزهای موجود در محوطه و فضای بازی باید سالم و با توجه به رعایت کامل مقررات ایمنی باشند.

در اینجا به مهم ترین موارد ایمنی در فضای بازی اشاره می شود :

سطح زمین بازی : رعایت نکات ایمنی در سطح زمین بازی یکی از مهم ترین عوامل کاهش دهنده میزان صدمات در کودکان است. سطح زیر وسایل بازی باید به اندازه کافی نرم و حجیم باشد تا در هنگام سقوط مانع از آسیب دیدگی کودکان شود.

– سیمان، آسفالت و سنگفرش غیرایمن هستند. چمن، خاک و خاک فشرده نیز نامناسب اند زیرا آب و هوا و نوع بازی کودکان موجب کم شدن قابلیت این مواد در محافظت از کودکان می شود.

– سطح محوطه بازی باید از مواد نرمی مانند : خاک اره، شن، ماسه نرم، کائوچوی نرم شده پر شود. کف پوش ساخته شده از کائوچوئی که از نظر ایمنی آزمایش شده نیز مناسب است. سطح زیر وسایلی که کمتر از ۲/۵ متر ارتفاع دارند باید حداقل ۳۰ سانتی متر با مواد نرم پر شده باشد.

– سطح زمین بازی باید عاری از آب و نخاله های مختلف نظیر سنگ، چوب شکسته، آهن زنگ زده شاخه و ریشه درخت باشد تا باعث زمین خوردن نشود.

– باید توجه داشت تنها استفاده از مواد نرم از بروز حوادث پیشگیری نمی کند بلکه ارتفاع تجهیزات بازی از سطح زمین بسیار مهم است اگر ارتفاع زیاد باشد خطر جراحت و آسیب دیدگی بیشتر خواهد بود.

طراحی وسایل و فضا : تجهیزات مهد کودک برای دو گروه سنی متفاوت ۲ الی ۴ سال (کودکستان) و ۴ تا ۶ سال (پیش دبستانی) باید طراحی شوند. فضای محیط بازی برای این دو گروه سنی کاملاً متمایز از یکدیگر است. کودکان کوچک تر نباید از تجهیزات بچه های بزرگ تر استفاده کنند همچنین کودکان بزرگ تر نیز از وسایل بچه های کوچک تر نباید استفاده نمایند.

– وسایلی که در ارتفاع قرار دارند باید مجهز به نرده و حفاظ ایمنی باشند. تاب، الاکلنگ و دیگر تجهیزات دارای حرکت باید در فضای خاصی که جدا از محل بازی های گروهی کودکان است قرار داده شوند.

– فاصله تاب ها از یکدیگر حداقل ۶۰ سانتی متر و از فضای سایر وسایل و نرده ایمنی حداقل ۶۷ سانتی متر فاصله داشته باشد.

– وسایل بازی متحرک مانند تاب و الاکلنگ باید به گونه ای طراحی شوند که فاقد فضاهای خالی در محل نشستن کودک و دیواره های آن باشد زیرا این فضاها موجب صدمه رساندن به دست یا پای کودک می شوند.

ایمنی تاب : بیشترین آسیب در مهد کودک ها، هنگام استفاده از تاب صورت می گیرد. اما رعایت

چند نکته ساده احتمال خطر را در هنگام استفاده کاهش می‌دهد :

– محل نشستن تاب باید از جنس کائوچو و پلاستیک ساخته شده باشد، فلز و چوب مقاومت کمتری داشته و مناسب نیستند.

– آویزهای تاب باید محکم و قابل اطمینان باشند. هر تاب حداقل دو حفاظ مخصوص به خود داشته باشد.

– کودکان در هنگام استفاده از تاب کاملاً باید نشسته باشند. ایستادن روی پا یا زانو هنگام تاب‌بازی بسیار خطرناک است آنها باید با دو دست محکم بر روی تاب بنشینند و تا ایستادن کامل از تاب پیاده نشوند. سایر کودکان باید از تاب فاصله بگیرند از راه رفتن و دیدن اطراف تاب خودداری کنند. – استفاده همزمان از تاب توسط دو نفر غیر مجاز است مگر اینکه تاب برای دو یا چند نفر طراحی شده باشد (شکل ۱۵-۴).



شکل ۱۵-۴

ایمنی الاکلنگ : این وسیله نیاز به دو نفر دارد و هر دفعه یک طرف آن با شدت به زمین برخورد می‌کند. استفاده از این وسیله در مهد توصیه نمی‌شود مگر اینکه نکات ایمنی در هنگام استفاده از آن رعایت گردد :

– الاکلنگ باید مجهز به ضربه‌گیر یا فتر مخصوص باشد تا با شدت به زمین برخورد نکند.

– الاکلنگ دو صندلی دارد کودکانی که از آن استفاده می‌کنند حتماً باید هم‌وزن باشند. روبروی هم بشینند و نباید به هم پشت کنند.

– کودکان باید وسیلهٔ محافظ را محکم نگه دارند و از لمس زمین خودداری نمایند.

– سایر بچه‌ها نباید در قسمت پشت یا کنار الاکلنگ با هم بازی کنند.

ایمنی در سرسره بازی: ارتفاع سرسره‌ها برحسب سن کودکان کوتاه یا بلند است. رعایت نکات ایمنی در هنگام استفاده از این وسیله بسیار مهم است. مراقبین کودک باید در این مورد به کودکان آموزش دهند:

– کودکان باید هنگام بالا رفتن از نردبان سرسره میله‌های دو طرف را محکم نگه دارند و هر بار روی یک پله پا بگذارند. از سطح سرسره نباید برای بالا رفتن استفاده کنند. پایین آمدن با سر یا شکم بسیار خطرناک و غیرمنطقی است. استفاده گروهی از سطح سرسره نیز خطرناک بوده و هر بار یک نفر باید روی سطح سرسره باشد.

– بعد از سر خوردن عمل فرود انجام می‌شود کودک باید بلافاصله از جایش بلند شده تا نفر بعدی به او برخورد نکند.

– این وسیله باید در شرایط مطلوب طراحی و ساخته شود. و کلیه موارد استاندارد را دارا باشد و به‌طور مرتب از سالم بودن این وسیله باید اطمینان حاصل گردد.

– در هنگام بارندگی از سرسره استفاده نشود زیرا لغزنده بودن سطح آن موجب صدمات جدی می‌شود. همچنین در طول تابستان سرسره به شدت داغ و خطرناک است لذا از استفاده آن باید خودداری نمود.

○ **مراقبت از فضا و وسایل بازی:** وسایل بازی باید همیشه تمیز و ایمن باشند لذا به‌طور مرتب باید مورد بازدید قرار گیرند. هیچ وسیله‌ای نباید شکسته یا خراب باشد. وسایل چوبی نباید ترک داشته یا حاوی تراشه ریز باشند.

– حصار محوطه بازی باید سالم باشند تا از خروج کودکان از فضای بازی پیشگیری شود.

– مواد پوشاننده سطح محیط بازی به‌خصوص اطراف تاب، سرسره، چرخ و فلک و ... باید به‌طور مرتب کنترل شوند تا حالت نرمی خود را حفظ کنند.

– تجهیزات بازی مهد کودک باید از مواد با دوام ساخته شده باشند تا در اثر تغییرات آب و هوا خراب نشوند.

– قلاب‌ها، پیچ‌ها و لبه‌های تیز و انتهایی وسایل بازی را باید کنترل کرد تا کودکان آسیب نبینند.

– محل بازی با ماسه باید بالاتر از سطح زمین قرار گیرد و در معرض تابش نور مستقیم خورشید باشد تا ماسه‌ها تمیز بمانند و به طور دائم باید از نظر وجود اشیاء خارجی مانند وسایل نوک‌تیز، شیشه‌شکسته، سنگ‌ریزه و ... کنترل گردند. این محل در زمانی که مورد استفاده قرار نمی‌گیرد باید به نحوی پوشانیده شود تا از آلوده شدن توسط حیوانات و حشرات محفوظ بماند. همچنین ماسه‌ها در معرض جریان باد واقع نشوند.

– حیاط مهد کودک باید همیشه تمیز نگه داشته شود و تجهیزات آن از نظر سالم بودن کنترل و در صورت خرابی یا ناقص بودن مورد استفاده کودکان قرار نگیرند و بلافاصله به مسئول خدمات یا تأسیسات اطلاع داده شود.

نظارت و کنترل در مراکز مهد کودک

مراقبین باید قادر به کنترل کودکان بوده و بر اعمالشان نظارت کامل داشته باشند.

بدین منظور برای پیشگیری از بروز حوادث باید کودکان را با خطرات احتمالی در محیط مهد آگاه سازند و همیشه ناظر بر رفتار آنان باشند. این عمل موجب شده تا کودکان اطمینان حاصل نمایند که نظارت وجود دارد و اعمالشان کنترل می‌شود در نتیجه از انجام کارهای خطرناک و بروز رفتارهای نامناسب در هنگام بازی مانند هل دادن و یا پرتاب وسایل نوک تیز خودداری می‌کنند.

– کنترل رعایت نظم و ترتیب و حق تقدم بخصوص در هنگام استفاده از وسایل بازی در کلاس یا در حیاط و یا بالا و پایین رفتن از پله‌ها ضروری است.

– مراقبین کودک باید آموزش‌های لازم را به کودکان از نظر مراقبت از خود و احساس مسئولیت ارائه دهند.

– کنترل کودکان در هنگام بازی بسیار اهمیت دارد. در اتاق نباید اسباب‌بازی‌ها را بر روی زمین پراکنده و رها کنند، زیرا موجب لیز خوردن آنان و صدمات جدی خواهد شد. همچنین در حیاط مهد وسایلی مانند اسباب‌بازی، کیف، سطل را اطراف تاب، سرسره و سایر وسایل بازی قرار ندهند زیرا ممکن است موجب زمین خوردن و صدمه رساندن به کودکان دیگر شود.

– همچنین در هنگام بازی کودکان از پوشیدن لباس‌های بنددار و وسایل زینتی مانند گردنبند و دستبند منع شوند زیرا احتمال گیر کردن به وسایل دیگران و کشیده شدن آنان بر روی زمین وجود دارد.

– مراقبین کودک باید متوجه باشند هیچ‌گاه کودکی تنها و بدون اجازه کلاس را ترک نکند.

– در هنگام بارش برف و باران زمین‌ها لغزنده بوده لذا از بردن کودکان به حیاط باید خودداری شود.

– مراقبین باید کلیه وسایل بازی و آموزشی موجود در مهد را از نظر ایمنی کنترل کنند و از

سالم بودن آنان اطمینان حاصل نمایند.

– مسئله مهم دیگر که جان کودکان را تهدید می‌کند مسمومیت‌های غذایی است که در اثر عدم رعایت نکات بهداشتی در هنگام طبخ و یا نگهداری نادرست مواد غذایی در یخچال ایجاد می‌شود. مریبان در این مورد باید نظارت کامل داشته باشند.

نکات ایمنی وسیله نقلیه در مهدکودک

اتومبیل برای کودکان ۴-۶ سال در نظر گرفته می‌شود. این وسیله بسیار جالب و در عین حال خطرناک برای کودکان است. مریبان باید کودکان را به رعایت نظم و ترتیب تشویق کرده و به آنان پیاموزند تا آرامش خود را در ماشین حفظ و از سر و صدا و شلوغی پرهیز نمایند.

– راننده باید با تجربه و مسئولیت‌پذیر باشد و مقررات را رعایت کرده به آرامی و با احتیاط رانندگی کند. همچنین از سالم بودن اتومبیل اطمینان حاصل نماید و هیچ‌گاه کودکان را تنها در اتومبیل رها نکند. لذا وجود یک نفر بجز راننده داخل اتومبیل برای مراقبت کودکان و همچنین پیاده و سوار کردن آنها الزامی است.

– راننده باید مراقب توقف‌های ناگهانی و پیچ‌های تند و سایر خطرات باشد تا کودکان صدمه نبینند. همچنین تعداد کودکان داخل اتومبیل نباید از حد مجاز بیشتر باشد.

– درهای اتومبیل اغلب حادثه‌آفرین است آنها باید از داخل قفل شوند، کودکان باید از نظر طریقه صحیح نشستن در اتومبیل، بازی نکردن با دستگیره درها و شیشه‌ها و قسمت‌های دیگر اتومبیل آموزش ببینند.

– رعایت مقررات و مراقبت از خود باید به‌طور مرتب به آنان یادآوری شود. همچنین مربی باید به کودکان طریقه صحیح عبور و مرور از خیابان‌ها و چهار راه‌ها را آموزش دهد (شکل ۱۶-۴).



شکل ۱۶-۴

فعالیت‌های عملی

گزارش‌های زیر را تهیه نمایید :

- ۱- مراقبت‌های بهداشتی کودکان ۶-۲ سال
- ۲- مراقبت‌های تغذیه‌ای کودکان ۶-۲ سال
- ۳- مراقبت‌های ایمنی کودکان ۶-۲ سال

پرسش‌های نظری

- ۱- نکات بهداشتی دهان و دندان کودک را توضیح دهید.
- ۲- مراقبت‌های بهداشتی گوش کودک را بیان کنید.
- ۳- مراقبت‌های بهداشتی چشم کودک را توضیح دهید.
- ۴- عادت‌های غذایی کودکان ۶-۲ ساله را توضیح دهید.
- ۵- خطراتی که کودک ۳-۲ ساله را تهدید می‌کند توضیح دهید.
- ۶- خطراتی که کودکان ۶-۳ ساله را تهدید می‌کنند نام ببرید.
- ۷- نکات ایمنی در فضای داخلی مهد کودک‌ها را بیان کنید.
- ۸- نکات ایمنی در فضای باز مهد کودک‌ها را بیان کنید.
- ۹- مراقبت‌های لازم در استفاده از وسایل بازی در فضای باز مهد کودک را توضیح دهید.
- ۱۰- نظارت و کنترل در پیشگیری از حوادث در مهد کودک‌ها را توضیح دهید.
- ۱۱- نکات ایمنی وسایل نقلیه مهد کودک‌ها را شرح دهید.