बाल-सुरक्षा
के लिए सूची

बच्चों को सुरक्षित रखें

घरेलु दुर्घटनाएँ, बच्चों को बार-बार हानि पहुँचाने और रोकने योग्य कारण हैं। समाज में रहते हुए भी बच्चों को कई खतरे हैं, जिनसे उन्हें बचाया जा सकता है।

बच्चे सदा जिज्ञासु होते हैं। सम्भावित खतरों की ओर आपकी सावधानी उन्हें चोट लगने से बचा सकती है।

घर, गाड़ी, पड़ोस में आपके बच्चे की सुरक्षा के लिए इस पत्रिका में, कुछ सरल सुझाव दिए गए हैं।

शिशु

- शिशुओं को उनकी पीठ पर सुलाएँ।
- शिशुओं को अधिक मुलायम अथवा बड़ों के बिस्तर पर मत सुलाएँ।
- शिशु क्रिब में हो तो क्रिब सदा ऊपर कर के रखें।
- क्रिब या प्लेपेन के साथ खिलौने मत बाँधें -डोरी से शिशु का गला घुट सकता है।
- शिशु के गले में पेसिफ़ायर कभी मत डालें।
- शिशु का रोना सुनने के लिए "मोनिटर्स" के प्रयोग पर गौर करें।

छोटे बच्चे

बच्चे की नज़र से अपने घर का अन्वेषण करें। अपने घुटनों तथा हाथों पर सरक कर सम्भाविक खतरों की तलाश करें।

- खतरनाक सामान से भरी दराज़ों और अलमारियों पर, बच्चों द्वारा न खुलने वाली चिटकनियाँ लगाएँ।
- बच्चों की नन्हीं उँगलियाँ तथा अन्य वस्तुओं से बचाए रखने के लिए, बिजली के निकासों पर प्लास्टिक के प्लग लगाएँ।
- बिजली के अनुपयोगी विस्तार-तार (एक्सटेन्शन-कोर्ड) निकाल दें।
- बिजली के निकासों के आगे बड़ा सोफ़ा या कुर्सी रखें।
- बच्चे के बड़े होने तक, नुकीली अथवा अस्थिर मेज़ आदि, हटा कर रख दें।
- पर्दों की डोरियाँ, बच्चे की पहुँच से दूर, ऊपर बाँधें।
- फ़ायर-प्लेस के आगे उपयुक्त आवरण लगाएँ।
- गिरने से बचाव के लिए, सीढ़ियों पर गेट लगाएँ।
- छोटी एवं टूटने वाली वस्तुएँ, बच्चे की पहुँच से दूर रखें।
- नुकीले कोनों तथा टूटे-फूटे टुकड़ों के लिए खिलौनों की जाँच करें।
- खिलौनों पर लगे लेबल पढ़ कर तसल्ली करें कि खिलौने विषैले नहीं हैं और बच्चों की उम्र के हिसाब से उनके लिए ठीक हैं।
- खतरनाक घरेलु पदार्थ - मदिरा, साबुन, सफ़ाई के तरल पदार्थ, रेज़र-ब्लेड, माचिस तथा दवाइयाँ बच्चों की पहुँच से दूर अथवा बन्द अलमारियों में रखें।
- प्लास्टिक के बैग, पर्स, और बटन, स्क्रू, सख़्त टाफ़ियाँ, सिक्के जैसी छोटी चीज़ें बच्चों की पहुँच से दूर रखें।
- अगर बच्चे द्वारा कुछ विषैला अथवा हानिकारक निगल लेने का सन्देह हो तो, तुरन्त किसी चिकित्सक से सम्पर्क करें।

- आग लगने पर धुंए से बचे रहने के लिए बैडरूम के दरवाज़े बन्द कर के सोएँ।
- बाथरूम में बच्चे के साथ रहें।
- खिलौने, फ़रनिचर तथा दीवारों का पेन्ट सीसा-रहित (lead-free) हों।
- "गर्म" शब्द जल्द-से-जल्द सिखाइए। बच्चे को गर्म चूल्हा, इस्त्री, वेन्ट (vent), फ़ायरप्लेस, लकड़ी का चूल्हा, बारबेक्यू, सिगरेट, सिगरेट का लाइटर, और पीनेवाली गर्म चीज़ों से दूर रखें।
- खाना पकाते समय बर्तनों के हैन्डल अन्दर की ओर रखें।
- किसी भी यन्त्र की तार, स्टोव या चौके पर से लटकती हुई न छोड़ें।
- बच्चा छोटा है और मेज़पोश पकड़ कर खींचने की सम्भावना है तो लटकने वाला मेज़पोश मत लगाएँ।

गाड़ी में

- किसी भी हालात में बच्चे को गाड़ी में अकेला मत छोड़ें।
- शिशु अथवा बच्चे के वज़न के मुताबिक कार-सीट अवश्य प्रयोग करें। कारीगर की संस्तुति के अनुसार ही उन्हें गाड़ी में लगाएँ।
- बड़े बच्चे के वज़न के अनुसार यथायोग्य बूस्टर सीट का प्रयोग करें।
- 12 वर्ष से कम के बच्चे पिछली सीट पर ही बैठा करें। एयर-बैग खुलने से बच्चों को नुकसान या उनकी मौत भी हो सकती है।
- गाड़ी की सवारी करते समय बच्चे को किसी की भी गोद में न बैठने दें और न ही किसी के साथ सीटबैल्ट में बैठाएँ।

अन्य सहायक प्रस्ताव

- अन्य सहायक प्रस्ताव
- धुंआ तथा कार्बन-मोनोक्साईड के डिटेक्टर लगाएँ, तथा उनकी बैट्री नियम पूर्वक बदलते रहें।
- इस बात का ध्यान रखें, कि कोट और टोपियों की डोरियाँ तथा गले के रूमाल, मैदान में खेल के साधनों में अड़ने न पाएँ।
- नहरों, तालाबों तथा तैरने के कुण्डों के समीप बच्चों को अकेला न छोड़ें। इस्तेमाल न हों तो, खेलने के कुण्ड खाली कर दें तथा स्पा एवं गर्म पानी के टब को सदा ढक कर रखें।
- कुत्ते आक्रमक हो सकते हैं। कुत्ते आसपास हों तो बच्चों को अपनी देखभाल में अवश्य रखें।
- संकटकाल में प्रयुक्त विधियों और सम्पर्क किए जाने वाले व्यक्तियों की सूची, बच्चे के ध्यान रखने वाले को उपलब्ध कराएँ। उसे यह भी अवश्य पता होना चहिए कि आप कहाँ पर होंगे।

तैयार रहें

बच्चों के लिए सी.पी.आर कोर्स करें।