

برنامہ حُدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

دستورات ایمنی و مراقبت از

آسیب‌های کودکان

ویرایش دوم

نویسنده:

دکتر رابرت جی. وینچی

مترجم:

دکتر شهریار نظری

فهرست مطالب

- ۷ سخن ناشر
- ۹ پیشگفتار
- بخش اول: ایمنی در خارج و داخل خانه..... ۱۱
- ۱۲ ۱. ایمنی در خودرو
- ۱۸ ۲. ایمنی در منزل
- ۲۳ ۳. مبلمان کودک
- ۲۹ ۴. رنگهای حاوی سرب
- ۳۲ ۵. تنها در خانه
- ۳۵ ۶. ایمنی در زمین بازی
- بخش دوم: هنگام ورزش و تفریح..... ۳۷
- ۳۸ ۷. آسیب‌های ناشی از دوچرخه‌سواری
- ۴۳ ۸. پیشگیری از آسیب‌های ورزشی
- ۵۰ ۹. اصول ایمنی اسباب‌بازیها
- ۵۲ ۱۰. ایمنی در آب
- ۵۷ ۱۱. ایمنی در زمستان و آسیب‌های سرمازدگی
- بخش سوم: آسیب‌های بالاتر از شانه..... ۶۳
- ۶۴ ۱۲. ضربه‌های وارده به سر
- ۶۷ ۱۳. آسیب‌های چشمی

بخش چهارم: آسیب‌های پایین‌تر از شانه

۱۴. اجسام خارجی در بینی و گوش ۷۱

۱۵. آسیب‌های گردن ۷۴

۱۶. آسیب‌های دندانی ۷۶

۱۷. خونریزی از زخم و بریدگیها و کزاز ۸۲

۱۸. آسیب‌های شدید ۸۶

۱۹. اجسام خارجی در ریه ۸۹

۲۰. اجسام خارجی در معده و روده ۹۲

۲۱. شکستگی‌ها و دررفتگی‌ها ۹۶

۲۲. پیچ‌خوردگی و رگ به رگ شدن ۱۰۱

بخش پنجم: گزیدگیها و سوختگی‌ها

۲۳. گزیدگیها ۱۰۵

۲۴. نیش زنبور و سایر حشرات ۱۰۶

۲۵. سوختگی‌ها ۱۰۹

۲۶. آسیب‌های الکتریکی ۱۱۳

۲۷. آفتاب‌سوختگی ۱۱۷

بخش ششم: سموم و داروها

۲۸. مسمومیت ۱۲۱

۲۹. مواد سوزاننده ۱۲۵

۳۰. هیدروکربنها ۱۲۶

۳۱. ویتامین‌ها، آهن و داروهایی که به نسخه نیاز ندارند ۱۳۰

۳۲. مسکن‌ها ۱۳۴

۳۳. گیاهان سمی ۱۳۶

۳۴. قارچها ۱۴۰

۳۵. واکنش‌های حساسیتی ۱۴۴

بخش هفتم: آسیب‌های متفرقه

۳۶. گرفتگی گلو ۱۵۱

۳۷. له‌شدگی‌ها ۱۵۲

۳۸. گرم‌زدگی و سکنه‌گرمایی ۱۵۷

۳۹. خطرهای ایام تعطیلات ۱۶۰

پرسش‌ها و پاسخها ۱۶۴

واژه‌نامه ۱۷۰

ضمیمه ۱۷۵

نمایه ۱۷۸

پیشگفتار

راهنمایی پیشگیری از آسیب‌ها

حوادث، شایع‌ترین علت مرگ کودکان و نوجوانان است و عامل یک سوم کل مرگ‌ومیرها نیز به شمار می‌رود. بنا بر آمار مرکز کنترل بیماریها، همه ساله ۵۰۰ هزار کودک برای درمان آسیب‌های ناشی از حوادث در بیمارستانها بستری می‌شوند و ۱۶ میلیون نفر دیگر در مراکز فوریت‌های پزشکی (اورژانس‌ها) تحت درمان قرار می‌گیرند. هزینه‌هایی که برای درمان بیماران حادثه‌دیده در حالات حاد و مزمن و نیز مراکز نوتوانی صرف می‌شود، بالغ بر میلیاردها دلار است.

آسیب‌های ناشی از حوادث در حال حاضر رو به تزاید است و با وجود پیشرفتهای اخیر در فناوری (تکنولوژی) پزشکی، هنوز، به طور کامل و مطلوب، به اهداف پیشگیری از حوادث دست نیافته‌ایم.

برای سالیان طولانی، تحقیقات آمار حیاتی (اپیدمیولوژی) دربارهٔ حوادث دوران کودکی از طرح و برنامهٔ خاصی پیروی می‌کرد و خطرهای مسائل آن تا حدودی مشخص بود. در حال حاضر نیز، برنامه‌هایی آموزشی برای پیشگیری از حوادث طراحی شده و در سراسر کشور - به ویژه در مدارس، مطب‌های متخصصان کودکان و مراکز فوریت‌های پزشکی - تدریس می‌شود.

تمام والدین، معلمان و مراقبان کودک - در خانه و هر جای دیگر - باید در پیشگیری از حوادث نقش فعالی بازی کنند. همچنین باید