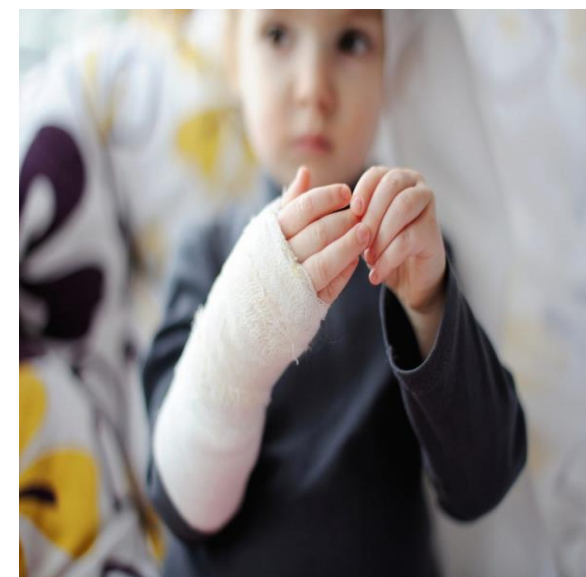




سوختگی در کودکان



تهیه و تنظیم:

گروه آموزش به بیماران ارتقای سلامت بیمارستان مهراد

تاریخ بازنگری: اردیبهشت ۱۴۰۵

چگونه از سوختگی کودکان در خانه پیشگیری کنیم؟

سوختگی یک نوع آسیب بافتی است که در اثر گرما، قرار گرفتن بیش از حد در معرض نور خورشید یا تشعشعات، تماس با مواد شیمیایی یا برق گرفتگی ایجاد می شود. بسته به مورد، سوختگی می تواند مشکلات جزئی پزشکی یا موارد اورژانسی و تهدید کننده حیات برای فرد ایجاد نماید. متأسفانه بسیاری از سوختگی ها و خصوصاً سوختگی های شدید در کودکان خردسال اتفاق می افتد! بنابراین لازم است همه والدین از توصیه های ایمنی پیشگیری از سوختگی و اقدام به موقع در موارد حادثه آگاهی داشته باشند. توصیه های زیر می تواند به کاهش احتمال اتفاق جدی برای فرزندان کمک کند.

ایمنی در آشپزخانه

تا حد امکان کودک نوپا را از آشپزخانه دور نگه دارید. می توانید یک دروازه ایمنی در مقابل درب آشپزخانه قرار دهید تا مانع ورود کودک به داخل آشپزخانه شوید. کتری، قابلمه و ظروف آشپزخانه را طوری تهیه کنید که دسته کوتاهی داشته باشد و هنگام استفاده، آن ها را روی اجاق های ردیف انتهایی قرار دهید.



هنگام آشپزی، دسته های قابلمه را به سمت عقب بچرخانید تا کودک نتواند آنها را بگیرد.

کارهای پخت و پز و سرخ کردن را در ساعات خواب یا بیرون از خانه بودن کودک انجام دهید.

کف پوش مناسب آشپزخانه از لیز خوردن و واژگون شدن ظروف حاوی غذای داغ جلوگیری می کند.

هرگز هنگامی که کودک در آغوش دارید، برای هم زدن یا سر زدن به قابلمه غذا به آشپزخانه نروید.

هرگز هنگامی که کودک در آغوش دارید، سوپ، غذا یا نوشیدنی داغ ننوشید.

ایمنی در حمام

هرگز کودک را حتی برای یک لحظه در حمام تنها نگذارید.

یک شیر تنظیم دما به شیر آب داغ حمام متصل کنید تا دمای آب را در دمای ایمن ثابت نگه دارد.

ابتدا آب سرد را داخل وان کودک بریزید، سپس آب گرم را کم کم اضافه کنید و قبل از گذاشتن کودک در داخل وان از دمای مناسب آب اطمینان داشته باشید.



ایمنی در خانه

اتو، سشوار، بابلیس و ... را پس از پایان استفاده از آنها، داغ رها نکنید. همواره این وسایل دور از دسترس کودکان باشد.
برای شومینه و بخاری، محافظ قرار دهید.
کبریت، فندک و شمع ها را از دید و دسترس کودکان خردسال دور نگه دارید.



ایمنی غذا و نوشیدنی

نوشیدنی های گرم را از دسترس کودکان خردسال دور نگه دارید - یک نوشیدنی داغ هنوز ۱۵ دقیقه پس از تهیه ممکن است منجر به سوختگی جدی در کودک شود.
بعد از گرم کردن بطری شیر، بطری را به خوبی تکان دهید و از دمای شیر قبل از شروع تغذیه شیر خوار مطمئن شوید.
اجازه ندهید کودک نوشیدنی های گرم را با نی بنوشد.



ایمنی در برابر آفتاب سوختگی

کودک را تشویق کنید تا در سایه (مثلاً زیر درختان) بازی کند. به خصوص بین ساعت ۱۱ صبح تا ۳ بعد از ظهر، زمانی که خورشید در شدیدترین حالت قرار دارد. کودکان کمتر ۶ ماه را از نور مستقیم خورشید دور نگه دارید، به خصوص حوالی ظهر.
لباس های نخی گشاد و آزاد به کودک بپوشانید، مانند یک تی شرت بزرگ آستین دار تا در مقابل نور آفتاب حفاظت کند.
یک کلاه با لبه پهن برای کودک تهیه کنید که صورت و گردن او را از آفتاب بپوشاند.
در هوای آفتابی و حتی در روزهای ابری برای کودک ضد آفتاب استفاده کنید. ضد آفتاب های طراحی شده برای کودکان دارای فاکتور محافظت در برابر آفتاب (SPF ۳۰ تا ۵۰ دارند و در برابر UVA و UVB موثر هستند).
کرم ضد آفتاب را هر چند ساعت یک بار تجدید کنید. حتی ضد آفتاب های مقاوم در برابر آب نیز باید بعد از بیرون آمدن از آب دوباره تجدید شوند.

