



ปิดเทอมปลอดภัย ชาวไกลอุบัติเหตุ

เดือนมีนาคม เข้าสู่ช่วงปิดภาคเรียนฤดูร้อนที่เด็กๆ ได้ใช้เวลาพักผ่อนทำกิจกรรมกับครอบครัว เล่นสนุกสนานตามวัย ซึ่งบางครั้งอาจนำมาซึ่งอันตรายจากอุบัติเหตุอันเนื่องมาจากความประมาทและความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ปิดเทอมอย่างไรให้ปลอดภัย เรามีวิธีการหลีกเลี่ยงภาวะอันตรายต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับเด็ก ๆ ในช่วงปิดเทอมมาแนะนำค่ะ

1. มีเด็กเล็กต้องอย่าให้คลาดสายตา สาเหตุที่ทำให้เด็กเล็กอายุน้อยกว่า 7 ขวบเสียชีวิตจากอุบัติเหตุ นั้น โดยมากเกิดจากผู้ใหญ่ที่ดูแลตั้งอยู่ในความประมาทและปล่อยปละละเลย ปล่อยให้เด็กอยู่ตามลำพัง ครอบครัวใดที่มีเด็กเล็กจึงต้องดูแลใกล้ชิดชนิด "อย่าให้คลาดสายตา และอยู่ในระยะที่มือของเราคว้าถึง" เสมอ

2. จมน้ำ เป็นสาเหตุการตายอันดับ 1 ของเด็กไทย (เฉลี่ยราว 1,513 รายต่อปี) คุณพ่อคุณแม่จึงต้องคอยระมัดระวังไม่ให้เด็กๆ ไปเล่นใกล้แหล่งน้ำ หากในบริเวณบ้านมีบ่อน้ำ ตุ่ม โอง ต้องปิดฝาเสมอ และสระน้ำหรือบ่อน้ำต้องมีรั้วกันป้องกัน การพลัดตกน้ำ

3. อุบัติเหตุจากรถ เด็กไทยเสียชีวิตจากอุบัติเหตุจากรถราว 779 รายต่อปี สาเหตุส่วนใหญ่มาจาก "รถจักรยานยนต์" ปัจจุบันบ้านเรายังไม่พร้อมในเรื่องรถโดยสารสาธารณะ การบังคับใช้กฎหมายสวมหมวกกันน็อคยังไม่เข้มพอ ใครที่จำเป็นต้องให้ลูกนั่งซ้อนท้ายมอเตอร์ไซด์จะต้องคิดถึงความปลอดภัยเป็นหลัก โดยตัวคุณและลูกจะต้องใส่หมวกนิรภัยที่ได้มาตรฐานและเหมาะสมกับอายุ รวมทั้งห้ามเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี ขับขี่รถทุกประเภท

4. การพลัดตกจากที่สูงหรือสิ่งของล้มทับ ช่วงปิดเทอมมีเด็กได้รับบาดเจ็บจากอุบัติเหตุประเภทนี้บ่อยๆ ได้แก่ ตุ้มล้มทับหรือของหนักอื่น ล้มทับ เช่น แป้นบาส หรือเครื่องเล่นต่างๆ ในสนามเด็กเล็ก ประตูรั้ว ซึ่งล้วนมีน้ำหนักกว่าร้อยกิโลกรัม อุบัติเหตุชนิดนี้มีสถิติเกิดขึ้นเฉลี่ยราว 1,186 รายต่อปี

5. อันตรายจากไฟฟ้า เช่น ไฟดูด เพราะเด็กเอานิ้วหรือวัตถุอื่นแหย่เข้าไปในรูปลั๊กไฟ ก่อนปิดเทอมจึงควรสำรวจและจัดการเปลี่ยนบรรดาสายไฟที่มีรอยขาดหรือเกากรอบ และครอบปลั๊กไฟ บ้านที่ติดตั้งปลั๊กไฟต่ำควรรับย้ายปลั๊กไฟ (ทางที่ดีควรตามช่างไฟฟ้าผู้ชำนาญมาแก้ไขจะดีที่สุด)

6. อันตรายจาก "ระเบียงบ้าน" บ้านไหนมีเด็กเล็กต้องเอาใจใส่ให้มาก ควรสำรวจว่าช่องว่างของระเบียงเสี่ยงต่อการที่น้องเล็กอาจเล่นเพลินจนตกลงไปหรือไม่ ทางที่ดีควรติดตั้งที่กั้นกันตกหรือแก้ไขให้เป็นแบบปิดทึบและหนาแน่น ระยะห่างระหว่างลูกกรงนอกไม่ควรห่างจนเสี่ยงที่เด็กจะพลัดตกไปทั้งตัว และต้องไม่ถี่เกินไปเพราะอาจทำให้ศีรษะ แขน ขาของเด็กเข้าไปติดอยู่ได้ "บันได" ก็เป็นอีกจุดที่มีช่องว่าง ควรติดตั้งที่กั้นบริเวณราวบันได โดยช่องห่างระหว่างราวบันไดไม่ควรห่างเกินไป เพื่อป้องกันเด็กเล็กพลัดตกด้วย

7. อันตรายจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ และการ "แชท" ไม่ควรปล่อยให้เด็กเล่นเกมติดต่อกันเป็นเวลานาน เพราะนอกจากจะทำให้สายตาผิดปกติแล้ว การใช้งานนี้ยังมีที่หนักเกินไปมีโอกาสทำให้เกิดโรคนิ้วล็อก เหตุเพราะเกิดเส้นเอ็นอักเสบเรื้อรัง หากคุณพ่อคุณแม่มีความตระหนัก ใส่ใจดูแลบุตรหลานในช่วงปิดเทอมตามวิธีข้างต้น ลูกหลานของท่านจะปลอดภัย ห่างไกลอุบัติเหตุแน่นอนค่ะ

ที่มา : <http://www.real-parenting.com>

เขียนโดย รัตนา ภาละกาล
เรียบเรียงโดย สิริรัสมภา การะนนท์
บรรณาธิการ ภัทรภร เอี่ยมอุตมะ