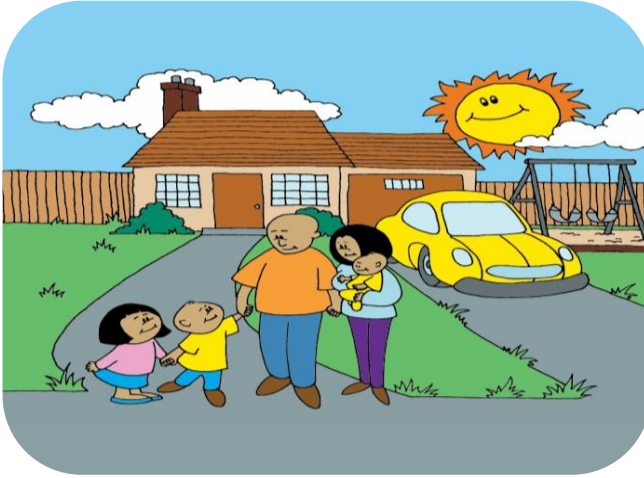


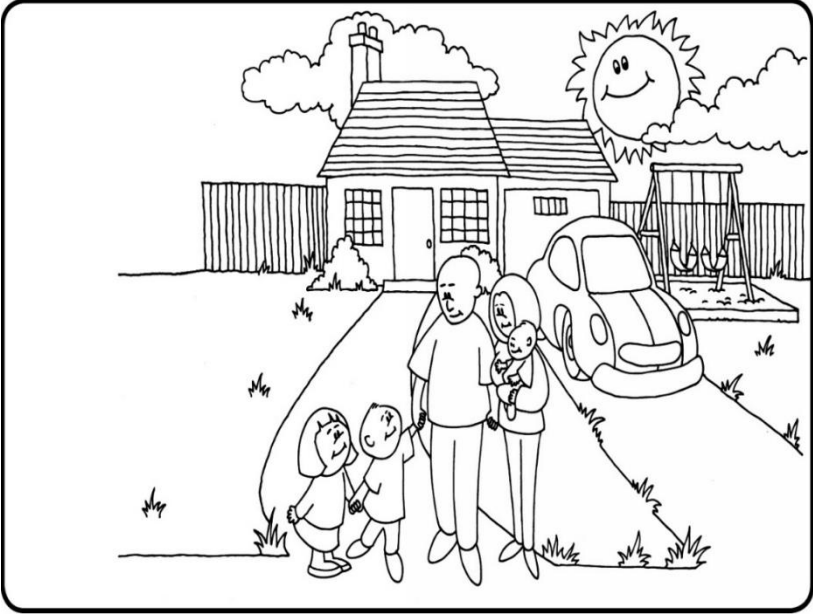


مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City

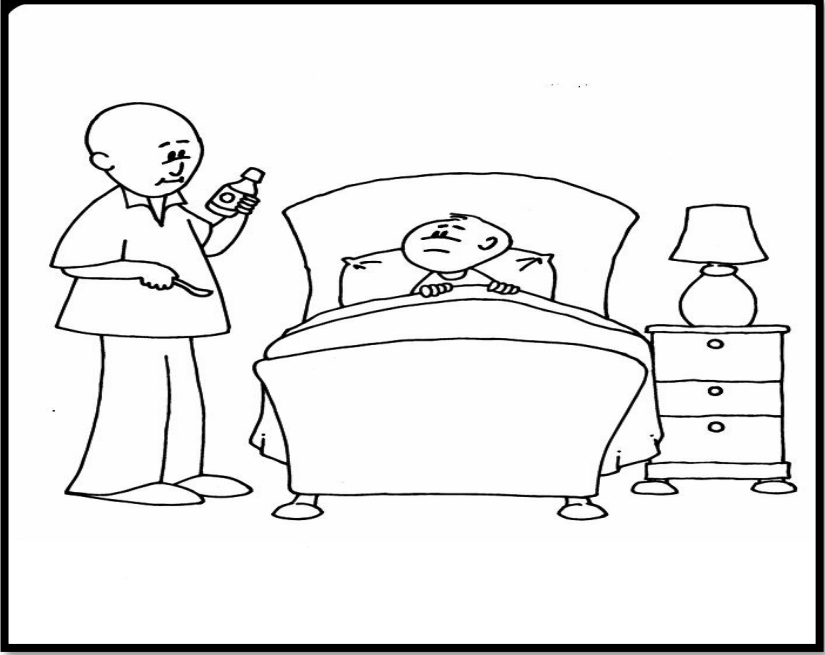


هيا لنلون بأمان

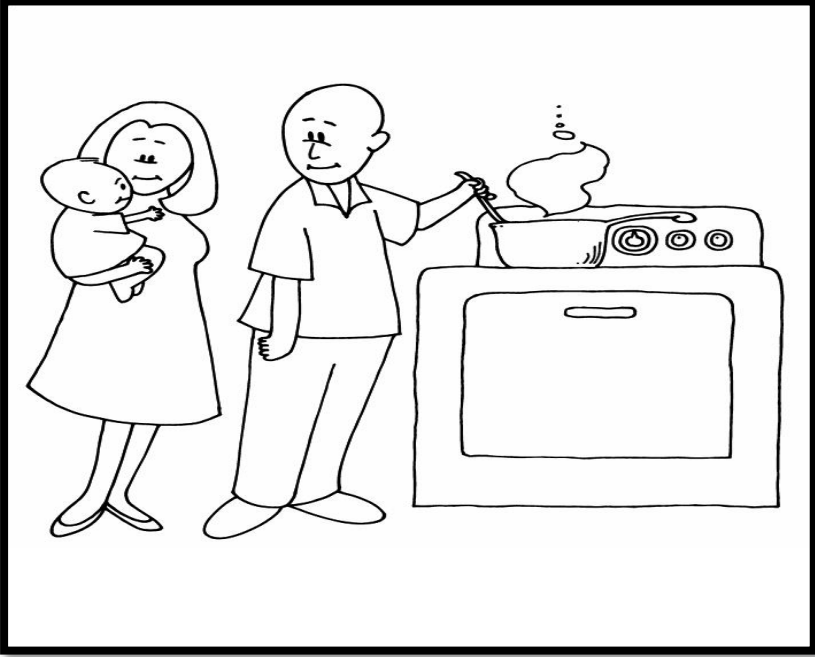
Let's color safely



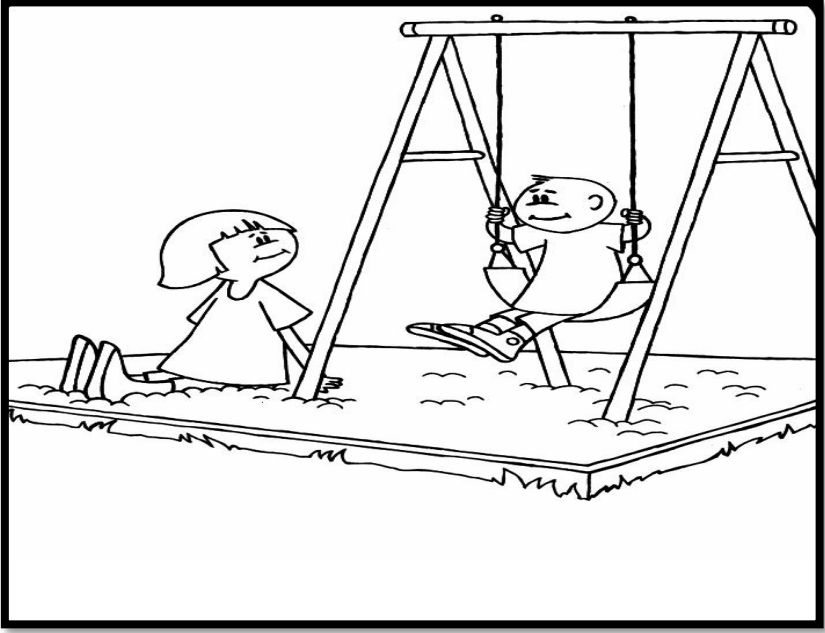
هيا لنزور العائلة الآمنة!
ونلقي نظرة على أسلوب حياتهم...



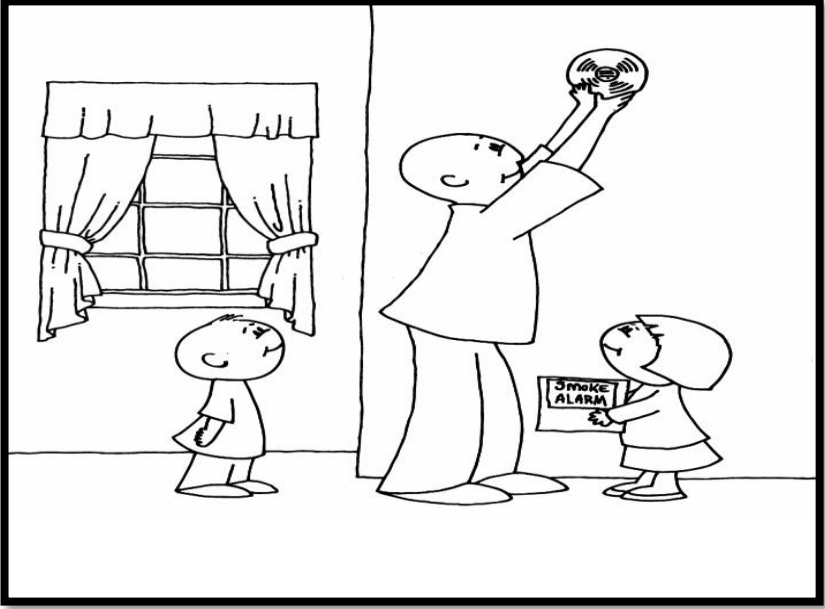
عندما يكون أحد الاطفال مريضا في المنزل،
شخص بالغ يقيس الجرعة المناسبة من الدواء
لتخفيف التعب.



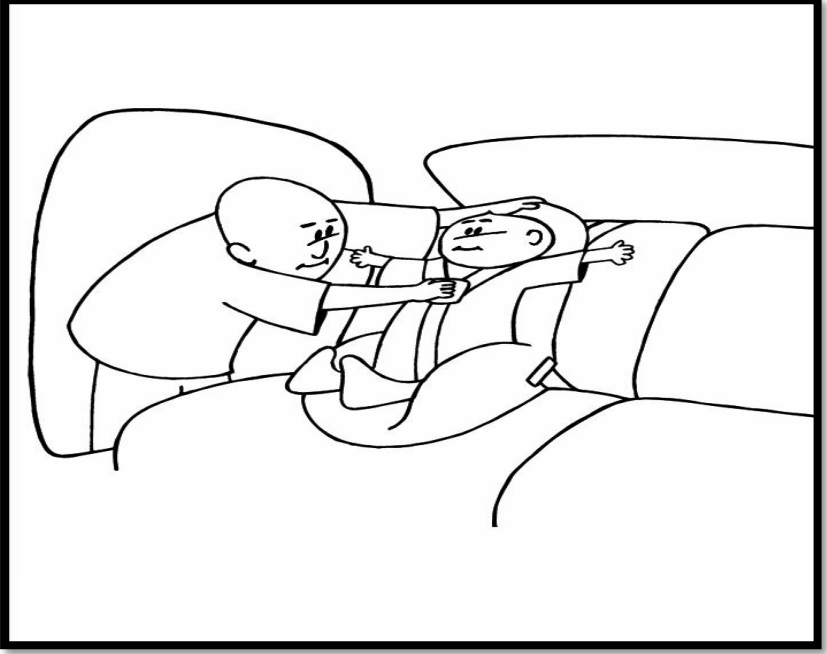
وعند ما يكون الأكل على الموقد يصبح موعد الوجبة قد حان، فلنغلق الموقد بأمان.



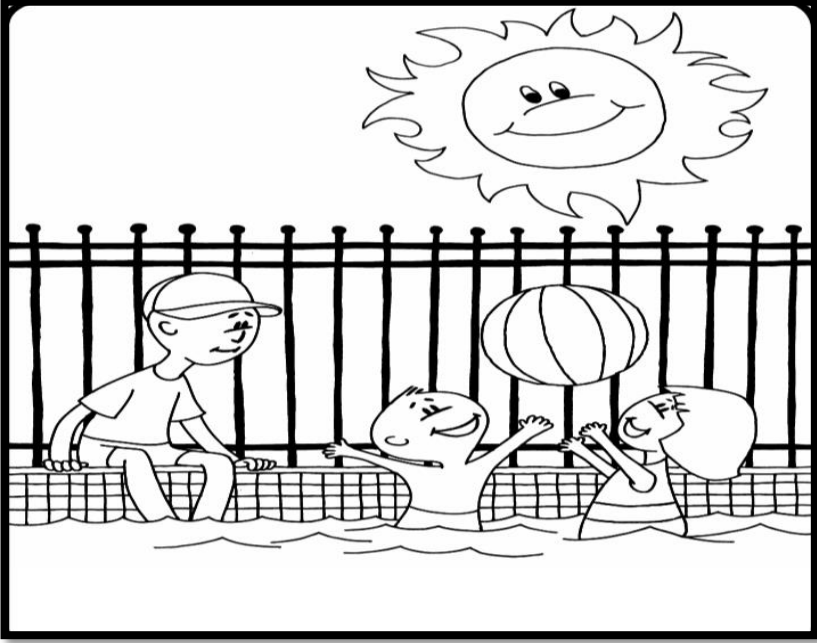
تحت الأرجوحة يوجد رمل ناعم ولطيف ليقبهم
من الخدش الطفيف.



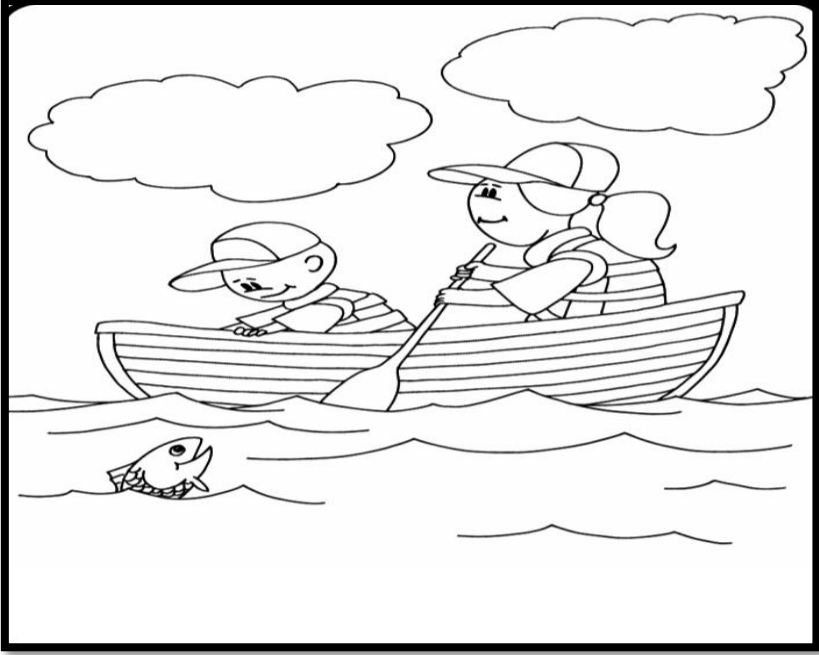
تتفحص العائلة الأمانة جهاز كشف الدخان على
الدوام لتحافظ على الأمان، فعندما يحدث حريق
لاسمح الله يسمعونه بوضوح.



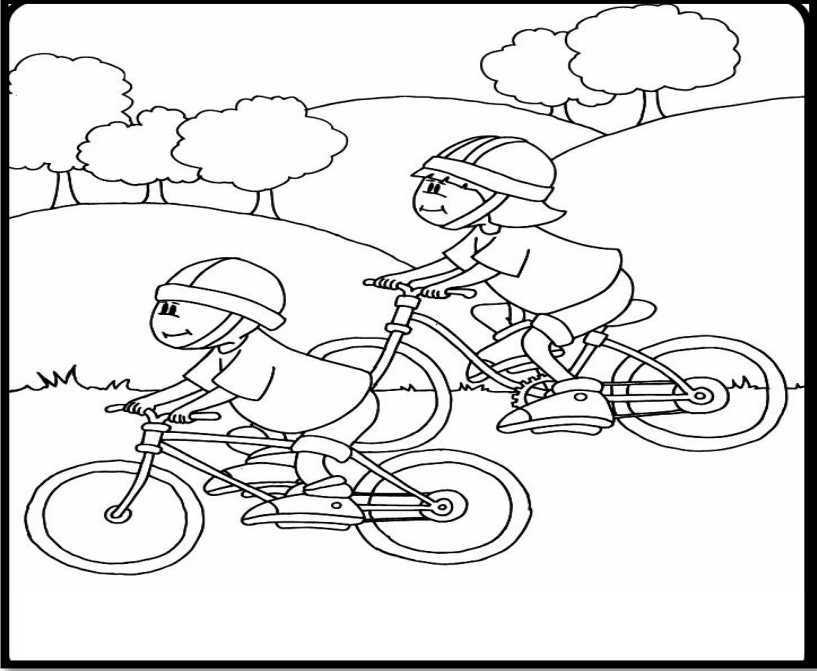
مهما طالت أو قصرت المسافة من المهم أن
نتبع محاذير السلامة ونربط حزام الأمان.



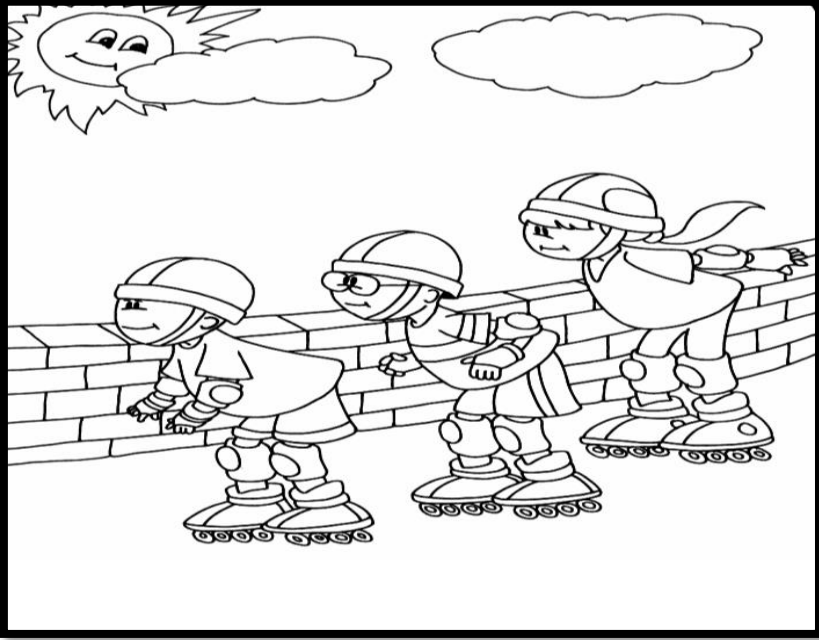
عندما يأتي الصيف وننزل لبركة السباحة على
شخص كبير أن يرافقنا لكي لانغرق ولنشعر
بالراحة.



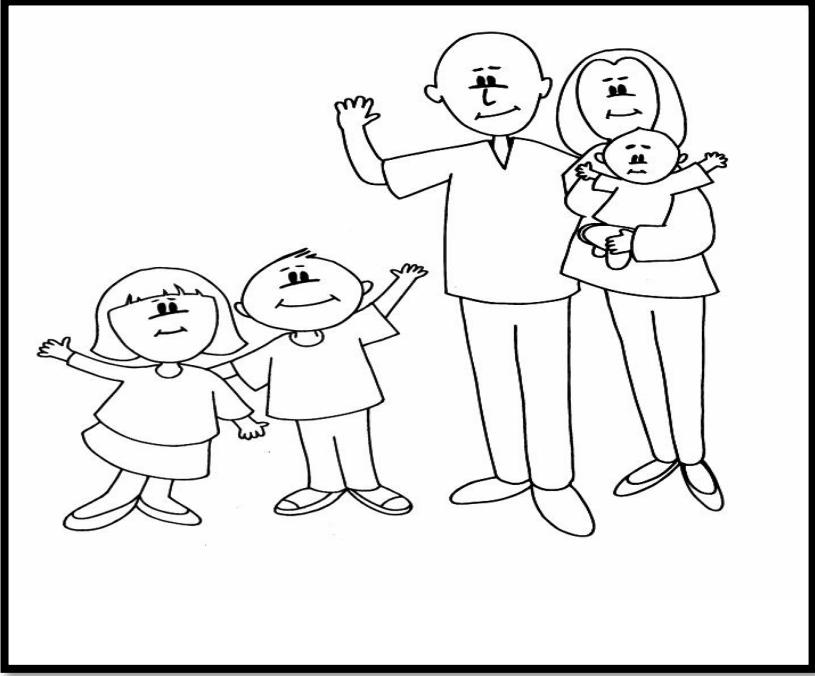
عند ركوب القارب يجب أن نرتدي سترة النجاة.



يجب أن نتذكر دائماً أن نلبس خوذة الرأس
لتحمينا إذا ركبنا الدراجة.



دأماً يوجد وقت لنرتدي أدوات السلامة مهما كانت مدة النشاط قصيرة.



العائلة الآمنة أكيد تعرف تحافظ على السلامة،
وأنت الآن تعرف أكيد كيف تحافظ على سلامتك.

خطوات تتبعها للوقاية من أهم أسباب إصابات الأطفال:

ضع قوانين للسائقين في سن المراهقة للحد من القيادة المتهورة	استخدم مقاعد الأطفال الملائمة داخل السيارة
إصابات حوادث الطريق	
تأكد من ارتداء الأطفال لخوذة الرأس أثناء قيادة الدراجة	ضع الأطفال في المقعد الخلفي بدلا من المقعد الأمامي دائما

قم بتركيب جهاز الكشف عن الدخان واهتم بصيانته وتفقدته دوريا.

رتب وتمرن مع عائلتك على خطة الإخلاء في حالة الحريق.

اضبط درجة حرارة سخانة المياه على ٥٠ درجة مئوية.

اتبع خطوات السلامة أثناء الطبخ ولا تترك شيء على النار من دون اهتمام.

الحروق



السقوط



في الأماكن المخصصة لألعاب الأطفال تأكد من أن الألعاب في حالة جيدة وأن الأرضيات ملائمة ليست صلبة حتى لا يتأذى الطفل عند وقوعه.



استخدام أجهزة السلامة المنزلية، كالأقفال على نوافذ الدور العلوي وأبواب الدرج.



حافظ على الوقاية أثناء ممارسة الرياضات المختلفة مثل: التزلج ولعب كرة القدم بارتداء حاميات المعصم والركب وأيضا خوذة الرأس.



قم بالإشراف على الأطفال على الدوام وخصوصا الأماكن التي يكثر فيها إمكانية السقوط، مثل: السلالم وأماكن الألعاب.

الفرق

ركب سياج على مدار
المسبح مع أبواب
بخاصية الفتح والقفل
الذاتي

ارتداء سترة النجاة
داخل المسبح



تعلم الإسعافات
الأولية ومبادئ الإنعاش
الرئوي وجدد الرخصة
كل سنتين.

مراقبة الأطفال حين
دخولهم المسبح وفي
مغطس الاستحمام
وبأي مكان يوجد به
مسطحات مائية.



التسمم

- خزن أدويةك والمواد السامة مثل أدوات التنظيف في خزائن غير قابلة للفتح من قبل الأطفال.
- اتبع الارشادات المرفقة مع الأدوية عند إعطاءها للأطفال واقرأ التحذيرات جيدا.
- ضع رقم مركز مراقبة السموم في مكان قريب من السهل الوصول إليه.
- تخلص من الأدوية الغير مستعملة أو منتهية الصلاحية.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم الرعاية التأهيلية



HEM1.18.000626

