

حفاظ ها

☞ اگر از پشت بام برای خوابیدن و امور دیگر استفاده می کنید حتماً حصار مناسب (نرده یا دیوارکشی) داشته باشد تا مانع سقوط افراد و بخصوص کودکان از بام شود.

☞ بالکن و بهارخواب و ... که مشرف به ارتفاع می باشد دارای نرده محکم و مناسب حداقل یک متر ارتفاع باشد تا مانع سقوط احتمالی گردد.

☞ بهتر است پنجره های مشرف به ارتفاع حداقل ۱۰۰ تا ۱۲۰ سانتیمتر بالاتر از کف اتاق ساخته شوند، در غیر اینصورت حفاظ مناسب نصب گردد. داشتن حفاظ علاوه بر ایمنی در مقابل سقوط مانعی در برابر سارقین احتمالی نیز می باشد.

☞ اگر در منزل تنور دارید، برای پیشگیری از سقوط کودکان در تنور بهتر است تنور حداقل یک متر بالاتر از سطح زمین ساخته شود و اگر تنور داخل زمینی دارید درپوش مناسب روی آن قرار دهید و مواقع روشن بودن تنور نیز مراقب کودکان باشید.

☞ چاه ، سرداب ، حوض و ... دارای پوشش مناسب باشد تا مانع سقوط و خطر غرق شدگی بخصوص در کودکان باشد.

وسایل گرمازا و روشنایی

☞ وسایل حرارتی را در موقع استفاده دور از مواد قابل اشتعال (پرده ، نفت، بنزین و ...) قرار دهید.

☞ وسایل حرارتی مانند والور، علاءالدین، بخاری برقی و ... را در مسیر رفت و آمد و بازی کودکان قرار ندهید.

☞ در مواقع خرید لوازم منزل (وسایل گازی، برقی و حرارتی و...) به داشتن مشخصات و علامت استاندارد توجه نمائید و در موقع نیاز توسط افراد ماهر تعمیر و سرویس نمائید.

☞ از نصب وسایل حرارتی در حمام خودداری نمائید و سعی کنید از وسایل گرم کننده برقی در حمام استفاده نکنید.

سموم و داروها

☞ سموم(حشره کش ها، سموم گیاهی و ...) و داروهای مورد استفاده در منزل در محل مخصوصی که قابل دسترس کودکان نباشد و با برچسب شناسایی که قابل خواندن همگان باشد نگهداری نمائید.

☞ نفت و بنزین را در ظروف مخصوص به خود و دور از دسترس کودکان قرار دهید، شیر برداشت نفت تانکر یا بشکه ذخیره نفت از نوع قفل شونده باشد. از ریختن نفت و بنزین در بطری های نوشابه خودداری نمائید.

☞ پاک کننده ها و شوینده های کف(تیرک، جرم گیر و ..) را در محلی دور از دسترس کودکان قرار دهید.

☞ داروها باید در محلی جداگانه و دور از دسترس کودکان قرار دهید، ممکن است کودک از روی کنجکاوی یا اشتباهی گرفتن آنها با تنقلات، دارو را مصرف نموده، مسموم گردد.

☞ در صورت مصرف هر نوع ماده سمی و ... که باعث مسمومیت شده است، باقیمانده ماده سمی را جهت نشان دادن به پزشک معالج ، همراه خود ببرید.

پلکانها و نردبان

☞ ارتفاع استاندارد هر پله ۱۸ سانتیمتر و عرض آن ۳۰ سانتیمتر و لبه آن نباید تیز باشد و در صورتیکه روی پله ها فرش پهن است، محکم چسبیده باشد تا مانع سر خوردن گردد.

☞ پله های منزل همیشه باید تمیز بوده و بدون وسایل اضافی باشد و همچنین از روشنایی لازم بخصوص در شب برخوردار باشد.

☞ دقت کنید پله های نردبان سالم و محکم بوده، موقع بالا رفتن از آن با شیب مناسب و در محل مناسبی محکم نمائید و در موقع عدم نیاز به حالت خوابیده قرار دهید.

مراقب کودکانمان باشیم

کلید و پریز برق و سیم کشی منزل

☞ هنگام احداث یا تعمیر ساختمان جهت سیم کشی برق حتماً از افراد ماهر و متخصص این کار استفاده نموده، نقشه مسیره های سیم های برق توکار را جهت استفاده در مواقع لزوم از آنها بخواهید.

☞ موقع کوبیدن میخ به دیوار مواظب مسیر سیم های برق توکار باشید.

☞ از نصب و بکار بردن کلید و پریز و سیم های غیر استاندارد خودداری نموده و در صورت شکستگی و خرابی در اولین فرصت آن را تعویض نمائید.

☞ ارتفاع پریزهای برق از کف اتاق باید طوری باشد که مانع دسترسی کودکان به آن گردد، ضمن اینکه بهتر است همیشه از درپوشهای مخصوص پریز برق استفاده شود خصوصاً اگر پریز در ارتفاع پائین نصب شده باشد.

☞ سیم های برق روکار را بخصوص اگر در معرض آفتاب، برف و باران و ... هستند را هرچند وقت یکبار کنترل نموده و سیم های فرسوده و معیوب را تعویض نمائید. محل اتصالات سیم ها کنترل شود که حتماً با نوار چسب مخصوص عایق بندی شده باشد.

☞ سیم کشی حمام و جاهای مرطوب از حساسیت بیشتری برخوردار است زیرا رطوبت انتقال جریان برق و شدت برق گرفتگی را زیاد می کند. حتی الامکان از نصب کلید و پریز برق در حمام خودداری نمائید. ضمناً جهت روشنایی حمام از لامپهای حبابدار استفاده کنید.

☞ استفاده از ابزار فلزی مانند نردبان فلزی ، چهار پایه فلزی و غیره، به عنوان زیرپایی، در هنگام تعویض لامپ ممکن است موجب تشدید برق گرفتگی در ناحیه صورت و محل تماس دست با هادی برق شود



شرکت زغالسنگ پروده طبس

ایمینی در منزل



تهیه کننده :

واحد بهداشت حرفه ای

مرداد ماه ۱۳۹۴

وسایل خانه و آشپزخانه

☞ نظم و ترتیب در آشپزخانه اولین گام مهم در پیشگیری از حوادث این بخش از خانه است.

☞ چرخ گوشت، چاقو، کارد، قندشکن و ... را در محل مناسب و دور از دسترس اطفال قرار دهید.

☞ هرگز موقع ترک آشپزخانه برای جوابگویی تلفن، باز کردن در و ... کودک را در آشپزخانه تنها رها نکنید زیرا خطر در کمین اوست و بسیاری از حوادث در کودکان اینگونه مواقع رخ می دهد.

☞ هرچند وقت یکبار محل اتصالات، بستها و شیلنگ رابط گاز را بررسی نموده، نشتی احتمالی را با کف صابون آزمایش کنید.

☞ وسایل آتش زا مانند کبریت و فندک را در جایی دور از دسترس کودکان قرار دهید.

☞ وسایل بازی کودکان را از لحاظ عدم تیزی و برندگی و عدم ایجاد حساسیت و مسمومیت (با رنگ و مواد بکار رفته در آن) بررسی و کنترل نمائید و در موقع خرید به این موارد توجه کنید.

☞ لوازم و اسباب بازیهای کوچک و کروی که باعث به دهان بردن و خفگی کودک می گردد از دسترس کودکان زیر ۲ سال دور نگه دارید.

☞ لوازم خیاطی مانند قیچی ، سوزن، چرخ خیاطی و ... را در محل مناسب و دور از دسترس کودکان قرار دهید.

☞ جعبه کمکهای اولیه و کپسول اطفاء حریق را تهیه و در محل مناسبی به دور از دسترس کودکان نصب نمائید تا در مواقع ضروری از آنها استفاده نمائید.

با رعایت نکات ایمنی ساده در خانه از بروز حوادث ناگوار پیشگیری کنید.

سلامت باشید

☞ ایجاد سیستم اتصال زمین مناسب و استفاده از پریزها و دوشاخه های مخصوص (ارت دار) در سیم کشی ساختمان ها و تأسیسات باعث افزایش ایمنی استفاده کنندگان خواهد شد.

☞ برای جلوگیری از برق گرفتگی بایستی بدنه فلزی وسایل برقی نظیر یخچال و کولر و غیره به سیستم زمین وصل شده باشند. این کار را حتماً با نظر متخصصین انجام دهید.

☞ در مواقعی که احتمال می دهید گاز در منزل منتشر شده است، از قطع و وصل کلید های برق و یا روشن و خاموش نمودن وسایل برقی خودداری نمائید و با یک حوله مرطوب گاز را از خانه خارج کنید.

☞ همیشه از لوازم برقی خانه در زمانهای مختلف بازدید نموده و هرگونه نقص در وضعیت روکش سیمها و دوشاخه ها را بررسی و رفع کنید.

☞ هنگام شستشوی آشپزخانه وسایل برقی را از پریز جدا نموده و برق آشپزخانه را به طور کامل قطع کنید و تا خشک شدن کامل کف و دیوارها از وصل مجدد برق و اتصال وسایل به برق خودداری نمائید. مراقب باشید افراد دیگر بدون اطلاع شما برق را وصل نکنند.

☞ از وسایلی مثل سماور برقی، کولر، ماشین لباسشویی که با آب در ارتباط هستند، بیشتر مراقبت کنید.

☞ توجه داشته باشید که آتش سوزی ناشی از برق را فقط باید با گاز (دی اکسید کربن) یا پودر خشک خاموش نمود ، استفاده از آب خطرناک است.

☞ اتصال تعداد زیادی مصرف کننده به یک پریز و یا سیم سیار خطر سوختن کابل تغذیه کننده و بروز آتش سوزی را در پی دارد. همواره به میزان جریان مجاز تجهیزات برق توجه داشته باشید.

☞ هنگام خرید تجهیزات الکتریکی از استاندارد بودن آن اطمینان حاصل نمائید.