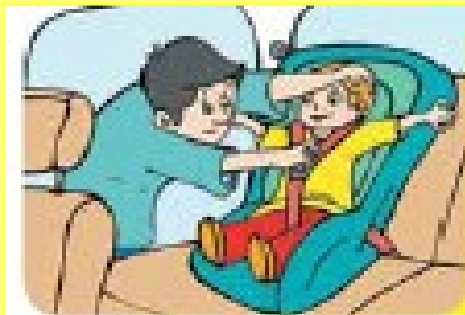


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



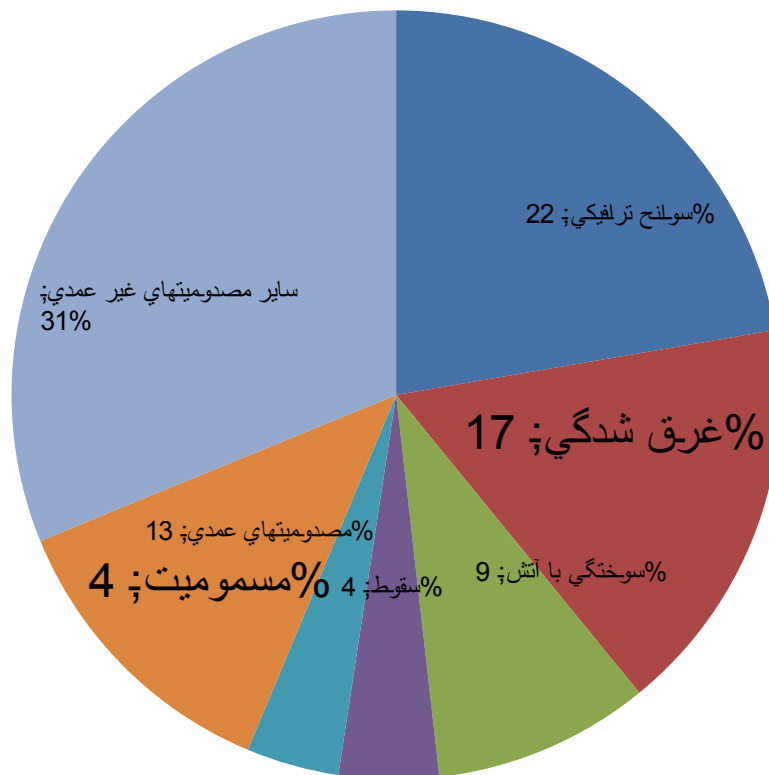
حوادث ترافیکی

مرگ ناشی از حادثه ترافیکی

مرگی که در حین تصادف یا در عرض 30 روز پس از تصادف با وسیله‌ای که قابلیت انتقال افراد یا اجناس را از جایی به جایی دیگر دارد.

Rank	Under 1 year	1–4 years	5–9 years	10–14 years	15–19 years	Under 20
1	Perinatal causes	Lower respiratory infections	Lower respiratory infections	Lower respiratory infections	Road traffic injuries	Perinatal causes
2	Diarrhoeal diseases	Diarrhoeal diseases	Road traffic injuries	Road traffic injuries	Self-inflicted injuries	Lower respiratory infections
3	Lower respiratory infections	Measles	Malaria	Drowning	Violence	Diarrhoeal diseases
4	Malaria	Malaria	Diarrhoeal diseases	Malaria	Lower respiratory infections	Malaria
5	Congenital anomalies	HIV/AIDS	Meningitis	Meningitis	Drowning	Measles
6	Pertussis	Congenital anomalies	Drowning	HIV/AIDS	Tuberculosis	Congenital anomalies
7	HIV/AIDS	Protein–energy malnutrition	Protein–energy malnutrition	Tuberculosis	Fire-related burns	HIV/AIDS
8	Tetanus	Drowning	Measles	Diarrhoeal diseases	HIV/AIDS	Road traffic injuries
9	Meningitis	Road traffic injuries	Tuberculosis	Protein–energy malnutrition	Leukaemia	Pertussis
10	Measles	Meningitis	HIV/AIDS	Self-inflicted injuries	Meningitis	Meningitis
11	Protein–energy malnutrition	Fire-related burns	Fire-related burns	Leukaemia	Maternal haemorrhage	Drowning
12	Syphilis	Pertussis	Falls	Fire-related burns	Falls	Protein–energy malnutrition
13	Endocrine disorders	Tuberculosis	Congenital anomalies	War	Poisonings	Tetanus
14	Tuberculosis	Upper respiratory infections	Epilepsy	Violence	Abortion	Tuberculosis
3						
15	Upper respiratory	Syphilis	Leukaemia	Trypanosomiasis	Epilepsy	Fire-related

توزیع جهانی علل مرگ ناشی از مصدومیت ها:



نمط مربوط به گروه سنی زیر 17 سال است.

اپیدمیولوژی

- آسیب‌های ترافیکی علت اصلی مرگ در بین سنین 15 تا 19 سال و دومین علت مرگ 5 تا 9 و 10 تا 14 ساله‌ها است.
- 22% مرگ‌های ناشی از آسیب در کودکان مربوط به حوادث ترافیکی است.
- 21% مرگ‌های ناشی از حوادث ترافیکی، در کودکان است. (در سال 2004، 262 هزار کودک در اثر حوادث ترافیکی فوت کردند)

اپیدمیولوژی بر حسب انواع کاربری:

- **عابرین پیاده:**

در کشورهای پردرآمد بین 5 تا 10 درصد کودکان قربانی حوادث ترافیکی، عابر پیاده هستند، در کشورهای با **درآمد کم و متوسط** این نسبت بین 30 تا 40 درصد متغیر است.

- **سرنشینان خودرو:**

50% مرگ کودکان ناشی از حوادث ترافیکی در کشورهای با **درآمد بالا** را کودکان سرنشین اتومبیلها تشکیل میدهند.

اپیدمیولوژی بر حسب انواع کاربری:

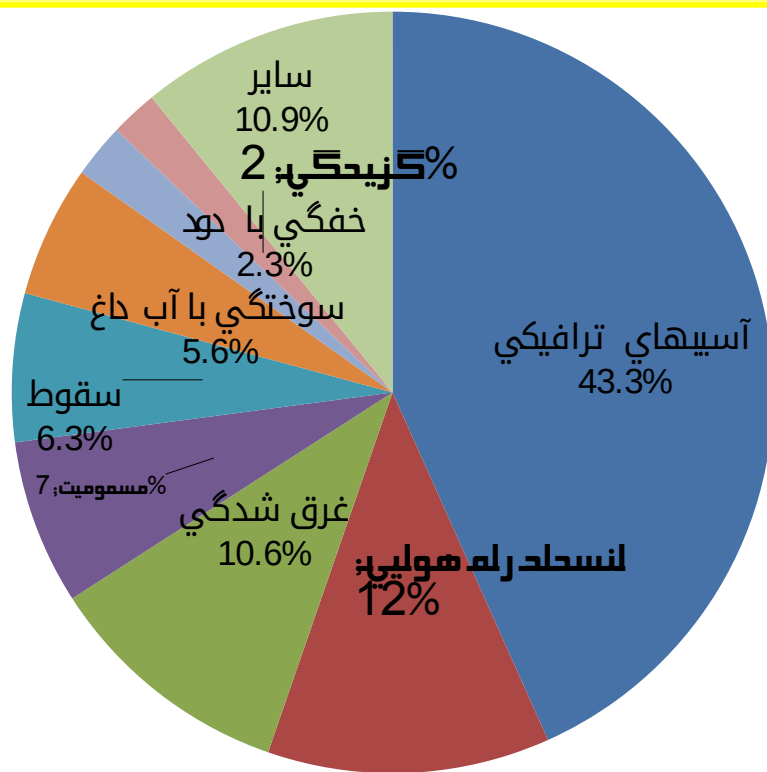
• دوچرخه سواران:

در سراسر جهان دوچرخه سواران 3 تا 15 درصد آسیب‌های ناشی از حوادث ترافیکی کودکان و 2 تا 8 درصد از مرگ‌های کودکان مرتبط با تصادف را به خود اختصاص می‌دهند. در برخی کشورهای آسیایی این رقم به 33% می‌رسد.

• رانندگان جوان:

تصادفات رانندگان جوان 20 تا 30 درصد از کل مرگ و میرهای جاده‌ای را تشکیل می‌دهد. بویژه رانندگان جوان در معرض خطر بالای تصادف در اولین سال رانندگی خود هستند.

مرگ ناشی از سوانح غیر عمدی در کشور:



به لژی هر مورد فوت در اثر حوادث ترافیکی در این گروه سنی: **254** کودک بستری و **4** کودک با معلولیت دائمی مریض می‌شوند.

در کشور **20.2%** موارد مرگ کودکان **1-59** ماهه به دلیل سوانح و حوادث غیر عمدی - نمودار مربوط به گروه سنی **1** تا **59** ماه در سالهای **86** تا **89** است.

برای پیشگیری از حوادث ترافیکی چه باید کرد؟

- جداسازی مسیر وسایل نقلیه دوچرخ

- کاهش سرعت

بطور متوسط کاهش سرعت به میزان 1 کیلومتر در ساعت موجب کاهش خطر تصادفات آسیب زا به میزان 3% و کاهش خطر تصادفات مرگبار به میزان 4-5% می شود.

- تجهیزاتی ایمنی کودک

صندلی مخصوص کودک در تصادفات، مرگ کودک زیر 1 سال را تا 70% و مرگ کودک 1 تا 4 سال را تا 54% کاهش میدهد.

حفاظت کودکان 4 تا 7 ساله ای که از صندلی حمایتی

استفاده می کنند، 54% بیش از کودکانی است که از

صندلی محافظ استفاده می کنند

برای پیشگیری از حوادث ترافیکی چه باید کرد؟

- **کلاه‌های ایمنی دوچرخه سواری**
8% مرگ و میر ناشی از دوچرخه سواری به علت ضربه به سر و آسیب مغزی اتفاق می افتد. استفاده از کلاه ایمنی تا 85% از ضربه به سر و تا 88% از آسیب‌های مغزی پیشگیری میکند.
- **افزایش امکان دیده شدن کودکان (لباس های با رنگ روشن و شبرنگ)**
- **آموزش ایمنی جاده‌ای و مهارت آموزی**
سنین پیش از دبستان برای یادگیری قوانین ترافیکی و رفتارهای ایمن زمان مناسبی است. سال‌های دبستان 7 تا 11 سال برای شروع یادگیری دیر است.

برای پیشگیری از حوادث ترافیکی چه باید کرد؟

• مقررات

ممنوعیت نشستن کودک در صندلی جلوی خودرو تا 12 سالگی، صندلی مخصوص کودک، استفاده از کلاه، ممنوعیت رانندگی رانندگان مبتدی در جاده ها و

• ایجاد تغییراتی در وسایل نقلیه

تجهیز خودروها به هشدار دهنده های صوتی در هنگام عقب رفتن، قفل کودک

• توسعه مراقبت های اورژانس بیمارستانی و پیش بیمارستانی و خدمات توان بخشی

محیط اجتماعی-اقتصادی	محیط فیزیکی	خودرو و تجهیزات ایمنی	کودک	فاز
فقر، تک‌والدی، پرجمعیتی، خانواده، سطح پایین آگاهی مادر، عدم آگاهی از خطرات در میان مراقبان و مربیان	طراحی ضعیف جاده‌ای، نبود حمل و نقل عمومی، عدم اعمال محدودیتهای سرعت، نبود محفظ ایمنی (گاردریل)، نبود قانون درباره مصرف الکل، زیرساختهای ضعیف ایمنی عابران	وسایل نقلیه غیرایمن، نور نامناسب، ترمز نامناسب، سرعت و بار زیاد	سن، جنس، فقدان سرپرستی، رفتارهای مخاطره آمیز، رفتارهای تکانشی، نافرمانی، فقدان اعمال قانونی از سوی پلیس	قبل از رخداد
فقدان فرهنگ ایمنی در خودروهای سواری و راه	موانع کنار جاده از قبیل درختان و تیرهای چراغ برق	عدم استفاده یا استفاده نامناسب از کمربندها و بستهای کودک یا کلاه ایمنی، نادرست آن، نامناسب وسایل نقلیه و واژگونی وسیله نقلیه	تکامل فیزیکی و اندازه کودک، نبود تجهیزات حفاظتی سرنشینان یا کاربرد نادرست آن، بیماریهای زمینه ای در کودک	حین رخداد
نبود فرهنگ حمایت از افراد	نبود دسترسی به مراکز امنیتی و پلیسی	دسترسی دشوار به قربانی، عدم وجود	مقاومت پایین کودک و وضعیت عمومی،	بعد از رخداد

چگونگی اطمینان از ایمنی سفر پیش از سفر با کودکان

- ایمنی وسایل نقلیه (اتومبیل، قطار، اتوبوس و ...) را بررسی کنید.
- سیستم گرمایش، معاینه فنی، بیمه، جعبه کمک های اولیه، درب دارای قفل کودک
- خصوصیات راننده را بررسی کنید.
- گواهینامه معتبر، سلامت جسمی و روانی، تجربه کافی
- برنامه سفر را بررسی کنید.
- لیست کودکان به همراه سابقه پزشکی، شماره منزل و شماره تماس ضروری، وجود
- مراقبت آشنا به کمک های اولیه، تقسیم کودکان به گروه های کوچکتر و انتخاب
- مراقب برای هر گروه

رفتارهاي ايمن هنگامي که کودک در خودرو هستند

- هیچگاه کودک در خودرو تنها نماند.
- کودک در داخل خودرو نباید روی پای کسی بنشیند.
- هنگام شیر دادن به کودک باید توقف کرد.
- کودکان نباید روی صندلی اتومبیل در حال حرکت بایستند، عقب خودرو دراز بکشند و یا دست یا سر خود را از شیشه اتومبیل بیرون بیاورند.

رفتارهاي ايمن هنگامي که کودک در خودرو هستند:

- براي سوار شدن و پياده شدن از خودرو بايد از درهاي سمت راست استفاده کرد.
- کودکان هنگام سوار شدن به خودرو بايد تحت نظارت والدين و بزرگترها اول سوار اتومبيل شوند و براي پياده شدن بعد از بزرگترها پياده شوند.
- هنگام بستن درب خودرو بايد مواظب بود انگشتان کودکان لاي درب نماند.

کودک و خودرو



- 2 سال اول زندگی: صندلي رو به عقب

- 2- 4 یا 5 سال، وزن 10 تا 18 کیلوگرم

صندلي رو به جلو خودرو



- قد 1 متر و وزن 20 کیلوگرم صندلي د

- 10 سال به بالا و قد 145 سانتی متر به بالا کمربند



- کودک کمتر از 13 سال بایستی در صندلي عقب خودرو بایستد

هشدار

اگر خودرو مجهز به کیسه هوای سمت شاگرد باشد، هرگز نباید صندلی کودک رو به عقب را در صندلی شاگرد نصب کرد (به روش تکیه به کیسه هوا) این امر می تواند در هنگام فعال شدن کیسه هوا باعث پرتاب صندلی به عقب شده و مرگ آفرین باشد.

لذا در صورت وجود کیسه هوا در سمت شاگرد حتماً بایست صندلی کودک را در صندلی های عقب خودرو قرار داد.

رفتارهای ایمن هنگام دوچرخه سواری

- دوچرخه کودک کاملاً متناسب اندازه او باشد.
 - ارتفاع زین (پاهای کودک به راحتی به زمین برسد)
 - طول دوچرخه (دست کودک به راحتی به ترمز برسد)
 - مجهز به آینه، چراغ جلو، چراغ عقب و شب‌نمایی پشت و ترمز باشد.
 - باد چرخ‌هایش مناسب باشد و ترمزهایش بخوبی کار کنند.
- هنگامی کودک مهارت کافی برای دوچرخه‌سواری دارد که بتواند حین دوچرخه‌سواری با دستش علامت راهنما بدهد، برگردد و به پشت سرش نگاه کند، مهارت حرکات دوچرخه را کاملاً در دست داشته باشد و بتواند از بین موانع عبور کند.

رفتارهاي ايمن هنگام دوچرخه سواري

- استفاده از کلاه ایمنی هنگام دوچرخه سواری، اسکیت و اسکوتر ضروري است.

- هنگام خرید کلاه ایمنی توجه شود به:

- تناسب سایز آن با سر کودک.

- بندی که زیر چانه ثابت شود و هنگام حرکت به جلو و عقب لیز نخورد.

- دارای تایید استاندارد باشد.

- از کلاه‌هاي ورزش‌هاي ديگر مانند تکواندو یا هاکی (چوگان) برای دوچرخه سواری استفاده نشود.

- در صورت زمین افتادن یا ایجاد آسیب برای اطمینان از

رفتارهای ایمن در مسیر خانه تا مرکز آموزش کودکان

- آدرس و شماره تلفن منزل را در کیف به همراه داشته باشند.
- در صورت مواجهه با هر گونه مشکلی به پلیس مراجعه کنند.
- در خیابان با غریبه‌ها حرف نزنند و سوار ماشین آنها نشوند.
- هرگز ناگهان به داخل خیابان ندوند و شیطنت نکنند.
- **اگر سن کودک زیر 10 سال است تنها و بدون کمک شخص بزرگتر از عرض خیابان عبور نکند.**
- چگونگی عبور از خیابان به آنها آموزش داده شود.

آموزش رفتارهای ایمن هنگام عبور از خیابان

- ایمن‌ترین روش‌ها برای عبور از عرض خیابان، **عبور از پل‌های زیرگذر، خطوط عابر پیاده، محل چراغ عابر پیاده و پل‌های هوایی و یا عبور از خیابان با کمک پلیس** است.
- اگر هیچ‌یک از این‌ها میسر نباشد، ایمن‌ترین جا مکانی است که از هر دو طرف دید زیادی داشته باشد.
- در صورتی که می‌خواهند از محلی رد شوند که چراغ راهنمایی دارد، منتظر بمانند تا چراغ آدمک سبز روشن شود و پس از توقف اتومبیل‌ها باز هم با دقت کامل از عرض خیابان عبور کنند.
- رد شدن از وسط بزرگراه‌ها کار بسیار خطرناکی است و خطرناکتر از آن بالا رفتن از نرده‌های کنار و یا وسط بزرگراه‌ها

آموزش رفتارهای ایمن هنگام عبور از خیابان

- همیشه در پیاده‌رو راه بروند و اگر جایی پیاده‌رو ندارد از طرفی حرکت کنند که بتوانند اتومبیل‌ها را ببینند یعنی خلاف جهت اتومبیل‌ها حرکت کنند.
- بهترین الگوی کودکان والدین و مراقبان‌شان هستند آن‌ها باید سعی کنند همیشه بطور صحیح و با رعایت قوانین از خیابان عبور کنند.

آموزش رفتارهای ایمن هنگام عبور از خیابان

- برای عبور از خیابان ابتدا مکانی خلوت و مناسب برای عبور پیدا کنند.
- در پیاده‌رو کنار خیابان یک قدم مانده به جدول خیابان، یا در صورت نبودن پیاده‌رو یک قدم مانده به حاشیه جاده بایستند
- به دقت به دو طرف خیابان نگاه کنند و به صدای اتومبیل‌ها گوش کنند
- اگر اتومبیل در حال عبور است صبر کنند تا بگذرد و مجدداً به دو سمت خیابان نگاه کنند
- وقتی عبور و مرور اتومبیل‌ها قطع شد و وسیله نقلیه‌ای نبود یا همه ایستاده بودند عرض خیابان را به‌طور مستقیم و به آرامی طی کنند
- در حین عبور نیز به اطراف نگاه کنند و به صدای اتومبیل‌ها گوش فرا دهند

• ابتدا به سمت چپ خیابان نگاه کنند

نکاتی برای انتخاب سرویس مناسب برای کودک



- به سلامت جسمی راننده توجه کنید.

- راننده، گواهی نامه معتبر مخصوص این کار

- تجربه رانندگی داشته باشد، عجل نبوده و باشد.

- در پایان روز و به طور تصادفی از کودک درباره شیوه رانندگی راننده سوال کنید.

- با والدین کودکان درباره وضعیت راننده طرف قرارداد مشورت کنید و مسایل مهم را در میان بگذارید.

- سعی نکنید با قرار دادن تعداد بیشتری از کودکان در یک

آموزش رفتارهای ایمن هنگام استفاده از سرویس

- هنگام سوار و پیاده شدن از سرویس مدرسه عجله نکنند و به نوبت سوار و پیاده شوند و با عجله به داخل یا بیرون سرویس نروند.
- با دیدن سرویس مدرسه ذوق زده نشوند و به طرف آن در وسط خیابان ندوند.
- تا اتوبوس یا مینی بوس کاملاً متوقف و در آن باز نشده و راننده اجازه ورود نداده است به سمت اتوبوس حرکت نکنند و در پیاده‌رو یا حریم خیابان باقی بمانند.
- هنگام سوار شدن یا پیاده شدن میله دم در را در دست بگیرند.

آموزش رفتارهای ایمن هنگام استفاده از سرویس

- هنگام سوار شدن و بستن در مواظب باشند دست یا کیف یا لباسشان لای در گیر نکند.
- وقتی اتومبیل حرکت کرد آرام روی صندلی بنشینند و دست یا سرشان را از پنجره بیرون نکنند.
- پس از پیاده شدن از اتومبیل یا اتوبوس کاملاً صبر کنند تا سرویس حرکت کرده و دور شود تا خیابان به خوبی قابل دید باشد.
- هرگز از پشت یک وسیله نقلیه دارای راننده و از پشت اتوبوس یا مینی‌بوس سرویس عبور نکنند.

رفتارهای ایمن هنگام استفاده از سرویس

- دویدن دنبال اتوبوس یا مینی بوس مدرسه بسیار خطرناک است.
- مطمئن شوند هنگام دور یا نزدیک شدن به اتوبوس راننده او را می بیند.
- ناحیه خطر منطقه‌ای در فاصله سه متر از هر طرف مینی‌بوس است که بیشترین خطر تصادف در آن رقم می خورد. (کودکان باید این ناحیه را بشناسند)
- هنگام پیاده شدن و عبور از خیابان در کنار مینی‌بوس یا اتوبوس سرویس راه نروند و حداقل سه تا چهار متر جلوتر قرار بگیرند تا راننده سرویس آنها را ببیند.

نکات کلیدی پیشگیری از حوادث ترافیکی

• مراحل را بشناسید.

- نوزادان و کودکان نوپا تا 2 سالگی یا بعد از آن، تا وقتی که با صندلی تناسب داشته باشند (تا وزن حدود 10 کیلوگرم)، باید در صندلی مخصوص کودک رو به عقب قرار گیرند.
- وقتی کودکان بزرگتر از 2 سال شدند، تا زمانی که به حداکثر وزن و قدی که سازنده صندلی تعیین کرده است برسند (تا 4-5 سالگی، وزن حدود 18 کیلوگرم و قد حدود 1 متر)، باید از صندلی‌های کودک رو به جلو استفاده کنند.
- وقتی کودکان بزرگتر شدند تا زمانی که کمربندهای ماشین با بدن آنها تناسب داشته باشد که معمولاً تا قد 145 سانتی متر می‌باشد، باید از بست‌های مخصوص استفاده کنند.
- همه کودکان زیر 13 سال باید در صندلی عقب وسیله نقلیه بنشینند.

نکات کلیدی پیشگیری از حوادث ترافیکی

- **والدین نوجوانان یک نکته را بدانند.**

والدین يك نوجوان که درحال یادگیری رانندگی است، باید علائم را به او بیاموزند و خطرات رانندگی با سرنشینان نوجوان و رانندگی در شب را به او گوشزد کنند.

- **کلاه ایمنی می‌تواند کمک کند.**

هر وقت کودکان از دوچرخه، اسکیت برد، اسکوتر یا اسکیت استفاده می‌کنند باید کلاه ایمنی مناسب بپوشند.

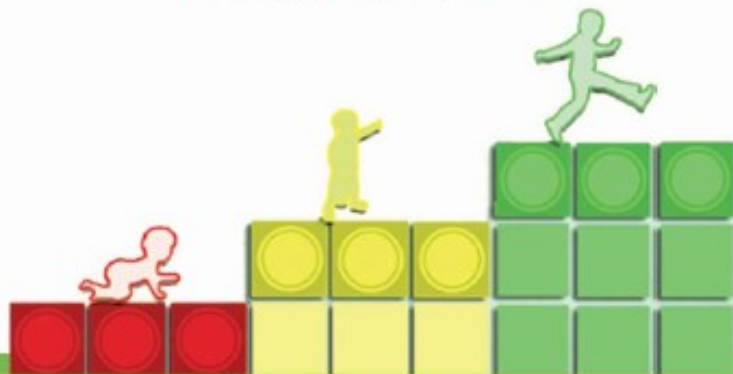
فیلم

- حوادث ترافیکی
- تفاوت سرعت
- والدین مراقب باشند
- کمر بند ایمنی
- ایستگاه اتوبوس
- ینجره ماشین
- یرت شدن از ماشین
- دنده عقب
- بازی در خیابان
- پیاده شدن از ماشین
- دوچرخه سواری
- سوار کردن کودک روی موتورسیکلت



در گذشته

آسیب را نتیجه یک تصادف می دانستند
و برای شانس و اقبال و قضا و قدر
نقش پررنگی قائل بودند!
در حالی که امروزه می دانیم
همه آسیب‌ها قابل پیشگیری هستند.



انتشارات انبیهه ملنگار
تلفن: ۰۲۱-۲۶۶۲۱۰۵، ۲۶۶۲۱۲۲
فکس: ۰۲۱-۲۶۶۲۱۲۱

سلامت باشید