

## چهارشنبه سوری نزدیک است فرزندان خود را تنها نگذاریم

سرپرست دفتر آموزش سلامت مخاطرات مراسم چهارشنبه آخر سال و توصیه هایی برای بچه ها، والدین و رسانه ها در این خصوص را تشریح کرد.

### آموزش را جدی بگیریم

به گزارش روابط عمومی معاونت بهداشت دکتر شهرام رفیعی فر گفت: پیشگیری از حوادث تلخی مانند حوادث چهارشنبه سوری، مستلزم ارتقای فرهنگ ایمنی است.

وی افزود: بسیاری از والدین، بدون آگاه سازی و آموزش مناسب فرزندان، سعی می کنند با توسل به زور و اجبار، آنها را از کاری منع یا به کاری ترغیب کنند ولی این شیوه معمولاً با شکست همراه است.

وی ادامه داد: آگاه سازی و آموزش نوجوانان و جوانان ضرورت دارد و در روند این آگاه سازی باید به شخصیت آنها احترام گذاشت و از جریحه دار کردن غرورشان پرهیز کرد. راه ایمنی از آموزش می گذرد و پیش شرط آموزش، آگاهی است. آگاهی از خطرهای چهارشنبه سوری و شیوه مقابله با این خطرها احتمال بروز حوادث تلخ را در آخرین ماه سال کاهش خواهد داد .

### چهارشنبه سوری و خطر سوختگی

وی شایعترین حادثه ای که در چهارشنبه سوری رخ می دهد را سوختگی درجه یک (سطحی) اعلام کرد و گفت: سوختگی های درجه دو (شدید) و درجه سه (شدیدترین نوع سوختگی) نیز در حوادث چهارشنبه سوری، زیاد دیده می شوند.

وی افزود: درد، تورم، تاول و قرمزی پوست از مهمترین نشانه های سوختگی هستند. در میان نواحی مختلف بدن معمولاً سوختگی دست از بقیه شایع تر است و پس از آن، سوختگی صورت و تنه. قطع عضو و عفونت ثانویه، دو عارضه خطرناک از میان عوارض زودرس سوختگی اند و

اختلال اعصاب و روان، به ویژه افسردگی، یکی از عوارض دیررس سوختگی. اگر شدت سوختگی خیلی زیاد باشد، حتی گاهی ممکن است کار مصدوم به مرگ نیز بینجامد .

### **چهارشنبه سوری و خطر نابینایی**

دکتر شهرام رفیعی فر افزود: اصابت ترکش های ناشی از انفجار مواد محترقه به چشم، باعث بروز آسیب هایی در ناحیه پلک و چشم می شود و گاهی حتی به نابینایی می انجامد. وی ادامه داد: مراجعه سریع به چشم پزشک، در صورت برخورد هر شیئی به چشم، شدت ضایعه را کاهش می دهد. در موارد خفیف، با انجام مراقبت های طبی یا انجام اعمال جراحی معمولاً می توان بینایی فرد را بازگرداند ولی متأسفانه در موارد شدید، گاهی چاره ای جز تخلیه چشم باقی نمی ماند .

### **چهارشنبه سوری و خطر انفجار**

دکتر رفیعی فر بیان داشت: ترس ناشی از صدای انفجار، یکی از مشکلات رایج چهارشنبه سوری است که گاهی می تواند با تظاهراتی مانند از حال رفتن یا احساس درد در بخشی از بدن، به ویژه قفسه سینه، همراه باشد. این ترس معمولاً در کودکان، سالمندان و زنان باردار با عواقب جدی تری همراه است. وی افزود: همچنین افرادی که به بیماری های قلبی مبتلا هستند، گاهی ممکن است در اثر شوک ناشی از شنیدن این قبیل صداهای غیرمنتظره، دچار حمله قلبی شوند .

### **نقش رسانه ها و ۱۰ توصیه**

سرپرست دفتر آموزش و ارتقای سلامت در خصوص نقش رسانه ها در این خصوص گفت: نقش رسانه ها در کاستن از حوادث تلخ چهارشنبه سوری، انکارناپذیر است. اگر رسانه ها در طول

سال، در امر آگاهی بخشی و آموزش به خوبی ایفای نقش کنند، احتمال بروز حوادث مرگبار در این ایام کاهش می یابد.

وی افزود: توصیه های زیر اگر به درستی و به شیوه های مناسبی به کودکان، نوجوانان و جوانان ارائه شوند، می توانند آمار تلخی های آخر سال را به حداقل برسانند :

- ۱- وجود یک کپسول آتشنشانی پودری در حوالی محوطه ای که در آن آتش روشن کرده اید، ضروری است. ضمن این که قبل از ترک محل، حتما باید از خاموش بودن آتش اطمینان حاصل کنید و توسط آب، باقیمانده آتش را کاملاً سرد کنید و جمع آوری کنید .
- ۲- از نگهداری ترقه ها و سایر مواد محترقه در منزل پرهیز کنید و از آتش بازی در مجاورت وسایل نقلیه ای که حامل بنزین و مواد سوختنی هستند، اکیداً بپرهیزید .
- ۳ - از ریختن مواد سریع الاشتعالی مانند نفت و بنزین بر روی آتش بپرهیزید و از حمل مواد محترقه و آتشگیر و انفجاری، حتی به مقادیر بسیار کم، در جیب لباس و کیف خودداری کنید .
- ۴- از پرتاب فشفسه و موشک بر روی شاخه های درختان، پشت بام و بالکن منازل خودداری کنید و در صورت بروز هرگونه حریق یا حادثه ای، ضمن حفظ خونسردی، در اسرع وقت با ۱۲۵ تماس بگیرید و نوع حادثه و نشانی دقیق محل حادثه را اطلاع دهید .
- ۵ - وقتی از فشفسه استفاده می کنید، دستان تان را باز نگه دارید و جلوی صورتتان بگیرید تا دچار سوختگی دست نشوید و از انداختن ظروف تحت فشار (کپسول ها و اسپری های حشره کش) به درون آتش اکیدا خودداری کنید؛ چراکه این ظروف به علت دارا بودن خاصیت انفجاری، ممکن است ذرات را به سمت خودتان پرتاب کنند و به چشم هایتان آسیب برسانند .

۶ - از آتش زدن لاستیک، هیزم و کارتن خالی در واحدهای مسکونی یا در معابر، کوچه و خیابان خودداری کنید؛ چرا که در چنین شرایطی، با تشدید آلودگی هوا، خودتان و اطرافیانتان را در معرض آسیب های تنفسی قرار می دهید .

۷ - هرگز مواد منفجره و محترقه را به طرف افراد دیگر پرتاب نکنید و به هیچ عنوان، این مواد را در ظروف شیشه ای یا فلزی قرار ندهید چون در صورت انفجار، ذرات شیشه یا فلز، به اطراف پرتاب شده و باعث آسیب های شدید خواهند شد. ضمناً هرگز از ماده محترقه و منفجره ای که یک بار استفاده شده، دوباره استفاده نکنید .

۸ - هرگز آتش را در معابر باریک و در مجاورت پست های برق یا ایستگاه های تقلیل فشار گاز و پارکینگ های عمومی بر پا نکنید و از برپایی آتش های حجیم و غیرقابل مهار نیز خودداری کنید .

۹ - ترقه بازی و فشفسه اگرچه ظاهراً بی خطرند، ولی اگر به نقاط خاصی از بدن (به ویژه صورت) اصابت کنند، باعث آسیب دیدگی های شدید و گاهی غیرقابل برگشت می شوند .

۱۰ - اگر خدای نکرده دچار سوختگی شدید، از دوییدن خودداری کنید و بلافاصله بر روی زمین بغلتید. یادتان باشد که پتو وسیله مناسبی است برای خاموش کردن فردی است که لباسش آتش گرفته. آب هم همین طور، ولی هرگز از کپسول آتش نشانی برای خاموش کردن مصدومی که آتش گرفته، استفاده نکنید .

## نقش والدین و ۵ توصیه

سرپرست دفتر آموزش و ارتقای سلامت گفت: والدین در پیشگیری از حوادث چهارشنبه سوری، نقش مهمی دارند. آنها می توانند کودکان و نوجوانان خود را با خطرهای آتش بازی آشنا کنند و به آنها بفهمانند که در مقابل مواد محترقه و منفجره، چقدر آسیب پذیرند. وی افزود: بیان برخی از تجربیات ناگوار گذشته می تواند سودمند باشد و بچه ها را هوشیارتر کند. این هشدارها حتی اگر تکراری باشند، خالی از فایده نیستند. والدین می توانند با توجه به توصیه های زیر و به کار بستن آنها احتمال بروز حوادث تلخ چهارشنبه سوری را کاهش دهند :

۱- بیشتر کودکان، معمولاً به دور از چشم والدین، مواد محترقه و منفجره را خریداری و در جیب، کیف یا کمد اتاق پنهان می کنند اما این مواد، به دلیل درجه آتشگیری پایین، معمولاً زود مشتعل می شوند و گاهی خسارات جبران ناپذیری به بار می آورند. والدین باید علاوه بر توضیح عوارض این مواد آتش زا، با نظارت دقیق بر پول توجیبی کودکان و نحوه هزینه کردن آن در این ایام، نظارت بیشتری بر رفتار و وسایل فرزندشان داشته باشند و مواد سوختنی و آتش زا را از دسترس آنها خارج کنند .

۲- چهارشنبه سوری، سطحی از هیجان را در بیشتر کودکان و نوجوانان ایجاد می کند که برای آنها خوشایند و لذت بخش است و به همین دلیل، ما به عنوان پدر یا مادر، معمولاً به سختی می توانیم فرزندمان را به کلی از این تجربه هیجانی بازداریم اما می توانیم هیجان آنها را تعدیل و رفتارشان را مدیریت کنیم و شرایطی فراهم کنیم که چهارشنبه سوری برای آنها امن تر شود .

۳ - یکی از راه های امن سازی چهارشنبه سوری، این است که خطرهای بالقوه این ایام را به خوبی برای فرزندمان توضیح دهیم و قوانین و چارچوب های تربیتی مان را به او یادآوری

کنیم. اگر کودک با ما همکاری کرد، جواب او پاداش و تشویق است؛ اما اگر او را منع کردیم و نپذیرفت، باید برایش شرط بگذاریم و بهترین شرط این است که خودمان هم کنار او حضور داشته باشیم و بر رفتارهایش نظارت کنیم تا خطری تهدیدش نکند. اگر به هر دلیلی چنین امکانی برایمان فراهم نیست، باید لاقلاً یک فرد بالغ مورد اعتماد را همراه کودکمان بفرستیم .

۴- کبریت و مواد آتش زا مانند نفت و بنزین باید خارج از دسترس کودکان نگهداری شود و هرگز نباید به کودک اجازه داد با آتش زدن بوته، هیزم و امثال اینها در محیط خانه یا پارکینگ، جان خود و دیگران را به مخاطره بیندازد .

۵ - در پایان شب، بقایای مواد آتش بازی را به سرعت جمع نکنید و حتماً برای این کار، لاقلاً ۱۵ تا ۲۰ دقیقه صبر کنید و بعد از این مدت، آنها را در یک سطل آب بریزید و دور بیندازید. قبل از ترک محل، حتماً از خاموش شدن آتش مطمئن شوید.