بچوں کی حفاظت
کیلیئے
ضروری امور کی فہرست

اپنے بچوں کو محفوظ رکھنا

بچوں کے زخمی ہونے کی جو وجوہات ہوتی ہیں ان میں سے اکثر گھر میں ہونے والے وہ حادثات ہوتے ہیں، جن کی روک تھام ممکن ہے۔ بچوں کو، جب وہ لوگوں کے درمیان ہوں، ایسے خطرات پیش آسکتے ہیں جن کی روک تھام ہوسکتی ہے۔

بچوں میں ہمیشہ تجسّس ہوتا ہے۔ مستقبل کے امکانی خطرات پر آپ کی محتاط توجہ ہونے کی وجہ سے وہ تکلیف میں پڑنے سے بچ سکتے ہیں۔

اس کتابچے میں کچھ سادہ طریقے بیان کئے گئے ہیں تاکہ آپ اپنے بچے کو گھر میں بھی محفوظ رکھ سکیں اور کار میں اور ہمسائے میں بھی۔

گود کے بچے

- اپنے چھوٹے بچوں کو انکی پشت کے بل سلائیں۔
- چھوٹے بچوں کو بالغ افراد کے بستر پر نہ سلائیں اور نہ ہی بہت نرم سطح کے بستر پر۔
- جب آپکا بچہ (خواہ وہ ننھا منّا سا گودی کا بچہ ہی کیوں نہ ہو) پنگھوڑے کے اندر ہو تو پنگھوڑے (کرِب) کی ایک طرف کو ہمیشہ اوپر کی سمت اٹھا دیں۔
- پنگھوڑے یا چھوٹے بچے کے کھیلنے کے دارہ نما احاطے (پلے پن) کی اطراف میں کھلونے نہ باندھیئے ۔ آپکے بچے کو باندھنے والی رسی سے پھانسی لگ سکتی ہے۔
- کبھی بھی چُوسنی کو رسّی سے باندھ کر اپنے بچے کی گردن میں نہ ڈالئے۔
- مانیٹرز کا استعمال کرنے پر غور کیجئے، تاکہ آپ اپنے بچے کے رونے کی آواز سن سکیں ۔

چھوٹے بچے

اپنے بچے کی نگاہوں سے اپنے گھر کا گھوم پھر کر جائزہ لیجئے۔ اسمیں اپنے ہاتھوں اور گھٹنوں کے بل گھسٹ کر دیکھئے تاکہ آپکو آئندہ کے امکانی خطرات نظر آجائیں۔

- ہر الماری اور دراز، جس کے اندر بچوں کے لحاظ سے خطرناک چیزیں رکھی ہوں، ان پر ایسی کنڈیاں لگوائیں جنہیں بچے نہ کھول سکیں۔
- پلاسٹک کے بنے ہوئے پلگ لیکرُان سے بجلی کی خالی آؤٹ لٹوں کو بھر دیجئے، جو (پلگ) اسلئے بنائے گئے ہیں کہ تجسس کرنے والی انگلیوں اور دیگر اشیاء کو باہر ہی رکھیں۔
- بجلی کی تاروں میں توسیع کرنے والی تاروں کو، جو استعمال نہ ہو رہی ہوں۔ ہٹادیں بجلی کی آؤٹ لٹ کے سامنے ایک بڑا صوفہ یا کرسی رکھ دیجئے۔
- جب تک آپ کا بچہ بڑا نہ ہو جائے، چھوٹی میزیں اور ایسا سارا ساز وسامان جسکے کنارے تیز ہوں، یا اشیاء جنکا توازن مستحکم نہ ہو، الگ کر کے سٹور میں رکھ دیں۔
- پردوں کی رسیوں کو پردوں کیساتھ ہی اونچا کر کے باندھ دیں، تاکہ وہ بچوں کی پہنچ سے دور رہیں۔
- آتشدان پر ایک مناسب (حفاظتی) جالی لگوادیں۔
- زینے (سیڑھیوں) کے بالائی طرف ایک دروازہ لگوادیں تاکہ (بچوں کے) گرنے سے بچا جا سکے۔
- میز کے اوپر رکھے رہنے والی چھوٹی اور جلد ٹوٹ سکنے والی اشیاء اپنے بچے کی پہنچ سے باہر رکھئے۔
- کھلونوں کو دیکھ بھال لیجئے کہ انکے کنارے تو تیز نہیں، اور یہ بھی کہ ان میں چھوٹے چھوٹے علیحدہ ٹکڑے، یا ٹوٹے ہوئے ٹکڑے تو نہیں ہیں۔
- کھلونوں کے اوپر لگے ہوئے لیبل دیکھ کر اپنا اطمینان کر لیجئے کہ کھلونوں میں کوئی زہریلی چیز نہ ہو، اور بچے کی عمر کے لحاظ سے مناسب ہوں۔
- خطرناک گھریلو اشیاء، مثلاً الکحل، (کپڑے یا برتن) دھونے والی اشیاء، صفائی کرنیوالا مائع، شیو کرنیوالے بلیڈ، ماچسیں، اور ادویات (بچوں کی) پہنچ سے دور، یا ایسی الماری یا دراز میں رکھئے جس میں تالہ لگا ہو۔
- پلاسٹک کے تھیلے، پرس، اور چھوٹی اشیاء مثلاً بٹن، نٹ، وہ میٹھی چیزیں جو سخت ہوں، اور پیسوں کو پہنچ سے دور رکھئے۔
- اگر آپ کو شبہ ہو جائے کہ آپکے بچے نے کوئی زہریلی یا نقصان دہ جیز کھالی ہے تو کسی طبی پیشہ ور شخص کو (فوراً) بلائیں۔

- اپنی خوابگاہ کے دروازے بند کر کے سویئے تا کہ آگ لگنے کی صورت میں دھواں کمروں سے باہر رہے۔
- جب آپکا چھوٹا بچہ یا بچی بیت الخلاء (باتھ روم) جائے تو اسکے ساتھ رہیئے۔
- پورا اطمینان کر لیجئے کہ کھلونوں، فرنیچر اور دیواروں پر جو روغن پھیرا گیا ہے اسمیں "لیڈ" (دھات) کی ملاوٹ بالکل نہ ہو۔
- جتنا شروع میں ممکن ہو، لفظ "گرم" (پکار کر کہنا) سکھا دیجئے۔ اپنے بچے کو (چولہے کے) گرم "اووَن" سے دور رکھئے اور استری، بخارات خارج ہونیوالی جگہ، آتشدان، لکڑی جلانیوالے استوو (چولہے)، بار۔بی۔کیو، سگرٹ، سگرٹ جلانیوالا (لائیٹر) اور گرم مشروبات سے دور رکھئے۔
- پکانے کے وقت، پکانے کے برتنوں کے دستے (ہینڈل) کو اندر کی طرف موڑ دیجئے۔
- کاؤنٹر یا چولہے کے اوپر سے کسی (استعمال ہونیوالی مشین کی) تار کو لٹکتا نہ چھوڑیئے۔
- اگر یہ خطرہ ہو کہ کوئی چھوٹا بچہ میز کی اطراف میں لٹکتے ہوئے میز پوش کو پکڑ کر گھسیٹ سکتا ہے تو میز کو اسطرح نہ ڈھانکئے۔

کار کے اندر

- **کسی حالت میں بھی، کسی بچے کو، کار کے اندر کبھی اکیلا نہ چھوڑیئے**
- ہمیشہ ایسی کار کی سیٹ استعمال کیجئے جو آپکے بچے کے وزن کے مطابق ہو۔ سیٹ کو نصب کرتے وقت ہمیشہ سیٹ بنانے والوں کی دی ہوئی ہدایات پر عمل کیجئے۔
- آپ کے بڑے بچے کیلئے، اسکے وزن کے لحاظ سے جو (بڑی) بوسٹر سیٹ استعمال کرنے کی ہدایت دی گئی ہے اسی کے مطابق عمل کیجئے۔
- بارہ سال سے کم عمر کے بچوں کو کار کی پچھلی سیٹ پر بیٹھنا چاہیئے۔ ائر بیگ (کار کے ہوائی غبارے) جب ہوا سے بھرتے ہیں تو ان سے بچے کو نقصان پہنچ سکتا ہے یا بچہ مر سکتا ہے۔
- کار میں سفر کرتے ہوئے، اپنے بچے کو کسی کی گود میں بیٹھنے کی اجازت نہ دیجئے اور کسی کے ساتھ ایک ہی سیٹ بیلٹ (نشست کی حفاظتی پٹی) کو مشترکہ طور پر استعمال کرنے کی بھی اجازت نہ دیجئے۔

- اپنی خوابگاہ کے دروازے بند کر کے سویئے تا کہ آگ لگنے کی صورت میں دھواں کمروں سے باہر رہے۔
- جب آپکا چھوٹا بچہ یا بچی بیت الخلاء (باتھ روم) جائے تو اسکے ساتھ رہیئے۔
- پورا اطمینان کر لیجئے کہ کھلونوں، فرنیچر اور دیواروں پر جو روغن پھیرا گیا ہے اسمیں "لیڈ" (دھات) کی ملاوٹ بالکل نہ ہو۔
- جتنا شروع میں ممکن ہو، لفظ "گرم" (پکار کر کہنا) سکھا دیجئے۔ اپنے بچے کو (چولہے کے) گرم "اووَن" سے دور رکھئے اور استری، بخارات خارج ہونیوالی جگہ، آتشدان، لکڑی جلانیوالے استوو (چولہے)، بار۔بی۔کیو، سگرٹ، سگرٹ جلانیوالا (لائیٹر) اور گرم مشروبات سے دور رکھئے۔
- پکانے کے وقت، پکانے کے برتنوں کے دستے (ہینڈل) کو اندر کی طرف موڑ دیجئے۔
- کاؤنٹر یا چولہے کے اوپر سے کسی (استعمال ہونیوالی مشین کی) تار کو لٹکتا نہ چھوڑیئے۔
- اگر یہ خطرہ ہو کہ کوئی چھوٹا بچہ میز کی اطراف میں لٹکتے ہوئے میز پوش کو پکڑ کر گھسیٹ سکتا ہے تو میز کو اسطرح نہ ڈھانکئے۔

کار کے اندر

- **کسی حالت میں بھی، کسی بچے کو، کار کے اندر کبھی اکیلا نہ چھوڑیئے**
- ہمیشہ ایسی کار کی سیٹ استعمال کیجئے جو آپکے بچے کے وزن کے مطابق ہو۔ سیٹ کو نصب کرتے وقت ہمیشہ سیٹ بنانے والوں کی دی ہوئی ہدایات پر عمل کیجئے۔
- آپ کے بڑے بچے کیلئے، اسکے وزن کے لحاظ سے جو (بڑی) بوسٹر سیٹ استعمال کرنے کی ہدایت دی گئی ہے اسی کے مطابق عمل کیجئے۔
- بارہ سال سے کم عمر کے بچوں کو کار کی پچھلی سیٹ پر بیٹھنا چاہیئے۔ ائر بیگ (کار کے ہوائی غبارے) جب ہوا سے بھرتے ہیں تو ان سے بچے کو نقصان پہنچ سکتا ہے یا بچہ مر سکتا ہے۔
- کار میں سفر کرتے ہوئے، اپنے بچے کو کسی کی گود میں بیٹھنے کی اجازت نہ دیجئے اور کسی کے ساتھ ایک ہی سیٹ بیلٹ (نشست کی حفاظتی پٹی) کو مشترکہ طور پر استعمال کرنے کی بھی اجازت نہ دیجئے۔