

Çocuk Güvenliği: Yaralanmaların ve Zehirlenmelerin Önlenmesi. Güvenlik Kontrol Listesi

Prevention of Injuries and Poisonings. Safety Checklist

Serpil UĞUR BAYSAL^a

^aSosyal Pediatri BD, Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi, İzmir

Yazışma Adresi/Correspondence:

Serpil UĞUR BAYSAL
Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi, Sosyal Pediatri BD,
İzmir, TÜRKİYE
serpil.baysal@deu.edu.tr

GÜVENLİK KONTROL LİSTESİNİN KULLANIMI

Bu kontrol listesini çocuğunuzun yaşadığı her yerde yaralanma ve zehirlenme riskini değerlendirmek için kullanınız. İlk uygulamada önerilen gözlem yaklaşık bir saat sürer. Ancak, zamanla alışıarak daha az süre harcayacaksınız. Bu listedeki her soruyu yanıtlayın. Yanıtları daire içine alarak işaretleyin. Sonuçlar sizi şaşırtabilir. Yanıtınız 'Güvenli Değil' ise güvenlik sağlayacak önerilere uyunuz. Listenin sonunda, çocuk istismarını önleme ile ilgili bazı önerilerle birlikte kazayı/yaralanmayı önlemek/yaralanmaları azaltabilmek üzere ev içinde/dışında gereksinim duyulan araç- gereçlerin listesi yer almaktadır.

Türkiye Klinikleri J Pediatr Sci 2015;11(4):90-5

Copyright © 2015 by Türkiye Klinikleri

Türkiye Klinikleri J Pediatr Sci 2015;11(4)

EK 1: Güvenlik Kontrol Listesi .		
	Güvenli	Güvenli değil
ARAÇLARDA GÜVENLİK		
1 Siz ve sizinle arabada yolculuk eden herkes yolculuk boyunca emniyet kemeri takıyor mu?	Evet	Hayır
2 Arabada çocuklar arka koltukta mı yolculuk ediyor? Bir çocuk için araçta en güvenilir yer arka koltuktur.	Evet	Hayır
3 Yolculukta bebekler için bebek tipi güvenlik koltuğu kullanıyorsanız, yönü aracın arkasına bakacak şekilde mi? Güvenlik koltuğunu ön koltuğa yerleştirmeyiniz.	Evet	Hayır
4 İki yönlü olabilen bir araba güvenlik koltuğu kullanıyorsanız üreticinin açıklamalarına uyuyor musunuz? Güvenlik koltuğunun yönünü öne döndürmek için çocuğun ağırlığının en az 8-9 kg olmasını ve desteksiz oturabilmesini bekleyiniz.	Evet	Hayır
5 Bir yaşından büyük çocuğunuz için araba güvenlik koltuğu kullanıyorsanız En az 8- 9 kg olan çocuklar için mi? Daima öne bakar pozisyonda mı?	Evet Evet	Hayır Hayır
6 Destek tipi güvenlik koltuğu kullanılmaya başlanmışsa; Çocuk yeterince büyük mü? (en az 13 kg) Üç noktalı koltuk kemeri (omuzlarda ve karında) kullanılıyor mu?	Evet Evet	Hayır Hayır
7 Çocuklar araba koltuğunda tam olarak korunuyor mu?	Evet	Hayır
8 Büyük çocuklarda araçlarda takılan emniyet kemeri doğru yerde ve sağlam mı? Kemer doğru yerde yerleştirdiniz mi? Sıkı olup olmadığını koltuğu ileri ve geri çekerek kontrol ettiniz mi?	Evet Evet Evet	Hayır Hayır Hayır
9 Çocuğun boyu ve ağırlığı (boyu en az 145-150 cm olmalı) standart bir emniyet kemeri kullanmaya uygun mu? Kemer tam olarak uyanı kadar çocuğu destek tip güvenlik koltuğu ile yükseltmek iyi bir çözümdür.	Evet	Hayır
KAPALI YERLERDE GÜVENLİK		
10 Telefonun üzerinde acil telefon numaralarının yazılı olduğu bir etiket var mı? Ambulans, polis, itfaiye, hastane ya da doktorun, bölgenizdeki zehir danışma merkezinin ve sizin telefon numaranız telefonunuzun yanında hazır bulunmalıdır. Zehir Danışma Merkezi: Ücretsiz telefon hattı: 114	Evet	Hayır
11 Evde yangın / duman alarmı var mı? Varsa, çalışır durumda ve doğru yerleştirilmiş mi? Her katta var mı? Her ay kontrol edilip yılda iki kez pilleri değiştiriliyor mu?	Evet Evet Evet Evet	Hayır Hayır Hayır Hayır
12 Binanın yangın ve diğer acil durumlarda kullanılabilecek iki çıkışı (acil durumlarda yaşamsal önem taşıyor) var mı?	Evet	Hayır
13 Yangında kaçış planı yapıldı ve prova edildi mi?	Evet	Hayır
14 Her çocuk eğer elbiseler tutuşursa, alevleri söndürmek için 'dur, yere uzan ve yuvarlan' uygulamasını nasıl yapacağını biliyor mu?	Evet	Hayır
15 Sağlam bir yangın söndürücü var mı? (Küçük bir yangını söndürmek ya da kaçış yolunu açmak için)	Evet	Hayır
16 Çevrede sigara içilmiyor ya da yanık sigara, kibrit ve çakmaklar çocukların çevresinde bulunmuyor.	Evet	Hayır
17 Bütün soba ve ısıtıcılar kağıt ve mobilyalardan en az 90 cm uzağa konmuş mu?	Evet	Hayır
18 Bütün sobalar çocukların dokunamayacağı bir durumda mı? Bacalar sık temizleniyor mu?	Evet Evet	Hayır Hayır
19 Elektrik için uzatma ve uygulama kabloları aşınmamış ya da fazla yüklenmemiş durumda mı?	Evet	Hayır
20 Kullanıldığı zaman elektrik kabloları çocukların ulaşamayacağı yerde mi? Kullanımdaki elektrik kablolarını emen ya da ısıran çocuklarda ciddi elektrik yanıkları olabilmektedir.	Evet	Hayır
21 Bütün elektrik çıkışlarına plastik priz kapakları yerleştirildi mi? Priz kapakları, çocuğun açıkta kalmış bir prizin içine ya da açıktaki uzatma kablosunun çıkışına bir cisim sokmasını engeller.	Evet	Hayır
22 Bebek yüksek bir yerde iken (alt değiştirme masası gibi) daima bir eliniz bebeğinizde mi?	Evet	Hayır
23 Çocuklar bebek sandalyesi, masa üzeri ya da diğer yüksek yerlerde asla yalnız bırakılmıyor.	Evet	Hayır
24 Bebek karyolası güvenli mi? Karyola ve yatak arasında iki parmakta fazla boşluk yok; yatak karyolaya rahat bir şekilde uyuyor mu? Uygun olmayan bir karyola ile yatak arasına bebeğin başı ve uzuvları sıkışabilir. Bebekler her zaman sırt üstü yatmalıdır. Parmaklıklar arasındaki mesafe beş- altı cm ya da yaklaşık iki parmak genişliğinden az mı?	Evet Evet Evet Evet	Hayır Hayır Hayır Hayır
25 Gözlenmeyen ya da güvensiz alanlara açılan kapılar kapalı ve kilitli mi?	Evet	Hayır
26 Merdiven, tırabzan üstleri, eşikler ve balkon parmaklıkları sağlam mı?	Evet	Hayır

devamı →

EK 1: devamı.			
27	Giriş ve hol, düşmeleri önlemeye yeterli olacak şekilde aydınlanıyor mu?	Evet	Hayır
28	Zeminler düzgün ve kaygan değil; kilim ve yolluklar kaygan zeminde değil	Evet	Hayır
29	Evlerde merdiven girişlerini çocuklar için kapatan kapı var mı? Geniş aralıklı, akordeon tipi kapılar kullanılmamalıdır; çocukların başı sıkışabilir ve boğulabilirler.	Evet	Hayır
30	Çocuğunuz yürüteç kullanıyor mu? Kullanmayınız .	Hayır	Evet
31	Zemin katın üzerindeki pencereler çocukların düşmeyeceği şekilde güvenli mi?	Evet	Hayır
32	İlaçlar ve vitaminler çocuğun açamayacağı kutularda ve çocukların ulaşamayacağı yerlerde saklanıyor mu? Çocuklar yetişkinlere öykünürler; şeker görünümünde ilaçları yemek isterler. Çocuklarınızın yanında ilaç içmeyiniz.	Evet	Hayır
33	Temizlik ürünleri çocukların göremeyeceği ve ulaşamayacağı şekilde mi saklanıyor? Tüm evle ilgili kimyasal ürünleri orijinal kutularında yüksek yerlerde mi tutuyorsunuz? Zehirli maddeler için en iyi depolama yeri yüksek, kilitli bir dolaptır.	Evet	Hayır
	Temizlik ürünlerini yiyeceklerden ayrı bir yerde mi saklıyorsunuz?	Evet	Hayır
34	Tehlikeli olabilecek maddelerin konduğu dolaplar çocukların ulaşabileceği yerde ise üzerinde kilit var mı? Temizlik ürünleri, ilaçlar, alkol, bıçaklar, silahlar, kibritler ve tamir gereçleri çocuklar için tehlikelidir.	Evet	Hayır
35	Böcek öldürücüler, sadece çocukların erişemeyeceği ve yiyeceklerle doğrudan temas olmayan yerlere uygulanıyor.	Evet	Hayır
36	Bozuk paralar, takılar ve tuşları kolayca yutulabilecek hesap makineleri çocukların ulaşamayacağı yerde mi?	Evet	Hayır
37	Oyuncaklar, bir çocuğun ağızına sığmayacak kadar büyük vetikanmaya sebep olabilecek küçük, çıkarılabilen parçaları yok.	Evet	Hayır
38	Çocuklar tehlikeli ürünlerin genellikle depolandığı yer olan bodruma ya da garaja girebiliyorlar mı? Bodrum / garaj kapısına 150 cm yüksekliğe çengel kilit takılmalıdır.	Hayır	Evet
39	Zararlı olabilecek bitkiler çocukların ulaşamayacağı yerde mi? Çiçek ve bitkilerin çoğu, yenirse zararlıdır. Zehir danışma merkezine danışınız. Zehirli bitkiler evin içinde ya da dışında, çocukların bırakıldığı alanda bulunmamalıdır.	Evet	Hayır
40	Duvar da ya da mobilyaların üzerinde, kabaran, dökülen ya da soyulan boya var mı? Boyalar çocukların kurşun zehirlenmesine yol açabilir. Kuşku varsa çocuğunuza kurşun zehirlenmesi açısından test yaptırınız.	Hayır	Evet
41	Oyuncak sandıkları: Kapakları hafif, kapaksız ya da güvenli kapanan menteşeleri var mı? Aniden düşen bir kapak boğulmaya ya da baş- boyun yaralanmasına neden olabilir.	Evet	Hayır
MUTFAKTA GÜVENLİK			
42	Çay- kahve, diğer sıcak sıvılar ve yiyecekler çocukların ulaşamayacağı yerlere konuyor mu? Siz ve çocuğa bakan birey; - Sıcak sıvı ya da yiyecekleri taşıırken kucağınızda, yanınızda çocuk oluyor mu? Sıcak maddeleri çocuğunuzla birlikte taşımayınız; ayrı taşıyınız, iki kez gelip gidiniz.	Evet	Hayır
	- Sıcak sıvıları ve yiyecekleri masanın kenarından uzağa mı koyuyorsunuz?	Hayır	Evet
	- Birden çekilince masanın üzerindeki sıcak yiyecek ve içecekler dökülebileceği için masa örtüsü kullanmıyor musunuz?	Evet	Hayır
	- Yemek pişirirken çocukları güvenli bir yerde mi tutuyorsunuz?	Evet	Hayır
	- Mümkün olduğu kadar ocağın arka bölümlerinde yemek pişiriyor, kapların kulplarını ocağın arka tarafına döndürüyor musunuz?	Evet	Hayır
	- Masa sandalyelerini ve iskemleleri ocağın uzağına koyuyor musunuz?	Evet	Hayır
	- Isıtılmış yiyeceklerle bebeği beslemeden önce sıcaklığını kontrol ediyor musunuz?	Evet	Hayır
	- Çocuklarınıza 'sıcak' kelimesinin anlamını öğretiyor musunuz?	Evet	Hayır
43	Çocuğun tıkanmasına neden olabilecek yiyecek ve küçük parçalar (şişirilmemiş balon dahil) çocukların ulaşamayacağı yerde mi?	Evet	Hayır
44	Bıçaklar ve diğer keskin cisimler çocukların ulaşamayacağı yerde mi?	Evet	Hayır
BANYODA GÜVENLİK			
45	Bebeler ve küçük çocuklar küvette oldukları zaman daima bir yetişkin tarafından bakılıyor mu? Çocuklar birkaç dakikada, birkaç parmak derinliğindeki suda boğulabilirler. Kendi kendilerine sıcak suyu açarak yanabilirler. Su dolu kovalar da tehlikelidir.	Evet	Hayır
46	Küvetin içinde kaymayı önleyen bir yaygı var mı?	Evet	Hayır
47	Merkezi su ısıtıcı güvenli bir sıcaklığa ayarlı mı?	Evet	Hayır
48	Elektrikli gereçler (radyo, saç kurutucusu, ısıtıcı, vb) banyonun dışında ya da fişleri çekilmiş, sudan uzakta ve çocukların ulaşamayacağı yerde mi? Elektrikli araçlar fişleri takılı iken çocuğun bulunduğu küvete ya da çocuğun kullandığı lavaboya düşerse ciddi elektrik çarpmasına ya da ölüme neden olabilir.	Evet	Hayır
49	Ev temizlik ürünleri çocukların ulaşamayacağı bir dolapta kilitli mi?	Evet	Hayır

devamı →

EK 1: devamı.			
ATEŞLİ SİLAHLAR			
50	Evde ateşli silah bulunuyor mu?	Hayır	Evet
	-Dolu değil ya da kurşunlardan ayrı bir yerde mi?	Evet	Hayır
	-Evdeki çocuklar ve ergenler tarafından kolay bulunamaz mı?	Evet	Hayır
	-Emniyet kilidi takılı mı?	Evet	Hayır
AÇIK YERLERDE GÜVENLİK			
51	Oyun alanı donanımı güvenli mi?	Evet	Hayır
	Montajı üreticinin talimatına uygun olarak, doğru şekilde yapıldı mı?	Evet	Hayır
52	Çocuk güvenli olarak bisiklete binmeye hazır mı?	Evet	Hayır
	-Uygun büyüklükte bir bisiklete yolun sağ yanında mı biniyor?	Evet	Hayır
	-Koruyucu bir başlık (kask) giyiyor mu?	Evet	Hayır
	-Bilmediği, ödünç alınmış bir bisiklete biniyor mu?	Hayır	Evet
	-İki çocuk birlikte biniyorlar mı?	Hayır	Evet
53	Çocukların havai fişek, mayıpla oynamalarına izin veriyor musunuz?	Hayır	Evet
54	Çocuklar paten kullanırken uygun bir şekilde korunuyor mu?	Evet	Hayır
	Kask, dizlik, dirseklik takıyor mu?	Evet	Hayır
	Trafığın olmadığı park ve patinaj yerlerinde mi kayıyor?	Hayır	Evet
	Cesur ve akrobatik kayma tekniklerini gerçekleştiriyor mu?	Hayır	Evet
55	Çocuk kızak ya da kar diski üzerinde kayarken uygun bir şekilde korunuyor mu?	Evet	Hayır
	İyi bir direksiyon mekanizması olan ve keskin kenarları olmayan sağlam bir kızak mı kullanıyor?	Evet	Hayır
	Sadece gün ışığında ve güvenli, görülebilen, motorlu taşıtlardan uzak bir alanda mı kayıyor?	Evet	Hayır
	Buz tutmuş gölette kayıyor mu?	Hayır	Evet
	Kızağı nasıl döndürebileceğini ve durdurabileceğini biliyor mu?	Evet	Hayır
56	Çocuk temas sporlarına katılırken uygun bir şekilde korunuyor mu?	Evet	Hayır
	Uygun yetişkin talimat ve bakımını sağlıyor musunuz?	Evet	Hayır
	Çocuklar uygun kilo ve boydakilerle mi eşleştiriliyor?	Evet	Hayır
	Çocuğa uygun güvenlik aksesuarları var mı? (göz koruyucu, kask, ağız koruyucu gibi)	Evet	Hayır
57	Çocuk hayvan ısırmalarından titiz bir şekilde korunuyor mu?	Evet	Hayır
	Çocuk yeterince büyüyüp hayvanlara nasıl davranılacağını anlayıncaya kadar evcil hayvan edinmeyi erteliyor musunuz?	Evet	Hayır
	Evcil hayvanlar hastalıksız mı? Sağlık kontrolleri ve aşıları yapılıyor mu?	Evet	Hayır
	Çocuğa hayvana nasıl dokunup bakacağını öğretiyor musunuz?	Evet	Hayır
	Çocuğa yabancı hayvanlardan, özellikle vahşi, hasta ve yaralı olanlardan sakınmasını öğretiyor musunuz?	Evet	Hayır
	Çocuğa hayvanların kavgalarını, tanıdık bir hayvan olsa bile ayırmaya çalışmamasını öğretiyor musunuz?	Evet	Hayır
	Köpeklerin araçları kovaladığı yerlere bisikletle gitmemesini sağlıyor musunuz?	Evet	Hayır
	Çocuğu bölgedeki tehlikeli ve sinirli hayvanlar konusunda uyarıyor ve ona bu hayvanların bulunabileceği ev ya da avlulara girmekten kaçınmasını öğretiyor musunuz?	Evet	Hayır
58	Çevrenizde yüzme havuzu ve altı yaşın altında çocuklar var mı?	Hayır	Evet
	Çocuğunuz havuzda yüzüyorsa:		
	Yüzme sırasında her zaman bir yetişkin tarafından bakılıyor mu?	Evet	Hayır
	Havuzun çevresi 120-150 cm yükseklikte ya da daha yüksek bir çitle tamamen kapalı mı?	Evet	Hayır
	Bütün çit kapıları kendiliğinden kapanıyor ve kilitlemiyor mu?	Evet	Hayır
	Yüzme zamanı bitiminde çocukların yüzme kıyafetlerini çıkarıp günlük kıyafet giydiriliyor ve bütün oyuncakları havuz alanından çıkarıyor musunuz?	Evet	Hayır
	12 yaş ve üzerindeki tüm aile üyeleri yaşam desteği uygulamasını biliyor mu?	Evet	Hayır
59	Çocuk güvenli bir biçimde yüzmeye hazır mı?		
	Bir çocuğun yalnız ve denetimsiz yüzmesine asla izin vermeyiniz.	Evet	Hayır

GÜVENLİK BİLGİSİNİN RESİMLE DEĞERLENDİRİLMESİ



EK 1-RESİM 1: Güvenlik danışmanlığı yaparken ev içindeki kaza risklerini değerlendirmek için kullanılan resim.

(1) Merdivende oyuncak (2) Merdivenlere çıkılabilir -kapı açık- (3) Merdiven dibinde ayağa takılabilecek kilim (4) Duvar sıvası dökülmüş (5) Elektrik çıkışı (priz) kapatılmamış (6) Sıcak ütü kordonu ile birlikte ulaşılabilir yerde (7) İlaçlar ulaşılabilir yerde (8) Temizlik ürünleri lavabo altında ulaşılabilir yerde (9) Fırın kapağı açık (10) Tencere sapı dışarı dönük (11) Fırının yanında tabure var (12) Makas ulaşılabilir yerde (13) Kibrit ulaşılabilir yerde (14) Su kovası (15) Soba.

(Kelly B, Sein C, McCarthy PL. Safety education in a pediatric primary care setting. J Pediatr 1987; 79: 818-824. Bu kaynaktan uyarlanmıştır.)

EK 2: Çocuk İstismarını Önleme.
Disiplin sağlarken çocuğa zarar vermemek ve sağlıklı bir anne-çocuk (aile-çocuk) bağı oluşturabilmek için:
- Çocuğunuzu dinleyip gereksinimlerini anlamaya çalışın.
- Çocuğunuzla aynı hizaya gelip gözlerine bakarak konuşun.
- Asla öfkelenmeyin.
- Çocuğu asla sarsmayın ve ona vurmayın.
- Öfkelenirseniz kontrol etmek için ara verin; sakince düşünün.
- Günde en az 20- 30 dakika, evde çocuğunuzla birlikte yere oturarak onu sakince gözlemleyin; yaptıklarını, söylediklerini anlamak için merakla bekleyin; çocuğunuz isterse oyuna katılın.
- Çocuğunuzun vücut bölümlerini tanımasını sağlayın. İç çamaşırlarıyla örtülen vücut bölümlerine dokunulduğunda 'Hayır' demesini ve böyle durumları size hemen bildirmesini isteyin.
- Çocuğunuz evde yalnız bırakmayın. Evde ya da ev dışında 13 yaşından küçük bir çocukla birlikte (kardeşi bile olsa) gözetimsiz bırakmayın.

EK 3: Ev içinde ve ev dışında güvenlik açısından gerekli olabilecek araç-gereç.
Ev içinde
- Çocukları elektrik yaralanmalarından korumak için elektrik çıkışlarına plastik kapaklar.
- İlaçlar, ev temizlik ürünleri, bıçak gibi kesici- delici aletlerin çocuklardan uzak tutulması için dolaplara kilitler.
- Acil durumlarda aranacak telefon numaralarının listelenmesi için telefonun yanına yapıştırılacak etiket.
- Erken uyarı sağlayarak yangından olabilecek ölümleri azaltmak için: duman alarmı.
- Haşlanmayı önlemek için banyo suyunun sıcaklığını gösteren sıcak su termometresi.
- Çocukların girmemesi için tehlikeli maddelerin sıklıkla depolandığı yükük ya da bodrum kapısında erişemeyecekleri yüksekliğe konulacak bir çengel kilit.
- Küçük bir yangını söndürmek için yangın söndürücü.
Ev dışında
- Çocuklar için yaş grubuna uygun araba güvenlik koltuğu.
- Bisiklet kullanan çocuklar için koruyucu başlık(kask)
- Paten kullanan çocukları yaralanmalardan korumak için kask, dizlik, dirseklik.

KAYNAK

Uğur Baysal S, Yıldırım F, Bulut A. Çocuk Güvenliği: Yaralanmaların ve Zehirlenmelerin Önlenmesi. Güvenlik Kontrol Listesi. İstanbul: İstanbul Tıp Fakültesi Basımevi; 2009.