

आफ्नो प्रियजनलाई बचाउं

बच्चाबच्चीलाई हुने चोटपटकहरु रोगथाम गर्न सकिन्छ !

धेरैजसो घरमा चोटपटक लापरवाही वा अज्ञानताका कारण हुने गर्छ। यदि घरमा ६ वर्षदेखि मुनिका बच्चाबच्ची छन् भने अतिरिक्त सावधानी अपनाउनु पर्ने हुन्छ। घरमा हुने सामान्य चोटपटकहरु:

Nepali Version

1. लड्नु



कारण : वार विनाको बंक वेड, सुरक्षा विनाको भ्यालहरु, चिप्लो या भुइमा बाधा हुने सामानहरु भएमा

रोकथाम :

- ६ वर्ष मुनिका बच्चाबच्चीलाई बंक वेडको माथिल्लो तल्लामा सुत्न नदिने ।
- लथालिङग सामानहरु नछोड्ने । भुइ जहिले पनि सुख्खा राख्ने ।
- भ्यालमा ग्रील राख्ने । घरमा बच्चाबच्चीलाई कहिल्यै पनि एकलै नछोड्ने ।



4. खेलौना बाट हुने चोटपटक

कारण : तिखो किनारा ५cm भन्दा कम आकार भएको वस्तुहरु

रोकथाम :

- तिखो किनारा र कुना भएको खेलौना नदिनुहोस् ।
- सानो वस्तुहरु जस्तै कानमा लगाउने भुमका, औंठी, बटन, इत्यादी बच्चाबच्चीहरु देखि टाढा राख्नुहोस् ।

2. जल्नु



कारण : राप, आगो, विजुली, रसायन

रोकथाम :

- तातो खाना र पेय पदार्थ बच्चाबच्चीहरुबाट टाढा राख्नुहोस् । बच्चाबच्चीहरुलाई तातो खाना र पेय पदार्थ दिनु अघि जहिले पनि तापक्रम जाँच गर्नुहोस् ।
- टेबलकलोथ प्रयोग नगर्नुहोस् ।
- आगो र सलाईसँग नखेल्नुहोस् । विजुलीका स्रोतहरुलाई सेकेटले बन्द गर्नुहोस् ।

घरमा हुने सामान्य चोटपटकहरु

3. औषधी र रसायनिक बिष



कारण : औषधी, सरसफाई गर्ने केमिकल, रसायनिक पदार्थ जथाभवी राख्नाले ।

रोकथाम :

- औषधी र रसायनिक पदार्थ बट्टामा हालेर बच्चाहरुबाट टाढा राख्नुहोस् ।

ब्यवस्थापन :

- बच्चा होसमा छ भने पानी वा दूध प्रयाप्त मात्रामा पिउन दिनुहोस् । यदि बच्चा बेहोश छ भने खाना वा पेय पदार्थ नदिनुहोस् । तुरुन्त चिकित्सककोमा लानुहोस् ।



5. काट्नु

ब्यवस्थापन :

- यदि रक्तस्राप भएमा हातमा सफा कपडा राखी घाउमा ५ देखि १५ मिनेट सम्म थिच्नुहोस् ।
- कुनै पनि किटाणुरहित नभएको पाउडर र मलमहरु प्रयोग नगर्नुहोस् ।
- सफा पानिले घाउ सफा गर्नुहोस् ।
- रगत जम्मा भएको भाग नधुनुहोस् ।
- गम्भीर रक्तस्राप भएमा तुरुन्त अस्पताल जानुहोस् ।