

به نام خدا

## پیشگیری از حوادث خانگی

### مقدمه:

گاهی وقت‌ها حوادثی در خانه اتفاق می‌افتد که ممکن است آسیب‌های جدی در پی داشته باشد اما خوشبختانه بیشتر این حوادث قابل‌پیشگیری هستند و با کمی دقت و رعایت چند نکته ساده می‌شود جلوی آنها را گرفت.



درمان خانگی مسمومیت تا زمانی مجاز است که بیمار احساس سردرد و سرگیجه نداشته باشد چرا که پس از آن بیماری خطرناک می‌شود. بیماران با مصرف مایعات، آب‌لیموی تازه و لبنیات تازه می‌توانند به دفع مواد مسموم کمک کنند. با توجه به افزایش مسمومیت‌های غذایی در فصل گرما، مردم باید به محض مشاهده تغییر رنگ و طعم مواد غذایی با دقت در مورد مصرف آن تصمیم بگیرند و فقط به تاریخ مصرف روی آن اطمینان کامل نداشته باشند.

توجه داشته باشید که مصرف داروهای خودسرانه در منزل بسیار خطرناک است و در صورتی که بیمار احساس سردرد و سرگیجه داشت، حتماً به مراکز درمانی مراجعه کند تا با استفاده از آنتی‌بیوتیک‌هایی که پزشک معالج تجویز می‌کند، بهبودی حاصل شود. در نظر داشته باشید که سیستم دفاعی بدن تلاش می‌کند تا از راه اسهال و استفراغ و واکنش اولیه مسمومیت را دفع کند، در این صورت بیماران باید با مصرف مایعات، آب‌لیموی تازه و لبنیات تازه به دفع مواد مسموم کمک کنند.



### “داروها و مواد شیمیایی :

داروها و مواد شیمیایی مثل حشره کشها ، مواد شوینده و ضد عفونی کننده ها ، مواد اسیدی و قلیایی و مواد سوختی مانند نفت را باید از دسترس کودکان دور نگه داشت. زیرا کودکان ممکن است، از روی کنجکاوی آنها را خورده و مسموم شوند.

استفاده از مواد سفیدکننده و ضد عفونی کننده را محدود کنید: از حوادث شایع در خانم‌های خانه‌دار مسمومیت با بخارات مواد سفیدکننده و ضد عفونی کننده است. تا جایی ممکن استفاده از این مواد را محدود کنید و ظروف و سطح را با آب گرم و مواد شوینده تمیز کنید. در صورت استفاده نکات ایمنی و بهداشتی را رعایت کنید. این مواد را طبق دستور العمل روی بسته و در غلظت مناسب استفاده کنید. هنگام استفاده برای ایجاد تهویه مناسب در و پنجره‌ها را باز بگذارید و از دستکش و ماسک استفاده کنید.

چه وقت باید با دکتر تماس بگیرم؟

بهتر است به محض شک به مسمومیت غذایی کودکان با دکتر تماس بگیرید. وی با توجه به علائم کودک تصمیم می‌گیرد که نیازی به مراجعه به مطب هست یا خیر. علائم زیر را با دکتر در میان بگذارید:

- تب بالای ۱۰۳ درجه فارنهایت
- تهوع بیش از سه روز
- سردرد شدید یا درد شکم
- خون در استفراغ یا مدفوع

### گاز گرفتگی : مونوکسید کربن یکی از عوامل

مهم مرگ و میرهای دسته جمعی ناشی از حوادث خانگی است. این گاز بی رنگ و بی بو بوده، و در اثر سوختن ناقص سوخته‌های رایج ایجاد می‌شود. این گاز خواب آور بوده، و مواجه طولانی شخص مصدوم را به کما می‌برد. و لذا امکان کمک خواستن از دیگران را از شخص می‌گیرد. این نوع مسمومیت امروزه بیشتر به علت نشت از لوله های بخاری هاست. و لذا دقت در باز بودن لوله های بخاری و نفوذ ناپذیر بودن اتصالات می تواند جلو این مسمومیت را بگیرد.

علائم و نشانه های مسمومیت با مواد سمی

۱- سختی تنفس

۲- تحریک چشم ها، پوست، گلو و دستگاه تنفسی

۳- تغییر در رنگ پوست

۴- تاری دید و سر درد

۵- گیج و منگی

۶- سرگیجه یا عدم تعادل