

افتادن یا سقوط

سقوط علت اصلی صدمات ناخواسته در میان کودکان شناخته شده است براساس آمار نظام مراقبت از کودکان بطور متوسط ۶-۳ درصد موارد فوت ناشی از سوانح و حوادث غیر عمدی بدلیل سقوط است که منجر به قرار گرفتن فرد بر روی زمین یا سطوح پایین تر میشود.

کنجکاوی و تکامل مهارت های حرکتی کودکان آنان را در معرض خطر سقوط قرار میدهد. شایع ترین سن افتادن ۴ ماهگی به بعد است البته در هر سنی ممکن است اتفاق افتد. شیرخواران به علت توسعه مهارت خزیدن بیشتر در معرض خطر افتادن از بلندی میباشند. کودکان زیادی در بیمارستان ها بدلیل صدمات ناشی از سقوط از پنجره ها، بالکن ها و یا پله و تخت، تحت درمان قرار میگیرند و یا جان خود را از دست میدهند.



افتادن بخشی از مراحل تکامل طبیعی در کودکان میباشد. آنان یاد میگیرند راه بروند، بدون، بالا بروند و بپرند. اغلب کودکان بدنبال افتادن دچار صدمه جدی نمی شوند ولی ممکن است باعث آسیب های خفیف چون کبودی - خراشیدگی - بریدگی تا آسیب های جدی چون شکستگی اندام، سر، آسیب نخاعی و آسیب به اندام های داخلی و... گردند.

کودکان پرخطر

- کودکان زیر سن مدرسه (کودکان زیر ۱۰ سال بالاترین آمار افتادن را دارند.
- کودکان با ناتوانی جسمی و محدودیت حرکتی
- کودکان وابسته به ویلچر
- کودکان با بیماری های مغز و اعصاب چون تشنج
- کودکان پر خاشگر و یا رفتارهای ناسازگارانه



پیشگیری از سقوط

- هرگز کودک را بدون توجه در سطوح بالا که نرده ایمنی ندارد قرار ندهیم. نرده های تخت همیشه بالا باشد.
- حتی اگر شیرخوار قادر به حرکت و بالا رفتن نباشد بهترین عادت این است که نرده اطراف تخت بالا باشد.
- پیش از آنکه مایل اید به وسیله ای دسترسی یابید بایستی دست را روی شیرخواری که بر سطح بدون محافظ است قرار دهید (شیرخوار سرعت حرکت میکند و ممکن است یک لحظه سقوط کند).
- جهت لباس پوشیدن و یا تعویض پوشک کودک را در یک سطح امن و محدود مثل کف اتاق تمیز قرار دهید (ممکن است کنترل شیرخوار حین انجام مراقبت سخت باشد).
- شیرخوار را بدون نظارت بروی رورونک رها نکنید زیرا ممکن است وارونه گردد و یا از پله و بلندی سرازیر شود یا توسط خواهر یا برادر واژگون شود.
- در کودکانی که راه میروند اجازه ندهید به پله، بلندی و مخزن آب نزدیک شوند.
- بالا و پایین راه پله ها درهایی تعبیه گردد و محصور نمایند.
- از لباس و کفش مناسب و ایمن استفاده کنید. شلوارهای گشاد و بلند به آسانی تعادل کودک را بهم میزند.



- شیرخواران را در صندلی های دارای محافظ مخصوص که دارای وسایل محدود کردن حرکات است قرار دهید.
- نظارت در همه محل های دارای راه پله و زمین بازی بدلیل وجود احتمال سقوط و آسیب انجام دهید.
- محل بازی کودکان را ایمن و نرم طراحی نمایید.
- در حین انجام ورزش و فعالیت های بدنی از کلاه ایمنی و پدهای زانو و مچ بند استفاده گردد.



اقدامات ضروری بعد از سقوط

- اگر پوست صدمه دیده است محل خراش را با آب و صابون شستشو دهید و در صورت خونریزی با پانسمان تمیز فشار ایجاد کرده و به اورژانس مراجعه کنید.
- در صورت بروز شکستگی و تغییر شکل اندام کودک را تکان ندهید و به ۱۱۵ تماس بگیرید.
- در صورت بروز آسیب به جمجمه مانند تورم و کبودی اطراف چشم ها- اختلال در سطح هوشیاری کودک و خواب آلودگی- تغییر در اندازه مردمک ها- عدم توانایی در راه رفتن و یا استفراغ مکرر - تار شدن دید کودک و یا دوبینی- خروج مایع از بینی و گوش بصورت یکطرفه یا دوطرفه سریعاً به اورژانس بیمارستان مراجعه نمایید.
- پس از انجام کمک های اولیه ، در صورت بروز حادثه و مشاهده موارد بالا سریعاً به اورژانس مراجعه نمایید.
- در صورتی که کودک دچار سقوط شد حتی اگر دچار علائمی نشد بایستی توسط پزشک اورژانس معاینه گردد.

منابع: درنامه پرستاری کودکان ۲۰۱۹

راهنمای پیشگیری از سقوط در بیمارستان مستوفیان ۱۳۹۷

تهیه کننده: فاطمه عسکری کارشناس پرستاری

واحد آموزش ارتقاء سلامت

تابستان ۱۴۰۰