

كيف أعرف إذا كان طفلي لديه شرقة أو يختنق؟

الأطفال الرضع والصغار قد يختنقون بسهولة لأن مجاري الهواء لديهم صغيرة ولا يزالون يتعلمون الأكل.

إليك بعض النصائح لمنع الاختناق:

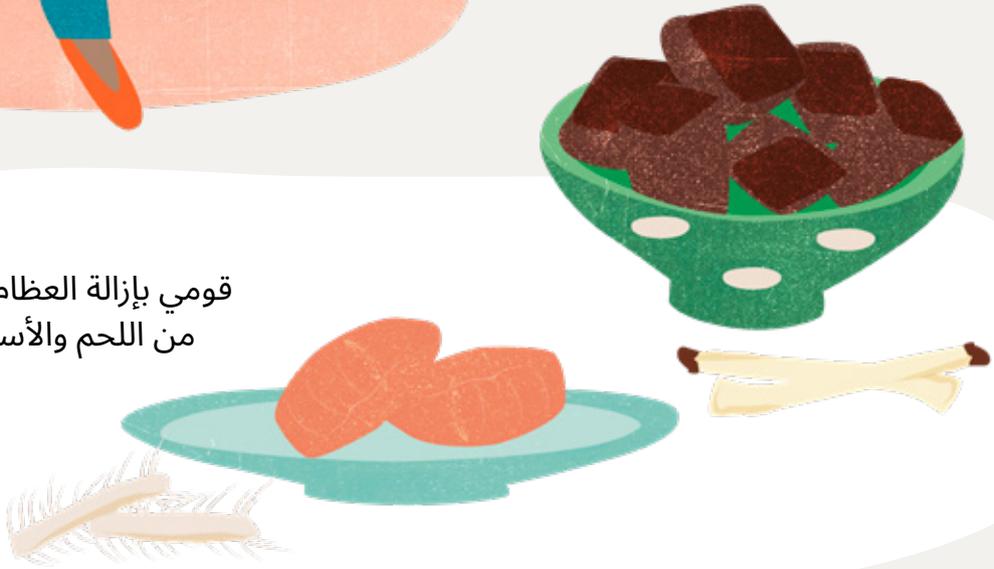


دائمًا راقبي طفلك عندما يأكل أو يشرب

اطلبي من طفلك الجلوس عندما يأكل أو يشرب

لا تساعدني إذا كان طفلك يشعر بشرقة؛ يمكن أن يتسبب ذلك في الاختناق. دعيه يحل الأمر.

قومي بإزالة العظام والجلد من اللحم والأسماك





استخدمي دائماً أحزمة
الأمان عندما يكون طفلك
على كرسي مرتفع

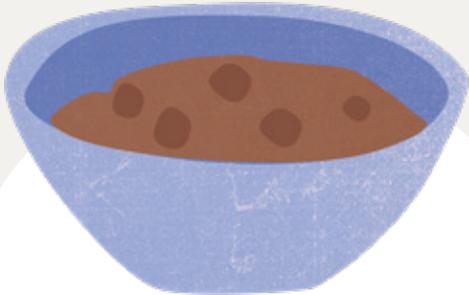


أعطي المكسرات أو البذور المطحونة
أو المطحونة خشنة أو المصنعة إلى
معجون (ليست كاملة)

افردى المعجون (مثل زبدة الفول
السوداني) بطبقات رقيقة



قطعي الفواكه والخضروات الصغيرة
والمستديرة إلى نصفين طوليين (توت
أزرق، عنب، طماطم كرزية، بازلاء)



اجعلي الفواكه والخضروات
الصلبة آمنة عن طريق بشرها أو
طهيها أو هرسها

علامات الشرقة:

قد يتحول وجه طفلك إلى اللون الأحمر الفاقع



طفلك سيصدر
أصواتًا عالية



قد يفتح طفلك فمه،
ويدفع لسانه للخارج
ويسعل



الشرقة أمر طبيعي وتساعد على منع الاختناق.

تذكّري:

- ← صاخب وأحمر، دعيه يتابع.
- ← صامت وأزرق، يحتاج إلى مساعدتك.
- إذا كان طفلك يختنق، فهو بحاجة لمساعدتك فورًا.

علامات الاختناق:

قد يتحول وجه طفلك إلى اللون الأزرق



سيكون طفلك صامتًا ولن يصدر صوتًا



الاختناق ليس طبيعيًا وهو خطير.

لمزيد من المعلومات، تفضلي زيارة:
Raising Children Network | الوقاية من الاختناق والمخاطر: الأطفال



لمزيد من المعلومات، تفضلي زيارة:
Raising Children Network | الإسعافات الأولية للاختناق للأطفال: بالصور



لمزيد من المعلومات، تفضلي زيارة:
Raising Children Network | الوقاية من الاختناق ومخاطر الاختناق

