



عوامل شایع مسمومیت

کودکان به دلیل کنجکاوی و توان کمتر در تشخیص خطر، ممکن است با انواع مواد سمی برخورد کنند. آشنایی با رایج‌ترین عوامل مسمومیت کمک می‌کند محیط خانه را ایمن‌تر کنیم.

۱. داروها

بسیاری از داروها—از مسکن‌ها گرفته تا شربت‌های سرماخوردگی—برای کودکان بسیار خطرناک هستند. بسته‌بندی رنگی و ظاهر شبیه آبنبات برخی داروها ممکن است کودک را به خوردن آن ترغیب کند.

۲. مواد شوینده و ضد عفونی‌کننده

مایع سفیدکننده، جرم‌گیر، مایع ظرفشویی، لکه‌برها و اسپری‌های پاک‌کننده از رایج‌ترین عوامل مسمومیت خانگی‌اند. بخارات برخی از این مواد هم می‌توانند برای کودک خطرناک باشند.

۳. مواد شیمیایی و صنعتی

موادی مانند بنزین، نفت، تینر، الکل صنعتی، چسب‌ها و حشره‌کش‌ها اگر در دسترس کودک قرار گیرند، احتمال مسمومیت شدید را به همراه دارند.

۴. گیاهان سمی

برخی گیاهان آپارتمانی می‌توانند برگ، ساقه یا میوه سمی داشته باشند. ناآگاهی از این موضوع باعث می‌شود کودکان به‌سادگی آنها را لمس یا مزه کنند.

۵. مسمومیت غذایی

غذاهای فاسد، نگهداری نامناسب مواد غذایی، یا مصرف خوراکی‌های آلوده می‌تواند منجر به مسمومیت غذایی و علائمی مانند تهوع، استفراغ و اسهال شود.



مقدمه

کودکان به‌طور طبیعی کنجکاو هستند و تمایل دارند محیط اطراف خود را لمس، مزه و تجربه کنند. همین ویژگی، اگرچه بخشی از روند رشد طبیعی آنهاست، می‌تواند احتمال قرار گرفتن در معرض مواد خطرناک و بروز مسمومیت را افزایش دهد. بسیاری از موارد مسمومیت در خانه و درست در زمانی رخ می‌دهد که بزرگسالان تصور می‌کنند محیط کاملاً امن است.

هدف این بروشور، ارائه مجموعه‌ای از نکات ساده و کاربردی است که به خانواده‌ها کمک می‌کند محیطی امن‌تر ایجاد کرده و از سلامت کودکان خود بهتر محافظت کنند.



پیشگیری از مسمومیت در کودکان!

تهیه کننده : زهرا امیرطاهری افشار
واحد آموزش به بیمار بیمارستان خاتم الانبیا
شهرستان بافت

تاریخ تدوین : 1404/09/01



راه‌های پیشگیری

۱. نگهداری ایمن مواد خطرناک
تمام مواد شوینده، ضد عفونی‌کننده، داروها و مواد شیمیایی را در کمد های قفل‌دار یا در ارتفاع بالا قرار دهید. هرگز مواد شیمیایی را در بطری‌های نوشیدنی یا ظرف‌های بدون پرچسب نریزید؛ این کار احتمال اشتباه کودک را افزایش می‌دهد. بعد از استفاده از هر ماده، در آن را فوراً ببندید و از دسترس کودک دور نگه دارید.
۲. ایمنی در مصرف و نگهداری داروها
داروها را به‌طور کاملاً مخفی و دور از دسترس کودک نگهداری کنید، نه روی میز یا کنار تخت. دارو را هرگز «شیرین»، «شربت خوشمزه» یا «خوراکی» خطاب نکنید؛ چون ممکن است کودک به دنبال آن برود. داروهای تاریخ‌گذشته یا بلااستفاده را به‌درستی دور بریزید.
۳. ایمن‌سازی محیط آشپزخانه و حمام
مواد شوینده را زیر سینک بدون قفل یا در مکان‌های باز قرار ندهید. از نگهداری بنزین، الکل صنعتی یا تینر در فضای داخلی خانه خودداری کنید. وسایل پاک‌کننده را پس از هر بار استفاده فوراً در محل امن قرار دهید.
۴. آشنایی با گیاهان سمی
پیش از خرید گیاه آپارتمانی، درباره سمی نبودن آن تحقیق کنید. گلدان‌هایی که احتمال لمس یا خوردن برگ‌هایشان توسط کودک وجود دارد را در ارتفاع بالا قرار دهید.
۵. پیشگیری از مسمومیت غذایی
غذاها را در یخچال و در دمای مناسب نگهداری کنید. مواد غذایی مانده یا فاسد را مصرف نکنید. همیشه قبل از تهیه و خوردن غذا دست‌ها را بشوید. از مصرف غذاهای مشکوک به آلودگی خودداری کنید.

علائم شایع مسمومیت در کودکان

شناخت نشانه‌های اولیه مسمومیت کمک می‌کند سریع‌تر اقدام کنید و از تشدید خطر جلوگیری شود. مهم‌ترین علائم:
تهوع و استفراغ ناگهانی
بی‌قراری یا خواب‌آلودگی غیرعادی
سرگیجه، سردرد یا ضعف شدید
تغییر در سطح هوشیاری (گیجی، منگی، بی‌حالی)
مشکلات تنفسی مثل تندتنفسی یا سختی در نفس کشیدن
تغییر رنگ پوست یا لب‌ها (پریدگی یا کبودی)
بوی غیرعادی در تنفس یا اطراف کودک
تشنج در موارد شدید



۳. دهان کودک را بررسی کنید، اگر چیزی داخل دهان است، با احتیاط خارج کنید، بدون اینکه کودک را تحریک کنید.
۴. نوع ماده خورده‌شده یا تماس‌گرفته را مشخص کنید، باقی‌مانده‌ی ظرف، بسته‌بندی یا بوی ماده می‌تواند کمک کند.
۵. سریع با مراکز درمانی تماس بگیرید، اورژانس: 115
- مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم:
۶. کودک را به مرکز درمانی ببرید
در صورت امکان ظرف ماده‌ای که مصرف شده همراهتان باشد تا روند درمان سریع‌تر انجام شود.



نتیجه :

با رعایت نکات ساده پیشگیری و ایجاد محیط امن، می‌توان از بسیاری از مسمومیت‌ها در کودکان جلوگیری کرد.



اقدامات فوری

در صورت مشاهده علائم مسمومیت، سریع و آرام عمل کردن بسیار مهم است. اقدامات زیر را انجام دهید:

۱. کودک را وادار به استفراغ نکنید، این کار ممکن است وضعیت او را بدتر کند.
۲. ماده مشکوک را از کودک دور کنید، اگر ماده روی پوست یا لباس ریخته، آن را بشوئید و لباس آلوده را درآورید.

