

A short primer on preventing childhood accidents
Çocukları kazalardan korumaya yönelik kılavuz

Kleine Fibel zur Vermeidung von Kinderunfällen

Маленькая азбука безопасности Вашего ребёнка



Prävention von Kinderunfällen



2



Unfälle sind für Kinder das Gesundheitsrisiko Nummer 1. Jedes Jahr verunglücken nach Schätzungen von Experten ca. 1,6 Millionen Kinder und Jugendliche, davon mehr als ein Viertel zuhause und in der Freizeit. Nach dem ersten Lebensjahr sind Unfälle die häufigste Todesursache bei Kindern. Viele Unfälle sind vermeidbar – wir wollen Ihnen zeigen wie.

Accidents are the No. 1 health risk to children. Experts estimate that about 1.6 million children and adolescents in Germany suffer accidents each year – more than a quarter of them at home or during recreational activities. Accidents are the most frequent cause of death in children over the age of one. Many accidents can be prevented – we want to show you how.

Kazalar, çocuk sağlığı için bir numaralı riziko faktörleridir. Uzmanların tahminlerine göre her yıl yaklaşık 1,6 milyon çocuk ve genç, kazalara kurban gitmekte ve bunların dörtte birinden fazlası da evde ve boş zamanları değerlendirme mekanlarında meydana gelmektedir. Bir yaşını doldurmuş çocuklarda kazalar, en sık rastlanan ölüm nedeni olmaktadır. Oysa kazaların pek çoğu önlenbilir türdendir; işte biz de burada size bunun yollarını göstermek istemekteyiz.

Несчастные случаи стоят на первом месте среди всех рисков, угрожающих здоровью детей. По оценке экспертов, ежегодно получают травмы около 1,6 миллиона детей и подростков; больше четверти несчастных случаев происходят дома или в местах досуга. Начиная со второго года жизни ребёнка самая частая причина детской смертности – несчастные случаи. Многих их них можно избежать, и здесь мы хотим показать, как.

Stürze gehören zu den häufigsten Unfallursachen. Lassen Sie Ihr Kind niemals allein auf dem Wickeltisch und behalten Sie beim Wickeln immer eine Hand am Kind. Sichern Sie Treppen und Balkone mit Gittern, versehen Sie das Gitterbett mit hohem Schutzgitter, stellen Sie die Babywippe nicht auf den Tisch und verzichten Sie auf Lauflernhilfen, denn sie sind häufige Ursache für Stürze.



Falls are among the most frequent causes of accidents. Never leave your child alone on a changing table and always keep one hand on the child when you are changing a diaper/nappy. Secure stairs and balconies with safety gates, ensure that cribs/cots are equipped with high safety rails, do not place rockers or swings on tables or platforms, and avoid using baby-walkers as they are a frequent cause of falls.

4

En sık rastlanan kazalar arasında düşme gelmektedir. Çocuğunuzun altını deęiřtirirken asla onu tek başına masanın üzerinde bırakmayınız ve daima bir elinizle tutunuz. Merdiven ve balkonlara parmaklıklar yaptırınız, parmaklıklılı yatakların parmaklıklarını yüksek tutunuz, ana kucağını masa üzerine koymayınız ve yürümeyi öğreten araçlardan vazgeçiniz, çünkü bunlar düşmelerin en sık rastlanan nedenlerini oluşturmaktadır.



Падения относятся к наиболее распространённым причинам травм. Когда Вы пеленаете ребёнка, никогда не оставляйте его одного на столе и всегда придерживайте его одной рукой. Оградите от ребёнка лестницы и балконы, установите высокую решётку на кроватке, не ставьте люльку с ребёнком на стол и не пользуйтесь ходунками, потому что зачастую именно они являются причиной падений.



5



6



Schon der heiÙe Inhalt einer einzigen Tasse kann bis zu 30% der Haut eines Kleinkindes verbrühen.

Darum: Trinken Sie beim Stillen keine heißen Getränke und stellen Sie alle GefäÙe mit heißen Flüssigkeiten außerhalb der Reichweite Ihres Kindes. Drehen Sie beim Kochen die Stiele von Töpfen und Pfannen nach hinten, nutzen Sie die hinteren Herdplatten und verwenden Sie ein Herdschutzgitter. Vermeiden Sie Tischdecken und herunterhängende Kabel von Wasserkochern, Kaffeemaschinen und Bügeleisen.

The contents of just a single cup of a hot beverage can scald up to 30% of an infant or toddler's skin. Therefore, do not drink hot beverages while nursing and place all containers that hold hot liquids out of your child's reach. When cooking, turn the handles of pots and pans to the back, use the back burners, and use a cooker/stove guard. Avoid using tablecloths and make sure that the leads/cords of electric kettles, coffee machines and irons do not hang down.



Tek bir fincanın içindeki sıcak sıvı bile küçük bir çocuğun derisinin % 30'unun haşlanmasına neden olabilir.

İşte bu nedenle bebeğinizi emzirirken sıcak bir şeyler içmeyiniz ve içtiğiniz sıcak sıvı dolu bardak, fincan ve kapları, çocuğunuzun erişemeyeceği yerlere koyunuz. Yemek pişirirken tencere ve tavaların sap ve kulplarını arkaya çeviriniz ve ocağın arka gözlerini tercih ederek, ayrıca koruyucu ocak kafesi kullanınız. Masa örtüsü kullanmayınız ve su kaynatıcıların, kahve makinelerinin ve ütülerin kablolarının aşağı sarkmasını önleyiniz.

Горячего содержимого одной-единственной чашки достаточно, чтобы обварить до 30% кожи младенца! Поэтому при кормлении грудью не пейте горячих напитков, ставьте посуду с горячей жидкостью так, чтобы Ваш ребёнок не смог до неё дотянуться. При приготовлении пищи поворачивайте кастрюли и сковороды ручками назад, пользуйтесь задними конфорками и защитными решётками для плиты. Откажитесь от скатертей и следите за тем, чтобы не свешивались провода электрических чайников, кофеварок и утюгов.



In den ersten Lebensmonaten verzichten Sie wegen der Ersticken-
gefahr besser auf ein Kopfkissen im Kinderbett.

Ein Schlafsack ist sicherer als eine Decke, denn er kann nicht über den
Kopf rutschen. Halten Sie kleine Gegenstände wie Knöpfe, Murmeln,
Nüsse, Münzen von Ihrem Kind fern, denn es kann sich daran verschlu-
cken. Plastiktüten können über den Kopf gezogen werden und
bergen daher eine erhebliche Gefahr.



For the first few months of your child's life, it is better to avoid pla-
cing a pillow in your child's bed because of the danger of suffocation.
A baby sleeping bag/blanket sleeper is safer than a blanket because it
cannot slip up over a child's head. Keep small objects such as buttons,
marbles, nuts and coins away from your child because they
are a choking hazard. Plastic bags can be pulled over
a child's head and therefore pose a significant danger.



8

Bebeğinizin ilk aylarında boğulma tehlikesi nedeniyle yatağına yastık
koymamayı tercih ediniz.

Battaniye ya da yorgan yerine uyku tulumu daha emniyetlidir, çünkü
çocuğun başının üzerine kayma tehlikesi yoktur. Düğme, bilya, fındık,
madeni para, jeton gibi nesne ve yiyecekleri çocuğunuzdan uzak
tutunuz, çünkü bunları yutma tehlikesi mevcuttur.

Plastik torbaları da başına geçirebileceğinden bunlar önemli oranda
tehlike oluştururlar.



В первые месяцы жизни ребёнка лучше не класть подушку в
детскую кроватку, ребёнок может задохнуться.

Спальный мешок безопаснее, чем одеяло, он не может
сдвинуться на головку. Уберите подальше от ребёнка все мелкие
предметы, такие как пуговицы, шарики, орехи и монеты, чтобы
он не мог их проглотить или подавиться ими. Полиэтиленовые
пакеты очень опасны: ребёнок может натянуть их на голову!



9





Lassen Sie Ihr Kind niemals unbeaufsichtigt in der Badewanne, im Planschbecken oder an Gewässern.

Wenn Kinder im Alter von 0 bis 4 Jahren ins Wasser fallen und untertauchen, können sie sich nicht eigenständig helfen. Regentonnen und eventuelle Gewässer im Garten müssen daher durch Abdeckungen oder Schutzgeländer gesichert werden.



Never leave a child unattended in a bathtub, wading pool or any other body of water.

If children under the age of four fall into the water and become submerged below the surface, they cannot save themselves.

Rain barrels and any bodies of water present in yards and gardens must therefore be secured with covers or safety railings.



Çocuğunuzu küvette, oyun havuzunda veya gölet ve göllerde asla gözetimsiz bırakmayınız.

0-4 yaş arası çocuklar, suya düşmeleri ve dibe batmaları halinde, kendiliklerinden su yüzüne çıkamazlar. Bu nedenle bahçedeki yağmur suyu bidonları ya da muhtemel göletlerin kapaklarıyla ya da koruyucu kafeslerle emniyet altına alınmaları gerekir.

Никогда не оставляйте ребёнка без присмотра в ванне, в детском бассейне или поблизости от воды. Если дети в возрасте до четырёх лет падают и погружаются под воду, они не могут сами выплыть. Поэтому бочки с дождевой водой и любые водоёмы в саду необходимо накрывать или ограждать.

Kleinkinder wollen ihre Umwelt erforschen. Dafür nehmen sie alle möglichen Gegenstände in den Mund und wollen alles probieren. Dadurch ist ihr Risiko sich zu vergiften besonders hoch. Medikamente, Haushaltsreiniger, Pflanzenschutzmittel, Lampenöle, Alkohol und Rauchwaren gehören darum unbedingt außerhalb der Reichweite von Kindern (verschlossen oder höher als 160 cm).



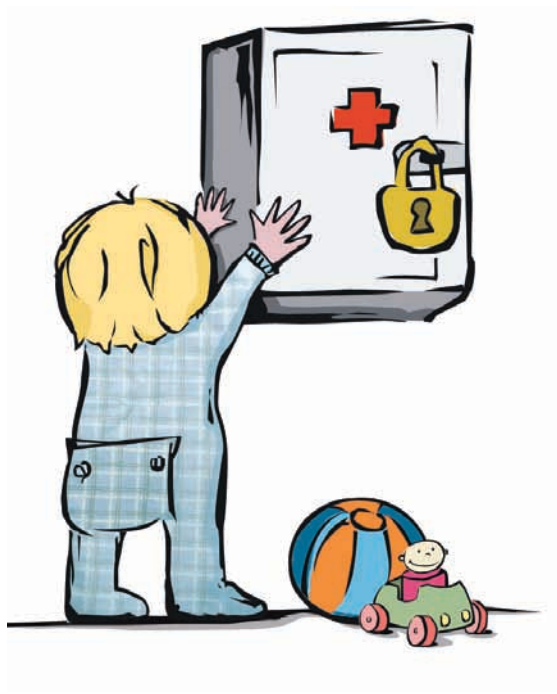
Infants and toddlers naturally want to explore their surroundings. To do so, they put every possible object into their mouths and want to try everything. This means that they face an especially high risk of poisoning. Medicines/medication, household cleaning products, pesticides, lamp oils, alcohol and tobacco products must be kept completely out of reach of children (in locked containers or at heights of more than 160 cm, or about five feet).

12

Küçük çocuklar çevrelerini incelemeye meraklıdır. Bu nedenle her şeyi ağızlarına alırlar ve böylece denemek isterler. Oysa bu yolla zehirlenme tehlikesi özellikle fazladır. Bu nedenle ilaçlar, temizlik maddeleri, bitki koruyucu ilaçlar, lamba yağları, alkol ve tütün ürünleri, çocuklardan mutlaka uzak tutulmalıdır (ağızları kapalı olarak veya en az 160 cm yükseklikte bir yerde).



Маленькие дети стремятся изучить окружающий их мир. Они хотят всё попробовать и тянут в рот всевозможные предметы. Это ведёт к повышенному риску отравления. Поэтому медикаменты, чистящие и моющие средства,дохимикаты для защиты растений, масла для ламп, спиртные напитки и табачные изделия нужно хранить в недоступном для детей месте (под замком или на высоте более 160 см).



13



Sicherheits-Checkliste ✓

- Treppen und Balkone mit Gittern gesichert
- Auf Lauflernhilfen und Türhopser verzichtet
- Herd mit Schutzgitter gesichert
- Plastiksäcke u. -taschen für Kinder unzugänglich aufbewahrt
- Regentonnen, Gewässer kindersicher abgedeckt
- Medikamente u. Haushaltschemikalien kindersicher aufbewahrt
- Alkohol, Rauchwaren, Streichhölzer u. Feuerzeuge sicher verwahrt
- Regale und Schränke gegen Umstürzen gesichert
- Eckschutz an scharfen Kanten und Ecken
- Alle Steckdosen mit Kindersicherung versehen
- Scharfe Gegenstände nach Gebrauch immer weggeräumt
- Rauchmelder vorhanden



14

Güvenlik kontrol listesi ✓

- Merdiven ve balkonlar parmaklıklarla emniyete alınmıştır
- Yürümeyi öğreten araçlar ve zıp zıp salıncak kullanılmamaktadır
- Ocağın etrafına koruyucu kafes yapılmıştır
- Plastik çuval ve torbalar, çocukların ulaşamayacağı bir yerde saklanmaktadır
- Yağmur suyu bidonları ile göletlerin üzeri kapalıdır
- İlaçlar ve kimyasal ev malzemeleri, çocuklar için tehlike yaratmamacak şekilde saklanmaktadır
- Alkol, tütün ürünleri, kibrit ve çakmaklar, sağlama alınmıştır
- Raf ve dolaplar, devrilmeye karşı sağlama alınmıştır
- Sivri kenar ve köşelere koruyucu malzeme takılıdır
- Tüm prizlerde çocuklara karşı koruma mevcuttur
- Sivri cisimler, kullanıldıktan hemen sonra ortadan kaldırılmaktadır
- Duman alarm tertibatı mevcuttur



Safety Checklist ✓

- Stairs and balconies secured with safety gates
- Avoid baby-walkers and doorway jumpers/bouncers
- Cooker/stove secured with a cooker/stove guard
- Plastic bags kept in a place inaccessible to children
- Childproof coverings on rain barrels and bodies of water
- Medicine/medications and household chemicals must be stored in childproof locations
- Alcohol, tobacco products, matches and lighters are securely put away
- Shelves and cabinets are secured against overturning
- Padding on sharp edges and corners
- All electrical outlets are equipped with safety plugs or covers
- Sharp objects are always put away safely after use
- Smoke detectors are present and fully functional



Проверьте принятые Вами меры предосторожности на основе следующего списка: ✓

- лестницы и балконы ограждены решётками
- ходунки, дверные качели и прыгунки не используются
- плита защищена решеткой
- полиэтиленовые пакеты и сумки хранятся в недоступном для детей месте
- бочки с дождевой водой, водоёмы и пр. накрыты и безопасны для детей
- медикаменты и средства бытовой химии хранятся в недоступном для детей месте
- спиртные напитки, табачные изделия, спички и зажигалки надёжно спрятаны от детей
- полки и шкафы надёжно закреплены и не могут опрокинуться
- острые кромки и углы защищены вставками или прокладками
- все розетки снабжены защитой от детей
- острые предметы всегда убираются сразу после их использования
- установлены дымовые датчики



Und wenn doch mal was passiert, finden Sie hier Hilfe:

And in case something should still happen, you can find help here:

Ama tüm bunlara rağmen kaza meydana gelirse, o takdirde şuradan yardım alabilirsiniz:

Если несмотря на все меры предосторожности что-нибудь случится, за помощью обращаться:

NOTRUF: 112 *

* Halten Sie unbedingt folgende Informationen bereit:
WER ruft an, WO ist es passiert, WAS ist passiert,
und das Alter des Kindes

* Be sure to have the following information ready:
WHO is calling, WHERE it happened, WHAT happened and the child's age.

* Mutlaka şu bilgileri hazır bulundurunuz:
Arayan KİM,
olay NEREDE oldu,
NE oldu, çocuğun yaşı.“

* Будьте готовы сообщить следующую информацию:
КТО звонит, ГДЕ это случилось, ЧТО случилось, возраст ребёнка



Giftnotruf für Bremen, Hamburg, Niedersachsen und Schleswig-Holstein.
Kostenlose ärztliche Beratung bei Vergiftungen. 24 Stunden täglich.

Giftinformationszentrum Nord: 0551/192 40 *



HERAUSGEBER UND FÜR DEN INHALT VERANTWORTLICH:

Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG)
Repsoldstraße 4 · 20097 Hamburg · www.hag-gesundheit.de

In Kooperation mit:

Behörde für Soziales, Familie, Gesundheit und Verbraucherschutz (BSG)
Billstraße 80 · 20539 Hamburg · www.gesundheitsfoerderung.hamburg.de

Bestelladresse:

BSG Telefax 040-428 37-2116

HAG Telefax 040-632 58 48

Email: buer0@hag-gesundheit.de



Unterstützt von:

Unfallkasse Nord
Schleswig-Holstein · Hamburg

Gestaltung: www.sperhake-design.de · Druck: Drucktechnik Hamburg
Auflagenhöhe 60.000/2009