

ছে টি মাপরে বাতাসে ফে লানো ৷ ও বহনীয় পুল জন্য যগেলতি ৩০ সমে-এর কম পানি ধরে (গড়পড়তা মাপরে সকলে অনুসারে)

- পুলটি সবসময় খালি করুন যখন এটি ব্যবহার করছেননা। আপনি ইচ্ছা করলে ব্যবহার করা পানি পূরণায় বাগান ও বাড়ির অন্যান্য স্থানে ব্যবহার করতে পারেন। পুলে ছেড়ে আসা ব্যবহৃত পানি শুধুমাত্র যে ডুবে যাওয়ার ঝুঁকি তৈরি করে তাই নয়, পানি অপরিষ্কার হয়ে তা অসুস্থ হওয়ার কারণ হতে পারে।
- ব্যবহার ব্যতীত ছোট ছেলেমেয়েদের থেকে দূরে পুলটি সবসময় তুলে রাখুন। সোজাভাবে পুলটি রেখে দিলে তা বৃষ্টি অথবা ধারেকাছের পানি ছিটানোর যন্ত্র (স্প্রিংকলার) থেকে আসা সামান্য পানি জমে থাকা থেকে রক্ষা করে।



সর্বদা মনে রাখবেন:

- পানির ভিতর এবং আশেপাশে থাকাকালে বাচ্চাদের সর্বদা হাতের কাছে, নজরে রাখবেন।
- বড় ভাই-বোনের সক্ষমতার উপরে আপনি যতই আস্থাশীল হোননা কেন ছোট বাচ্চাদের দেখাশোনার ব্যাপারে তাদের উপর নির্ভর করা উচিত নয়। বাচ্চারা এধরণের দায়িত্ব পালনে সক্ষম নয়।
- ইনফ্যান্ট গ্যান্ড চাইল্ড কার্ডিও-পালমোনারি রিসাসসিয়েশন(সি পি আর) সম্বন্ধে শিক্ষা গ্রহণ করুন।
- আপনার বাচ্চাদের পানির সাথে পরিচিত করে তুলুন এবং তাদের সাঁতার শেখান, কিন্তু কখনোই ধারণা করবেননা যে তারা ডুবে যাবেনা।

পানিতে ডুবে যেতে বাচ্চাদের মাত্র কয়েক সেকেন্ড লাগতে পারে।

kids health
the children's hospital at Westmead
Child Health Promotion Unit

দোভাশীর প্রয়োজন হলে অনুগ্রহসূর্বক দি ডাকলেটিং এন্ড ইন্টারপ্রিটিং সার্ভিস (টি আই এস), 131 450 নম্বরে ফোন করুন।
আরো তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে ফোন করুন দি চিল্ড্রেনস হসপিটাল এন্ড ওয়েস্টমিড-এর কিডস হেলথ-এ, (02) 9845 3585 অথবা দেখুন: kidshealth.schn.health.nsw.gov.au/projects/drowning-prevention/inflatable-and-portable-pools



শিশুরা নিঃশব্দে ডুবে যেতে পারে

Bangla

এমনকি ছে টি অথবা বড় কে ন বহনীয় পুলে কয়েক সেকেন্ডের মধ্যই শিশুরা ডুবে যেতে পারে!



kids health
the children's hospital at Westmead
Child Health Promotion Unit

ctcper
the children's hospital at Westmead
The Centre for Trauma Care, Prevention,
Education and Research



the children's hospital at Westmead

শিশুরা নিঃশব্দে ডুবে যেতে পারে

পানিতে ডোবা পাঁচ বছরের কম বয়সী শিশুদের মৃত্যুর
প্রধান একটি কারণ

স্পষ্টতঃ পুল একটি ঝুঁকি কিন্তু শিশুরা বাথটাব, জলাধার, নদী, খাঁড়ি, বাগানের জলাধার এমনকি ন্যাপিরি বালতিতেও ডুবে যেতে পারে। একবার কোন ছোট শিশুর মুখ পানির নীচে যদি চলে যায়, শিশুটি “নিজেকে আর উপরে তুলতে পারেনা যেহেতু তাদের শরীরের তুলনায় মাথার ওজন বেশি। বেশিরভাগ বাবা-মা এবং যত্নকারকদের বিশ্বাস যদি কখনো তাদের শিশু ডুবে থাকে, তাহলে তারা তা শুনতে পারবেন। এটা আসলে সত্য নয়, যেহেতু পানি বায়ুপথে যেকোন শব্দ শোনার ক্ষেত্রে বিলম্ব সৃষ্টি করতে পারে। ডুবে যাওয়া খুব দ্রুত এবং নিঃশব্দে ঘটে যাওয়া একটি ঘটনা।

- বাড়ির পেছনের সুইমিং পুলে শিশুদের ডুবে মৃত্যুর সব ঘটনার চারভাগের একভাগ ঘটে বাতাসে ফোলানো অথবা বহনীয় পুলে।
- ডুবে যাওয়ার মত কাছাকাছি অসংখ্য ঘটনা ঘটে, এগুলির মধ্যে কোন কোনটিতে সারাজীবনের জন্য শিশুর মস্তিষ্কের ক্ষতি হয়ে থাকে।

বাতাসে ফোলানো এবং বহনীয় পুল অসংখ্য পরিবারের একটি জনপ্রিয় পছন্দ। কিন্তু, এগুলির বিপদ সম্বন্ধে পুল মালিক/ব্যবহারকারীর সচেতন হওয়া উচিত।

বলা হয়ে থাকে, বাতাসে ফোলানো এবং বহনীয় পুল শিশুদের জন্য বেষ্টিত পুলের থেকে বেশিমাত্ৰায় ঝুঁকিপূর্ণ। এর কারণ এই পুলগুলি যে বেড়া দিয়ে ঘিরে রাখা দরকার সে সম্বন্ধে অনেক সতর্ক নয় এবং কেউ কেউ ব্যবহারের পর সেগুলিকে তাদের আয়তনের কারণে খালি করতে পারেনা। একারণে, শিশুদের পুলের পানিতে যাওয়ার সহজ সুযোগ থাকে, এবং তাদের তাতে ডুবে যাওয়ার খুব বড় ধরনের ঝুঁকি থাকে।

ফোলানো ও বহনীয় পুল বিপদজনক!

এমন এমন সময় আসবে যখন বাবা-মা এবং যত্নকারকরা প্রতি মুহূর্তে সক্রিয়ভাবে শিশুদের দেখাশোনা করতে পারবেনা। শিশুদের বড় একটা অংশ বাড়ির পিছনের সুইমিং পুলে তাদের বাবা-মা এবং দেখাশোনারকারীর অজান্তে ডুবে যায়।

পানিতে ডুবে যাওয়ার বিরুদ্ধে সবচেয়ে ভালো প্রতিরোধ হল পানির আশেপাশে বাচ্চাদের দেখে রাখা। যাইহোক, বাবা-মা এবং দেখাশোনারকারীর পক্ষে প্রতিদিনের কাজ যেমন, ধোঁয়া কাপড় মেলে দেয়া অথবা টেলিফোনের জবাব দেয়ার কারণে অন্যমনস্ক হয়ে যাওয়া সহজ।

একারণে পুলের পানিতে বাচ্চাদের যত্নসহকারে বন্ধ করার জন্য গুরুত্বপূর্ণ দ্বিতীয় স্তরের নিরাপত্তা হতে পারে বেষ্টিত পুল দিয়ে পুল ঘিরে রাখা। আপনার পুলের বেষ্টিত নিরাপদ এবং নিয়মমত হয়েছে কিনা তা নিশ্চিত হওয়ার উপায় খুঁজে পেতে অনুগ্রহপূর্বক কিডস হেলথ ওয়েবসাইটে সহজপ্রাপ্য প্রোটেক্ট ইয়োর পুল, প্রটেক্ট ইয়োর কিডস চেকলিস্ট দেখুন। এই চেকলিস্টটি বেশ কয়েকটি কমিউনিটির ভাষাতে পাওয়া যাচ্ছে।

বড় বাতাসে ফোলানো ও বহনীয় পুলের জন্য, যা কিনা ৩০
সেমি এর বেশি পানি ধারণ করতে পারে (গড়পড়তা মাপের
স্কেল অনুসারে)

- বড় মাপের বাতাসে ফোলানো ও বহনীয় পুল শুধু তখনই ব্যবহার করুন যদি সেগুলি বেড়া দিয়ে ঘিরে রাখা সম্ভব হয়।
- যে সকল পুল ৩০সেমি (গড়পড়তা মাপের স্কেল অনুসারে) এর বেশি পানি দিয়ে পূর্ণ করা যাবে সেই সকল পুলের চারদিকে বেষ্টিত না থাকলে জরিমানা হবে

