

उन छोटे इनफ्लैटेबल (हवा से भरे) तथा पोर्टेबल पूल्स के लिए जिन्हें 30 सेमी (औसतन रूलर के आकार) से कम पानी से भरा जा सकता है:

- प्रयोग में न होने पर पूल को हमेशा खाली रखें। आप बाग या घर के आसपास के अन्य क्षेत्रों में प्रयोग के लिए पानी को पुनःचक्रित करना पसंद कर सकते/सकती हैं। पूल में पानी को ऐसे ही छोड़ देने से न केवल डूबने का खतरा होता है बल्कि इससे यह पानी गंदा होकर बीमारियाँ भी फैलाता है।
- प्रयोग में न होने पर पूल को बच्चों से हमेशा दूर संभाल कर रखें। पूल को सीधे खड़े रखने से वर्षा या नजदीकी फव्वारों से आने वाले पानी के धीरे-धीरे इसमें जमा होने की स्थिति को रोका जाएगा।



निम्नलिखित हमेशा याद रखें:

- जब भी बच्चे पानी के आस-पास हों, तो उनकी निगरानी हमेशा अपने हाथ की पहुँच तक की दूरी से करें।
- छोटे बच्चों की निगरानी करने के लिए उनके बड़े भाई-बहनों पर निर्भर नहीं रहना चाहिए, चाहे छोटे बच्चे/बच्ची पर नज़र रखने की उनकी क्षमता को लेकर आप कितने ही आश्वस्त क्यों न हों। बच्चे ऐसी जिम्मेदारी के लिए सक्षम नहीं होते हैं।
- शिशु व बाल कार्डियो-पल्मोनरी रिससिटेशन (Cardio-pulmonary Resuscitation - CPR) सीखें।
- अपने बच्चों को पानी से परिचित कराएं और उन्हें तैरना सिखाएं, परंतु कभी भी यह न समझें कि उनके डूबने की संभावना नहीं होती है।

बच्चों की बिना किसी आवाज के भी डूब कर मृत्यु हो सकती है!

Hindi

छोटे या बड़े पोर्टेबल पूल्स में भी बस कुछ ही सेकेंडों में बच्चे डूब सकते हैं!



किसी भी बच्चे/बच्ची के डूबने में केवल चंद सेकेंड ही लगते हैं

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

यदि किसी सेवा से संपर्क करने के लिए आपको किसी दुभाषिए की आवश्यकता है, तो कृपया अनुवाद एवं दुभाषिया सेवा (Translating and Interpreting Service - TIS) को 131 450 पर फोन करें और अधिक जानकारी के लिए कृपया Westmead पर स्थित दि चिल्ड्रन्स हॉस्पिटल (बच्चों के अस्पताल) के Kids Health विभाग को (02) 9845 3583 पर फोन करें या वेबसाइट <http://kidshealth.schn.health.nsw.gov.au/projects/drowning-prevention/inflatable-and-portable-pools> देखें



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

बच्चों की बिना किसी आवाज के भी डूब कर मृत्यु हो सकती है!

पांच वर्ष से कम आयु वाले बच्चों में डूब कर मरना मृत्यु का एक प्रमुख कारण है।

पूल्स स्पष्ट तौर पर खतरे वाले स्थान होते हैं परंतु बच्चों की नहाने के टबों, बांधों, नदियों, क्रीक्स (खाडियों), उद्यानों में मौजूद तालाबों और यहाँ तक कि नैपी की बाल्टियों में भी डूब कर मृत्यु हो सकती है। एक बार जब छोटे बच्चे/बच्ची का मुँह पानी के अंदर होता है, तो बच्चे स्वयं को ऊपर उठाने में असक्षम हो जाते हैं क्योंकि उनका सिर उनके शरीर से भारी होता है। अधिकांश माता-पिता व देखरेख-कर्ता ऐसा मानते हैं कि यदि उनका बच्चा डूब रहा होगा तो उन्हें उसकी आवाज़ सुनाई पड़ेगी। पर यह सच नहीं है क्योंकि साँस की नली में मौजूद पानी आवाज़ को बाहर आने से रोक सकता है। डूबने की प्रक्रिया बहुत शीघ्र व शांत होती है।

- घर के पिछवाड़े के स्वीमिंग पूल्स में डूब कर होने वाली मृत्यु की सभी घटनाओं में से एक-चौथाई से अधिक घटनाएं इनफ्लैटेबल (हवा से भरे) या पोर्टेबल पूल्स में घटित होती हैं।
- डूबने से बाल-बाल बचने की ऐसी और भी बहुत सी घटनाएं होती हैं, जिनमें से कुछ घटनाओं के फलस्वरूप बच्चे/बच्ची का मस्तिष्क आजीवन क्षतिग्रस्त हो जाता है।

इनफ्लैटेबल (हवा से भरे) और पोर्टेबल पूल्स बहुत से परिवारों के लिए एक लोकप्रिय विकल्प होते हैं। परंतु इनसे संबंधित ऐसे खतरे होते हैं जिनके बारे में सभी पूल मालिकों को पता होना चाहिए।

ऐसा माना जाता है कि फेन्स (बाड़) के साथ बने पूल्स की तुलना में इनफ्लैटेबल (हवा से भरे) और पोर्टेबल पूल्स बच्चों के लिए अधिक खतरा पैदा करते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि कई लोगों को इस बात की जानकारी नहीं होती है कि इन पूल्स में भी फेन्स (बाड़) की आवश्यकता हो सकती है और इनमें से कई पूल्स प्रयोग के बाद अपने आकार के कारण खाली किए जाने के योग्य नहीं होते हैं। इस कारणवश बच्चों को पूल के पानी तक आसानी से पहुँच प्राप्त होती है, जिसके फलस्वरूप उनके डूबने का खतरा और अधिक बढ़ जाता है।

इनफ्लैटेबल तथा पोर्टेबल पूल्स खतरनाक होते हैं!

कई समयावधियां ऐसी होंगी जिनके दौरान माता-पिता और देखरेख-कर्ता दिन में हर समय छोटे बच्चों की सक्रियता से निगरानी करने में असक्षम होंगे। घर के पिछवाड़े में स्वीमिंग पूल्स में बच्चों के डूबने की घटनाओं में से अधिकांश घटनाएं ऐसी होती हैं जिनके बारे में माता-पिता या देखरेख-कर्ता को पता भी नहीं चलता है।

पानी के आस-पास बच्चों की निगरानी करना बच्चों के डूबने से बचाव करने का सबसे बढ़िया तरीका है। पर माता-पिता व देखरेख-कर्ताओं का ध्यान रोजमर्रा के कार्यों जैसे कि धुले कपड़ों को तार पर सूखने डालने या टेलीफोन की घंटी बजने पर उसे उठाने जाने के कारण आसानी से भंग हो सकता है।

इस कारणवश पूल के इर्द-गिर्द फेन्स (बाड़) लगाना बच्चों को पूल के पानी तक पहुँच प्राप्त करने से रोकने के लिए सुरक्षा की एक बहुत ही महत्वपूर्ण दूसरी परत साबित हो सकता है। इस बारे में सुझावों के लिए कि यह किस प्रकार सुनिश्चित करना चाहिए कि आपकी पूल फेन्स (बाड़) सुरक्षित है और कानून का पालन करती है, कृपया Kids Health वेबसाइट पर उपलब्ध Protect Your Pool, Protect Your Kids सुरक्षित (जाँच-सूची) का संदर्भ करें। यह चेकलिस्ट (जाँच-सूची) कई सामुदायिक भाषाओं में उपलब्ध है।

उन बड़े इनफ्लैटेबल (हवा से भरे) तथा पोर्टेबल पूल्स के लिए जिन्हें 30 सेमी (औसतन रूलर के आकार) से अधिक पानी से भरा जा सकता है

- बड़े इनफ्लैटेबल (हवा से भरे) या पोर्टेबल पूल्स का प्रयोग केवल तभी करें यदि वे फेन्स (बाड़) लगाए जाने के योग्य हों।
- यदि आप किसी ऐसे पूल के चारों ओर फेन्स (बाड़) नहीं लगाते/लगाती हैं जिसे 30 सेमी (औसतन रूलर के आकार) से अधिक पानी से भरा जा सकता हो, तो जुर्माने लागू होते हैं।

