

เตือนพ่อแม่ระวังภัย Top 5 ทำร้ายสมองลูก!

โดย ASTVผู้จัดการออนไลน์ 15 กรกฎาคม 2553 12:10 น.



ได้ชื่อว่า "เด็ก" ถือเป็นมนุษย์ตัวเล็กที่อยู่ไม่นิ่ง ชอบเรียนรู้ตลอดเวลา ไม่ว่าจะปีนป่าย ริ่ง หรือกระโดด ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นธรรมชาติของเด็กทั้งสิ้น แต่การเล่นของเด็กนั้น นอกจากจะให้ความสนุก ผ่อนคลาย และส่งเสริมพัฒนาการในหลายๆ ด้านแล้ว ยังก่อให้เกิดการบาดเจ็บได้ง่ายอีกด้วย เนื่องจากการทำงานของกล้ามเนื้อเล็ก มัดใหญ่ ตลอดจนการประสานงานของเด็กยังไม่สมบูรณ์

ดังนั้น การเลี้ยงลูกให้ปลอดภัย เป็นสิ่งที่จำเป็นและทำได้ไม่ยาก วันนี้ทีมงาน **Life and Family** มีคำแนะนำดีๆ จาก "รศ.นพ.อดิศักดิ์ ผลิตผลการพิมพ์" หัวหน้าศูนย์วิจัยเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บในเด็ก ภาควิชากุมารเวชศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มาฝากเป็นแนวทางเพื่อรับมือกับภัยใกล้ตัวลูกกัน

1. ระวัง! การเขย่าตัวเด็ก

การจับลูกทารกมาเขย่าอย่างแรง โดยเฉพาะพ่อแม่ หรือผู้ดูแลที่มีอารมณ์โกรธ หรือหงุดหงิดกับการร้องไห้ของลูก และต้องเขย่าเพื่อให้เด็กเงียบ การกระทำโดยรู้ไม่เท่าทันนี้ หากไม่รู้ไม่ว่า อาจส่งผลให้เกิดเลือดออกในสมอง และประสาทตาของเด็ก ทำให้เด็กพิการทางสมอง ตาบอด หรือ เสียชีวิตได้ ดังนั้น ห้ามจับทารกเขย่า! เป็นอันตราย

2. ระวัง! จมน้ำ

การจมน้ำเป็นอุบัติเหตุอันตรายที่ทำให้เด็กพิการ หรือเสียชีวิตสูงเป็นอันดับหนึ่ง และมักเกิดขึ้นกับเด็กที่เริ่มเคลื่อนตัวได้ ซึ่งมักเกิดเหตุในแหล่งน้ำใกล้บ้าน หรือสระว่ายน้ำที่เด็กๆ ไปเล่น ใดๆ ก็ดี การจมน้ำของเด็กยังเกิดขึ้นขณะที่ลูกอยู่ในความดูแลของพ่อแม่เองที่เผลอเรือ หรือเผลอหลับไปเพียงครู่เดียว ทั้งในอ่างอาบน้ำ กะละมัง ถังน้ำ หรือแหล่งน้ำที่อยู่ติดกับบ้าน

ดังนั้น คุณพ่อคุณแม่ควรแยกเด็กออกจากแหล่งน้ำ และเตรียมพื้นที่เล่นที่ปลอดภัยให้ลูก และเมื่อลูกอายุ 2 ขวบขึ้นไป ควรเริ่มให้ลูกหัดว่ายน้ำ และสอนทักษะการช่วยเหลือตัวเอง ที่สำคัญ พ่อแม่ หรือผู้ดูแลยังคงต้องดูแลใกล้ชิดไม่คลาดสายตาเวลาเมื่อเด็กอยู่ใกล้แหล่งน้ำ ไม่ว่าจะในบ้าน หรือนอกบ้าน

3. ระวัง! สิ่งอุดตันทางเดินหายใจ

เด็กทารกอายุ 3-6 เดือนขึ้นไป จะเรียนรู้ สิ่งแวดล้อมด้วยการเอาทุกสิ่งที่น่าสนใจเข้าปาก ส่วน เด็กวัยเตาะแตะที่ฟันเริ่มขึ้น และเคลื่อนไหวอยู่ไม่นิ่ง มักจะถือของไว้ในมือ พร้อมกับกินไปพलग ชุกชน ไปพलग ซึ่งอาจทำให้อาหาร หรือสิ่งแปลกปลอม สำลั้กอุดตันทางเดินหายใจ ส่งผลให้สมองพิการ หรือเสียชีวิตได้เพียงแค่ 4 นาทีเท่านั้น ดังนั้นอย่าให้ เด็กอยู่กับสิ่งของชิ้นเล็กเพียงลำพัง เช่น ของใช้ ของเล่น หรือของกินบางอย่าง อาทิ ผลไม้ที่เป็นลูกๆ อย่าง ลำไย น้อยหน่า ลิ้นจี่ เป็นต้น



4. ระวัง! ลูกพลัดตกจากที่สูง

เด็กทารกแม้ยังเดินไม่ได้ แต่ก็สามารถพลิกหงาย และถีบตัวเองขึ้นได้ การวางลูก น้อยวัยแรกเกิดไว้บนเตียง โซฟา โต๊ะ หรือแม่เพียงชั่วขณะเพื่อไปทำธุระ อาจเป็นเหตุ ให้ลูกพลัดตกได้ ดังนั้นไม่ควรปล่อยให้เด็กอยู่คนเดียวบนที่สูง หากไม่มีที่กั้น อย่างน้อย มือหนึ่งของคุณแม่ต้องวางอยู่บนตัวเด็กเสมอ

ส่วนเด็กวัยเตาะแตะ มักได้รับบาดเจ็บในบ้านจากการพลัดตกหกล้ม และตกจากที่ สูง เช่น บันได ฉะนั้นการจัดบ้านให้ปลอดภัยจึงสำคัญมาก บันไดควรติดตั้งประตูกัน ตั้งแต่ลูกเริ่มคลานได้แล้ว และต้องทำทั้ง 2 บาน คือ กันทางขึ้น และทางลง นอกจากนี้ต้องมิกลอนล๊อคไว้เสมอ และล๊อคทุกครั้งหลังจากที่เปิดเรียบร้อยแล้ว ที่ สำคัญต้องทำให้เปิดเข้าหาตัวได้เท่านั้น เพื่อกันไม่ให้เด็กผลัก หรือไถลตกลงไป

5. ระวัง! เฟอร์นิเจอร์...อันตราย

เมื่อลูกเข้าสู่วัยเตาะแตะ จะเป็นเด็กช่างสำรวจ และชอบปีนป่ายชุกชน จุดต่างๆ ใน บ้าน หรือแม้แต่เฟอร์นิเจอร์ที่เคยดูปกติดี ก็อาจกลายเป็นจุดอันตรายสำหรับลูกได้ ดังนั้น การจัดบ้าน ควรเลือกโต๊ะที่เป็นรูปทรงกลม หรือรูปไข่ ไม่มีกระจก เพื่อจะได้ไม่มี ขอบหรือมุมแหลมคมที่ลูกอาจเดินหรือวิ่งเข้ามาชน ควรซื้ออุปกรณ์กันกระแทกมุมขอบ โต๊ะใส่ทั้ง 4 มุม ตู้เก็บของ หรือชั้นวางของทั้งที่มีหรือไม่มีลิ้นชักต้องแข็งแรง วางบนพื้น ราบ มีอุปกรณ์ยึดติดกับกำแพงที่มั่นคง ไม่ล้มง่ายเมื่อเด็กเข็น ดัน โหน หรือปีนป่าย เพราะไม่เช่นนั้น เด็กอาจถูกเฟอร์นิเจอร์เหล่านั้นล้มทับจนเป็นอันตรายต่อศีรษะและ สมองได้ ดังนั้นพ่อแม่ หรือผู้ดูแลต้องให้เด็กวัยดังกล่าวอยู่ในสายตา และอยู่ในระยะที่จะ เข้าถึงตัวลูกอย่างทันท่วงที่ได้ตลอดเวลาด้วย

เห็นได้ว่า "อุบัติเหตุ" กับ "เด็ก" เป็นสิ่งที่แยกออกจากกันไม่ได้ โดยเฉพาะเด็กเล็ก ดังนั้น

**การรู้เท่าทัน และจัดสภาพแวดล้อมในบ้านให้ปลอดภัยเป็นสิ่งที่พ่อแม่ทุกบ้านควรทำ เพราะการ
เลี้ยงลูกให้ปลอดภัย ความรักอย่างเดียวคงไม่เพียงพอ**