

الحفاظ على سلامة الأطفال عند قيادة الدراجات الرباعية

سيزودك هذا الدليل بمعلومات حول القيادة الآمنة للدراجات الرباعية.



ما هي الدراجات الرباعية؟

الدراجات الرباعية هي مركبات بأربع عجلات، تعمل بمحرك، وتُستخدم للمغامرات على الطرق الوعرة.

ما أهمية اتباع قواعد السلامة عند قيادة الدراجات الرباعية؟

إن قيادة الدراجات الرباعية ممتعة، ولكنها قد تشكل خطرًا على الأطفال عند عدم الالتزام بقواعد السلامة.

لماذا يُخشى على الأطفال من ركوب الدراجات الرباعية؟

الأطفال أكثر عرضةً للتعرض للإصابات، للأسباب التالية:

- لأن قوتهم الجسدية وقدرتهم على تنسيق حركاتهم محدودتان
- لأنهم لا يمتلكون الخبرة الكافية للتحكم بالدراجات الرباعية
- لأنهم قد لا يستخدمون معدات السلامة

ما هي الإصابات الشائعة الناتجة عن قيادة الدراجات الرباعية؟

- إصابات الرأس (حتى عند ارتداء الخوذة)
- تكسر العظام وخلع المفاصل
- إصابات في البطن والصدر
- الجروح والخدوش والحروق

من هم الأكثر عرضة لخطر الإصابة؟

- الأطفال تحت سن 16 عامًا الذين يقودون دراجات رباعية كبيرة مخصصة للبالغين
- الأشخاص الذين لا يرتدون الخوذ أو معدات الحماية
- الأشخاص الذين يشتركون في ركوب دراجة رباعية مخصصة لشخص واحد

كيف يمكنني ضمان سلامة طفلي أثناء استخدام الدراجة الرباعية؟

- الالتزام بالأعمار المناسبة للقيادة: يجب ألا يقود الأطفال دون سن 16 عامًا دراجات رباعية بحجم مخصص للبالغين.
- ارتداء الخوذة: تأكد دائمًا من أن طفلك يرتدي خوذة أصلية ذات مقاس مناسب.
- الإشراف: الحرص دائمًا على وجود مُرافق بالغ يشرف على طفلك أثناء استخدام الدراجة الرباعية.
- سياسة الراكب الواحد: عدم السماح بوجود أكثر من راكب واحد على الدراجات الرباعية المخصصة لشخص واحد فقط.
- القيادة في المناطق الآمنة: احرص على أن يقود طفلك المركبة في المسارات المخصصة والآمنة، وأن يتجنب الشوارع والتضاريس الوعرة.
- الألبسة الواقية لتوفير الحماية الكاملة: تأكد من أن طفلك يرتدي القفازات، والنظارات الواقية، والملابس الطويلة، والأحذية المتينة.
- عدم تجاوز السرعات الآمنة: تأكد من أن طفلك يقود الدراجة الرباعية بسرعة آمنة ويتبع قواعد القيادة.

الإجراءات الواجب اتباعها إذا أصيب الطفل أثناء قيادة الدراجة:

- ابق هادئًا: افحص تنفس الطفل واستجابته.
- أوقف النزيف: اضغط على الجروح باستخدام قطعة قماش نظيفة.
- لا تحرك العظم المكسور: تجنب الحركات غير الضرورية إذا كنت تشك في وجود كسر في العظم.
- اطلب المساعدة فورًا: اتصل بخدمات الطوارئ أو اذهب مباشرة إلى قسم الطوارئ.

كيفية تجنب حوادث الدراجة الرباعية قبل وقوعها:

- برامج التدريب المنظمة: سجل طفلك في دورات معتمدة لقيادة الدراجات الرباعية بأمان. يجب أن يتلقى الأطفال الذين يرغبون بالقيادة تدريبًا مناسبًا لأعمارهم على يد مدربين معتمدين، حيث تساهم التدريبات في تقليل خطر الحوادث الناجمة عن قلة الخبرة.
- متطلبات اللياقة البدنية: يجب أن يكون طفلك قويًا بما يكفي للتحكم في الدراجة الرباعية.
- الدراجات المزودة بتكنولوجيا تقييد السرعة: اختر الدراجات الرباعية التي تحتوي على محددات للسرعة ومفاتيح إيقاف المحرك.
- الوعي البيئي: علم طفلك أنواع التضاريس وظروف البيئة المحيطة التي يودون قيادة الدراجة فيها.
- الصيانة المنتظمة للمركبة: تحقق بانتظام من فرامل الدراجة الرباعية، والإطارات، والمحركات.

متى يجب عليّ الذهاب إلى قسم الطوارئ؟

يجب زيارة قسم الطوارئ فورًا إذا:

- ارتطم رأس طفلك وفقد الوعي، أو شعر بالارتباك، أو النعاس، أو في حالة التقيؤ المتكرر.
- أصيب طفلك بكسر في العظام. تشمل علامات حدوث الكسر: التورم، الألم، تشوه الأطراف.
- يشكو طفلك من ألم شديد في البطن أو الصدر.
- يعاني طفلك من نزيف غزير.
- يواجه طفلك صعوبة في التنفس.

سدرة للطب يهتم بصحتكم. لا ينبغي استخدام المعلومات الواردة في هذه النشرة كبديل عن الرعاية الطبية ونصيحة الطبيب. إذا كانت لديك استفسارات حول هذه المعلومات يمكنك مناقشتها مع مقدم الرعاية الصحي—ة الخاص بك. يمكنك زيارتنا على الموقع الإلكتروني WWW.SIDRA.ORG