



## انظر قبل أن تغلق المركبة

ضربة شمس المركبات أمر غير واضح بالنسبة للعامة و أغلب الأهالي لديهم معلومات خاطئة و قناعة بأن ذلك لن يحدث لأطفالهم و أنه يستحيل منهم أن ينسوا طفل لهم في المركبة. أخطر خطأ يمكن أن يرتكبه الوالدين أو مقدمي الرعاية للأطفال هو ترك طفل بمفرده في مركبة. في أكثر من 55% من الحالات التي أدت إلى وفاة الطفل يكون قد ترك الشخص المسؤول الطفل بمفرده في السيارة دون قصد و في معظم الحالات يحدث هذا لأبوين محبين حريصين على حماية أطفالهم. لقد سبق و أن حدث ذلك للمعلم و طبيب الأسنان، و العامل الاجتماعي، و ضابط الشرطة، و الممرضة، و حتى الجندي.

### تأثير الدفينة في المركبات

- يمكن لدرجة الحرارة أن ترتفع بداخل المركبة بشكل سريع جداً. بالرغم من وجود نوافذ مفتوحة، يمكن أن تفوق درجة الحرارة بداخل المركبة 50°C خلال دقائق فقط.
- 80% من ارتفاع درجة الحرارة يحدث خلال أول 10 دقائق.
- فتح النوافذ لا يهدئ من سرعة ارتفاع درجة الحرارة أو يخفف من حدتها.
- قد سبق للأطفال الوفاة من ضربة شمس المركبات بدرجات حرارة تبدأ من 15°C

### العوامل المساهمة

- ترتفع درجة حرارة أجسام الأطفال 3-5 مرات أسرع من أجسام البالغين.
- التغييرات في الروتين اليومي، قلة ساعات النوم، الضغوط، التغييرات الهرمونية، الإرهاق و الانتهاء بأمور أخرى بسيطة هي عوامل يتعرض لها الجميع و هي من الأسباب التي قد تؤدي إلى الأهالي لترك أطفالهم دون قصد داخل المركبات بمفردهم.
- مقاعد سيارات الرضع الموجهة للخلف تظهر متشابهة سواء بها طفل أو فارغة.
- الأطفال، و خاصة الرضع، غالباً يغلبهم النعاس في مقاعد السيارة الموجهة للخلف فيهدؤون و بذلك يصبحوا غير ظاهرين.

باعتمادنا أنه لن يحدث لنا لكن الحذر واجب

# معلومات تهمك



## انظر قبل أن تغلق المركبة

### الذاكرة (تنافس أنظمة الدماغ)

- الذاكرة الاستقبالية: و يتم معالجتها من قبل 2 من الهياكل الدماغية
  - الحصين: و هو الذي يعمل على تخزين معلومات "الحاضر" (يوجد طفل بالمركبة الآن)
  - القشرة الأمامية الجبهية: يدعمنا في التخطيط للمستقبل القادم، و نتعامل مع أي تغيير في الروتين (يعالج الطريق الذي نسلكه و منها التوجه إلى حضانة الطفل بدل من التوجه للعمل مباشرة كالمعتاد)
- ذاكرة العادة: تتشكل تلقائياً من خلال ممارسة الأنشطة اليومية بشكل متكرر (مثل الخروج يومياً للعمل)
- النوى القاعدية: يقوم بتخزين الأمور التي نتذكرها بشكل روتيني (الذهاب من/إلى العمل يومياً)

### ما الذي يمكن أن يجعلنا ننسى طفلنا بالمركبة؟

تقوم النوى القاعدية بقمع قشرة الفص الجبهي و بذلك يقوم الدماغ بما يقوم به تلقائياً دون الاكتراث لأي تغييرات بالجدول أو الروتين اليومي. و يقول خبراء الذاكرة أن النوى القاعدية تتصرف كذلك عندما يكون الإنسان مجهداً.

"من الممكن أن ينسى الوالدين وجود طفل معهما بالمركبة. و للأسف فإن هؤلاء الوالدين يكون لديهم صور أطفالهم معهم في هواتفهم، و يتحدثون عنهم مع من يلتقون، و حتى أنهم يخرجون من أعمالهم في الوقت نفسه لاصطحاب الأطفال من الحضانة" – د. دايفد دايموند، عالم مخ و أعصاب بجامعة جنوب فلوريدا

باعتمادنا أنه لن يحدث لنا لكن الحذر واجب

# معلومات تهمك



## انظر قبل أن تغلق المركبة

### إحصائيات

يبلغ متوسط عدد وفيات الأطفال من ضربة شمس المركبات 39 وفاة في العام الواحد (وفاة كل 9 أيام)

عدد وفيات ضربة شمس المركبات حسب السنة الميلادية

1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
5	5	5	14	10	26	11	20	39	32	35	39	31	43	39	47	29	36	43	33	49	33	35	44	32	25	39	43	54	53	26

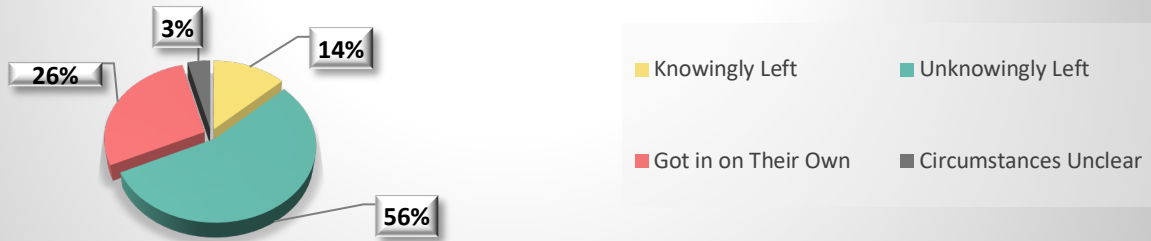
إجمالي عدد الوفيات: 994 (1990-2020)

المصدر: KidsAndCars.org (إحصائيات مفصلة حسب الولايات والمقاطعات والمدن متوفرة بالطلب)

### الظروف

في أغلب حالات الوفاة للأطفال بضربة شمس المركبات، يكون الوالدين من أحرص ما يكون و لكن تم ترك الطفل سهواً بالمركبة.

عدد وفيات الأطفال من ضربة شمس المركبات حسب الظروف المسبب لذلك (1990-2020)



### أعمار الضحايا

ثمانية و ثمانون (88%) من الأطفال المتوفين بسبب ضربة شمس المركبات هم دون سن الثالثة من العمر. أربع و خمسون (55%) من الأطفال المتوفين بسبب ضربة شمس المركبات هم دون سن السنة. مقاعد السيارة للأطفال الرضع مصممة بطريقة لا يظهر فيها الطفل بوضوح فلا يسهل معرفة إن كان بها طفل أو أنها خالية، مما يصعب على الوالدين أو مقدمي الرعاية من التيقن أن الطفل موجود بالمركبة ام لا.

باعتقادنا أنه لن يحدث لنا لكن الحذر واجب

تمت الترجمة من قبل د. هيب زيدان و د. بسمة بونس

قسم الصحة العامة بكلية العلوم الصحية

الجامعة السعودية الالكترونية بالتعاون مع

KidsandCars.org

# معلومات تهمك



## انظر قبل أن تغلق المركبة

### إرشادات للوقاية والسلامة:

يعتقد الخبراء في KidsAndCars.org أن الحل و طريقة منع وقوع مثل هذه المصائب هو الدمج بين التوعية و التقنية. و تسعى KidsAndCars.org للتواصل مع شركات و مصنعي المركبات لأن تصنع جميع المركبات بتقنية تنبه السائق إن كان هنالك طفل قد ترك بالمركبة. و أدناه بعض النصائح و الإرشادات تحول دون وقوع مثل هذه المصائب لا قدر الله:

- "انظر قبل أن تغلق المركبة" – تعود على فتح الأبواب الخلفية للتأكد من عدم وجود أي أطفال بالمقاعد الخلفية للمركبة قبل الإغلاق.
- ضع لنفسك تنبيه للتحقق من المقاعد الخلفية، إما بوضع حقيبتك أو أوراقك الخاصة بالعمل أو معطفك أو شماغك بها لتضطر لفت الباب الخلفي بشكل تلقائي سواء كان معك أطفال أم لا حتى تصبح لديك عادة.
- ضع دمية كبيرة في مقعد طفلك و انقله للمقعد الأمامي حين تضع طفلك حتى تكون لك تذكير واضح بأن هناك طفل في مقعده من خلفك.
- تأكد من أن حضانة طفلك تدعمك في الحفاظ على سلامته بحيث عليكم جميعاً التنبه لمكان وجود طفلك في كل وقت. إذا لم تنوي حضور طفلك للحضانة ليوم ما عليك إبلاغ الحضانة في أول النهار و كذلك إن تغيب طفلك عن الحضانة فعلى الحضانة التواصل معكم فوراً لإبلاغكم بذلك، حتى إذا كان الطفل قد ترك سهواً بالسيارة تستطيع التنبه لذلك فوراً.

### باعتقادنا أنه لن يحدث لنا لكن الحذر واجب

- نأخذ من إغلاق المركبة و هي فارغة حتى لا يستطيع أي من الأطفال فتح الابواب و الرحوب دون علمكم، و قم بتنبيه السائق و الجيران للقيام بذلك أيضاً.
- تأكد من تعليق أي مفاتيح للمركبات أو أبواب الجراجات في مكان مرتفع لا يستطيع الأطفال للوصول إليها.
- لا تترك الأطفال للعب حول أو في المركبات.



## انظر قبل أن تغلق المركبة

- إذا افتقدت طفلاً، قم بالتحقق من المركبات من الداخل بحرص فوراً حيث يمكن لهم التسلل إليها حتى وإن كانت مغلقة لأن بإمكان بعض الأطفال إحكام إغلاقها من الداخل بأنفسهم و لكن ليس باستطاعتهم إعادة فتحها.
  - إن رأيت طفلاً بمفرده في سيارة أحدهم تصرف فوراً بالاتصال بالشرطة 999. و إن بدا لك الطفل متعباً أو مرتفعة حرارته قم باخراجه بمساعدة أحدهم بسرعة.
  - كن أكثر حذراً في أوقات الذروة و التغييرات في الجداول و الروتين اليومي، أو في أوقات العطلات و الإجازات حيث أنها الوقت التي ترتفع فيها أعداد البلاغات و حالات الوفيات.
  - استخدم خدمات الطلب بالسيارة (المطاعم، القهوة، الصيدليات) عند الاستطاعة إذا كان معكم طفل لتجنب ضرورة تركهم و لو للحظة.
- قم بمشاركة نصائح و إرشادات السلامة هذه مع مقدمي الرعاية لأطفالك، الحضانة و المدرسة، الأقارب، الأصدقاء، و العائلة و الجيران... حيث أنها قد تساعد في إنقاذ حياة طفل... حفظ الله لنا فلذات أكبادنا من كل شر.