

PUNJABI – CHOKING PREVENTION

ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੱਟ ਤੋਂ ਬਚਾਅ



The Royal
Children's
Hospital
Melbourne

ਗਲਾ ਘੁੱਟਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ

- ਖਾਣ ਦੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਫਸ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਿੱਠੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ, ਪਾਪਕਾਰਨ, ਸੇਬ, ਮੀਟ ਅਤੇ ਬਦਾਮ।
- D-ਆਕਾਰ ਦੀ ਬੈਟਰੀ ਤੋਂ ਛੋਟੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ 3 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਫਸ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਨਾਲ ਬੈਠਕੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਭੋਜਨ ਖਾਣ ਦੇ ਹਰ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ।
- ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਦੀ ਬਾਕਾਇਦਾ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਛੋਟੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਹਿੱਸੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ।
- ਬਟਨ ਬੈਟਰੀਆਂ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਔਲਾਦ ਨੇ ਬਟਨ ਬੈਟਰੀ ਨਿਗਲ ਲਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਜਾਓ। ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਉਲਟੀ ਨਾ ਕਰਵਾਓ।



Education
and Training

The Royal Children's Hospital ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਟੈਲੀਫੋਨ +61 3 9345 5085 www.rch.org.au

ਇਹ ਸਰੋਤ The Royal Children's Hospital ਦੁਆਰਾ Department of Education and Training ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।