কার-সিটের নিরাপত্তা



maimonides
Children's Hospital

ইনস্টলেশন



- কার-সিট ও গাড়ির মালিকের ম্যানুয়াল পড়ুন
- সিট বেল্ট বা ল্যাচ সিস্টেম ব্যবহার করে কার-সিট ইনস্টল করা যায় (উভয়ই ব্যবহার করবেন না)
- ইনস্টলেশনের পর কার-সিট যেকোনো দিকে 1 ইঞ্চির বেশি নড়তে পারা উচিত নয় *(বেল্টের পথে পরীক্ষা করুন)*
- যদি কার-সিট পশ্চাৎ-মুখী হয়, তাহলে এটি সঠিক কোণে হেলানো আছে তা নিশ্চিত করার জন্য চেক করুন
- যদি কার-সিট সম্মুখ-মুখী হয়, তাহলে সামনের দিকে মাথার নড়াচড়া কমানোর জন্য টপ টেদার স্ট্র্যাপ লাগানোর বিষয়টি নিশ্চিত করুন
- কার-সিট গাড়ির পেছনের সিটে ব্যবহার করা উচিত
- সংঘর্ষ ঘটলে উড়ে এসে আঘাত করতে পারে এমন যেকোনো কিছু সরিয়ে ফেলুন

–সংঘর্ষ ঘটলে উড়ে এসে আঘাত করতে পারে এমন যেকোনো কিছু সরিয়ে ফেলুন



বেঁধে রাখা ও ফিট করা

- বেঁধে রাখার স্ট্র্যাপগুলো সমতল হওয়া উচিত এবং পেঁচানো থাকা উচিত নয়
- স্ট্র্যাপগুলো যথেষ্ট টাইট হওয়া উচিত যাতে

আপনি কাঁধের উপর কোনো বাড়তি উপাদান চিমটি দিয়ে ধরতে না পারেন

  - *পশ্চাৎ-মুখী: কাঁধ বরাবর বা তার নিচে*
  - *সম্মুখ-মুখী: কাঁধ বরাবর বা তার সামান্য উপরে*

- বুকের ক্লিপ বগল বরাবর থাকা উচিত
- সিটের উচ্চতা ও ওজনের সীমা জেনে নিন
- আপনার সিটের সাথে আসেনি এমন কোনো জিনিস ব্যবহার করবেন না
- বড় কোট ও কম্বলের কারণে স্ট্র্যাপ বেশ ঢিলা থাকে এবং এগুলো স্ট্র্যাপের উপরে রাখা উচিত

আপনি কি জানেন?

10টি কার-সিটের মধ্যে **9**টি
সঠিকভাবে ইনস্টল করা হয় না

একজন বিশেষজ্ঞ দ্বারা আপনার কার-সিটের ইনস্টলেশন চেক করতে আজই 311-এ কল করুন!

কার-সিটের পরবর্তী ইভেন্ট কবে হবে সে সম্পর্কে জিজ্ঞেস করুন।

কোলের শিশু ও হামাগুড়ি দেয়া শিশু

☛ পশ্চাৎ-মুখী

- 2 বছর বয়স হওয়ার আগ পর্যন্ত শিশুদেরকে পশ্চাৎ-মুখী করে, অর্থাৎ গাড়ির সিটে পেছনের দিকে মুখ করে বসানো উচিত
- বেঁধে রাখার স্ট্র্যাপগুলো সমতল এবং শিশুর কাঁধ বরাবর বা তার নিচে আঁটসাঁট হয়ে লেগে থাকা উচিত
- আপনি গাড়ির সিটের সবচেয়ে কাছের বেল্টের পথটি ব্যবহার করছেন তা চেক করে দেখে নিন (কিছু সিটে একাধিক থাকে)
- শিশুর আকার অনুযায়ী সিটটি যথাযথভাবে হেলানো আছে তা নিশ্চিত করুন
- পশ্চাৎ-মুখী সিট হতে পারে ইনফ্যান্ট ক্যারিয়ার, কনভার্টিবল সিট, বা 3-ইন-1 সিট
- পশ্চাৎ-মুখী সিটকে কখনোই গাড়ির সামনের সিটে রাখবেন না
- বাড়তি সাপোর্টের জন্য নবজাত শিশুর পাশে রিসিভিং কম্বল মুড়িয়ে রাখা যেতে পারে





হামাগুড়ি দেয়া ও স্কুলে যাওয়ার আগের বয়সী শিশু

☛ সম্মুখ-মুখী

- শিশু পশ্চাৎ-মুখী সিটের উচ্চতা বা ওজনের সীমা ছাড়িয়ে গেলে, কার-সিটকে সম্মুখ-মুখী করে দেয়া যায়
- বেঁধে রাখার স্ট্র্যাপগুলো সমতল এবং শিশুর কাঁধ বরাবর বা সামান্য উপরে আঁটসাঁট হয়ে লেগে থাকা উচিত
- সামনের দিকে মাথার নড়াচড়া কমাতে সাহায্য করার জন্য ল্যাচ সিস্টেমের উপরের টেদার ব্যবহার করুন, যা শিশুর ঘাড় ও মেরুদণ্ডকে আরো নিরাপদে রাখবে
- ল্যাচ সিস্টেমের নিচের অ্যাঙ্কর ব্যবহার করলে, আপনি সর্বোচ্চ ওজন সীমা সম্পর্কে জানার বিষয়টি নিশ্চিত করুন
- বড় শিশুদের জন্য আরো জায়গা করে দিতে ক্রচ বাকল সামনের দিকে নিয়ে যাওয়া যায়

স্কুল-বয়সী শিশু
☛ বুস্টার

- শিশুরা তাদের বেঁধে রাখার ব্যবস্থার উচ্চতা বা ওজনের সীমা ছাড়িয়ে গেলে, তাদেরকে একটি বুস্টার সিটে সরিয়ে নেয়া যায়
- বুস্টার সিট শিশুদেরকে উপরে উঠে বসতে সাহায্য করে যাতে গাড়ির সিট বেল্ট তাদেরকে সঠিকভাবে ফিট করে
- উচুঁ-পিঠবিশিষ্ট বুস্টার সিট শরীরের উপরের অংশকে বেশি সুরক্ষা প্রদান করে এবং কাঁধের বেল্ট সমন্বয়ে সহায়তা করে
- সিটবেল্ট বুক বরাবর এবং উরু/নিতম্বের হাড়ের উপরের অংশে আঁটসাঁটভাবে ফিট করা উচিত
- বুস্টারের সাথে আপনাকে অবশ্যই একটি কোল ও কাঁধের বেল্ট সিস্টেম ব্যবহার করতে হবে

শুধু কোলের বেল্ট দেহের উপরের অংশকে সুরক্ষা প্রদান করে না





বড় শিশুদের
☛ সিট বেল্ট

শিশুরা তাদের বুস্টার সিটের উচ্চতা বা ওজনের সীমায় পৌঁছে গেলে, তারা সাধারণত বুস্টার থেকে সিট বেল্টে যাওয়ার জন্য প্রস্তুত হয়ে যায়।

সিট বেল্টের উপযুক্ততা পরীক্ষা করতে এই 5টি ধাপ অনুসরণ করুন:

1. শিশুরা সিটের সাথে পিঠ লাগিয়ে খাড়া হয়ে বসা উচিত
2. হাঁটু সিটের প্রান্তে আরামদায়কভাবে ভাঁজ হওয়া এবং পায়ের পাতা মেঝে স্পর্শ করা উচিত
3. কোলের বেল্ট নিচের দিকে ফিট হওয়া উচিত এবং উরু/নিতম্বের উপরের অংশে আঁটসাঁটভাবে ফিট করা উচিত, পেটের উপর নয়
4. কাঁধের বেল্ট বুক বরাবর আঁটসাঁটভাবে ফিট করা উচিত, ঘাড়ে লাগা উচিত নয়
5. শিশুরা ভ্রমণের সম্পূর্ণ পথে স্থির হয়ে বসে থাকতে পারা উচিত

*যদি কোনো শিশু **5** ধাপের পরীক্ষায় পাস না করে, তাহলে সে বুস্টার সিটে বসা অব্যাহত রাখা উচিত*

কোনো প্রশ্ন থাকলে, আমাদের 'ইনজুরি প্রিভেনশন টিম'-এর সাথে

718.283.2828

injuryprevention@maimonidesmed.org

অথবা দেখুন www.NHTSA.gov

maimonides
Children's Hospital

আঘাত ও জখম প্রতিরোধ/ শিক্ষামূলক আউটরিচ