کار سیٹ کی حفاظت



maimonides
Children's Hospital

شیر خوار اور چھوٹے بچے
* پچھلی جانب- منہ کیے ہوئے

- بچوں کو ہمیشہ گاڑی کی پچھلی نشست کی جانب منہ کر کے بیٹھے ہونا چاہئے جب تک وہ کم از کم 2 سال کے نہ ہو جائیں۔
- ہارنیس کے پٹے چَپٹے ہوں اور بچے کے شانوں یا اُن سےذرا نیچے سختی سے باندھے گئے ہوں
- یقنی بنا لیں کہ آپ گاڑی کی نشست کی قریب ترین بیلٹ کے راستے کو استعمال کر رہے ہیں (کُچھ نشستوں میں ایک سے زیادہ بھی ہوتی ہیں)
- یقینی بنا لیں کہ سیٹ بچے کے ہجم کے مطابق مناسب انداز میں جھُکی ہوئی ہو
- پچھلی جانب-منہ والی انفینٹ کیرئیر، کنورٹیبل سیٹس یا 3-ان-1 سیٹس بھی ہو سکتی ہیں
- کبھی بھی پچھلی جانب- منہ والی سیٹ کو گاڑی کی اگلی نشست پر نہ رکھیں
- لپیٹے گئے کمبل اضافی سہارے کے لیے نومولود بچے کے اطراف میں رکھے جا سکتے ہیں





چھوٹے بچے اور پری سکولرز
* اگلی جانب-منہ کیے ہوئے

- ایک بار بچے پچھلی جانب-منہ والے قد اور اُس وزن کی حد سے بڑھ جائیں، تو کار سیٹ کا منہ سامنے کی جانب کیا جا سکتا ہے
- ہارنیس کے پٹے چَپٹے ہوں اور بچے کے شانوں یا اُن سےذرا اوپر سختی سے باندھے گئے ہوں
- بچے کی گردن اور ریڑھ کی ہڈی کو محفوظ بناتے ہوئے، آگے کی جانب سر کی حرکت کو کم کرنے کے لیے LATCH سسٹم کی ٹاپ ٹیتھر کو استعمال کریں
- اگر LATCH سسٹم کے نیچلے لَنگر کو استعمال کر رہے ہیں، تو یقینی بنا لیں کہ آپ وزن کی سب سے زیادہ حد کو جانتے ہیں
- دو شاخہ بکل کو بڑے بچوں کے لیے مزید جگہ بنانے کے لیے آگے کو کھینچا جا سکتا ہے

انسٹالیشن



- کار سیٹ اور گاڑی کے مالکان کا کتابچہ پڑھیے
- کار سیٹس سیٹ بیلٹ یا LATCH سسٹم کو استعمال کر کے نصب کی جا سکتی ہیں (بیک وقت دونوں کو استعمال نہ کریں)
- کار سیٹ کو نصب ہونے کے بعد کسی بھی سمت میں 1 انچ سے زیادہ تک حرکت نہیں کرنی چاہیئے (بیلٹ کے راستے پر ٹیسٹ کریں)
- اگر کار سیٹ کا منہ-پچھلی جانب ہے، تو اس بات کو یقینی بنانے کیلئے جانچیں کہ وہ درست زاویے پر جُھکی ہوئی ہو
- اگر کار سیٹ کا منہ-اگلی جانب ہے، تو سر کی اگلی جانب حرکت کو کم کرنے کے لیے ٹاپ ٹیتھر سٹریپ کو منسلک کرنا نہ بھولیں
- کار سیٹس گاڑی کی پچھلی نشستوں پر استعمال ہونی چاہئیں
- ہر اس چیز کو ہٹا دیں جو حادثے کے دوران دھچکا لگنے سے اڑ سکتی ہے
  - سخت اشیاء (جن میں کھلونے شامل ہیں) یکایک رکنے یا حادثے کے وقت خطرناک ثابت ہو سکتے ہیں

باندھنا اور فٹنگ



- ہارنیس کے پٹے چَپٹے ہوں اور مُڑے ہوئے نہ ہوں
- پٹے اتنے کسے ہوئے ہوں کہ آپ شانوں پر ایک چُٹکی برابر بھی اضافی مواد شامل نہ کر سکیں
  - اگر منہ پچھلی-جانب ہو: شانوں پر یا اُن سے نیچے باندھیں
  - اگر منہ اگلی-جانب ہو: شانوں پر یا اُن سے تھوڑا اوپر باندھیں
- چیسٹ کلپ بغلوں کی سطح پر ہونا چاہیے
- سیٹ کی اونچائی اور چوڑائی کی حدود کو جانیے
- ان مصنوعات کا ہر گز استعمال نہ کریں جو آپ کی سیٹ کے ہمراہ نہ آئی ہوں
- بھاری کوٹ اور کمبل ہارنیس کو کافی ڈھیلا کر دیتے ہیں اس لیے وہ پٹوں کے اوپر رکھنے چاہئیں

کیا آپ جانتے ہیں؟

10 میں سے **9** کار سیٹس درست طریقے سے نصب **نہیں** کی گئی ہوتیں

آج ہی 311 پر کال کریں اور کسی ماہر سے اپنی کار سیٹ کی نصب کاری کی پڑتال کروائیں۔

ساتھ ہی پوچھیے کہ کار سیٹ کا اگلا ایونٹ کب ہے۔

سکول کی-عمر کے بچے کا
* بوسٹر(سہارا دینے والا)

- ایک بار بچے اپنی ہارنیس والے قد اور اُس وزن کی حد سے بڑھ جائیں، تو اُن کو بوسٹر سیٹ پر منتقل کیا جا سکتا ہے
- بوسٹرز اس طرح سے بچوں کو سہارا دیتے ہیں کہ گاڑی کی نشست کی بیلٹ مناسب انداز میں انہیں پوری آجاتی ہے
- اونچی-پشت والے بوسٹرز بچے جسم کے بالائی حصے کو مزید محفوظ اور شانوں کے پٹے کی ہم آہنگی کو بہتر بناتے ہیں
- سیٹ بیلٹس سینے اور رانوں/کولہوں کی ہڈیوں کے گرد سختی سے پوری آنی چاہیے
- بوسٹرز کے ساتھ آپ گود اور کندھوں کے پٹے لازمی طور پر استعمال کریں

صرف-گود والے پٹے بالائی حصے کو تحفظ فراہم نہیں کرتے





بڑے بچے
* سیٹ بیلٹ

جب بچے بوسٹر سیٹس والے قد اور اُس وزن کی حدود سے بڑھ جائیں، تو اُن کو بوسٹر سے سیٹ بیلٹ پر منتقل کیا جا سکتا ہے

سیٹ بیلٹ کی ہم آہنگی کی پڑتال کے لیے ان 5 مراحل کی پیروی کریں:

1. آپ کے بچوں کو اپنی کمر کو نشست کے ساتھ جوڑ کر سیدھے بیٹھنا چاہیئے
2. گُھٹنے پُرسکون انداز میں نشست کے کنارے پر مُڑنے اور پاؤں زمین کو چھونے چاہئیں
3. گود کے پٹے کو نیچے اور پیٹ کی بجائے، بالائی رانوں/کولے کی ہڈی پر سختی سے باندھا جانا چاہیئے
4. کندھوں کا پٹہ گردن کی بجائے، سینے پر سخت انداز میں باندھا جانا چاہیئے
5. بچے کو پورے سفر کے دوران ہلے جُلے بغیر بیٹھنے کے قابل ہونا چاہیے

اگر بچہ 5 مرحلاتی ٹیسٹ میں کامیاب نہیں ہوتا، تو اُسے بوسٹر سیٹ پر سفر کرانا جاری رکھیں

maimonides
Children's Hospital

مزید سوالات کے لیے، ہماری چوٹ سے بچاؤ کی ٹیم سے

718.283.2828

injuryprevention@maimonidesmed.org

پر رابطہ کریں یا www.NHTSA.gov کا ملاحظہ کریں

چوٹ سے صدمے کی روک تھام/تعلیمی آؤٹ ریچ