

لكن يمكنك  
حمايتهم

لا يمكن التنبؤ  
بتصرفاتهم

مركز أبوظبي  
للصحة العامة  
ABU DHABI PUBLIC  
HEALTH CENTRE



مقعد الأمان  
يبقي طفلك بأمان







ADPHCAE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC-AE



056 2312171

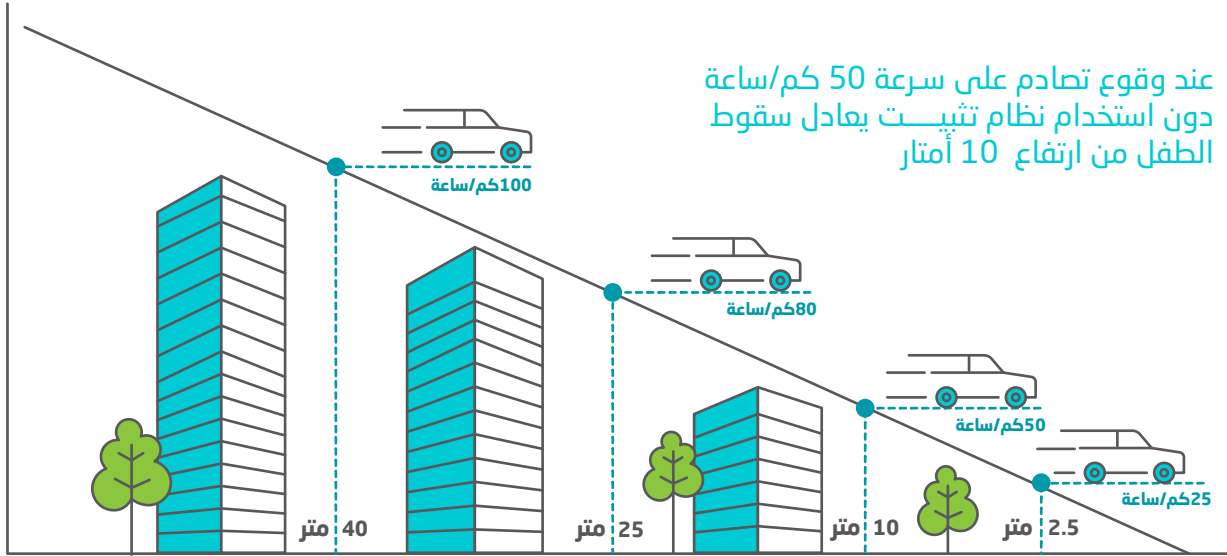
## أولادنا هم أغلى ما نملك وتوفير الحماية اللازمة لهم هي من أولى مسؤولياتنا كأهل

إن الإصابات الناجمة عن حوادث الطرق هي أحد أسباب وفيات الأطفال في أبوظبي.

إن استخدام مقاعد الأمان للأطفال في السيارة تحمي من إصابات الطرق كما تحمي الأطفال من المخاطر الأخرى التي تشمل إخراج جسمه من النافذة والعبث بأقفال الأبواب والنوافذ والشجار مع غيره وتشثيت انتباه السائق.



## حقائق رئيسية



كلما كان الطفل أصغر كلما قلت القوة اللازمة لإحداث إصابة حيث يشكل حجم رأس الطفل عند ولادته 1/4 طوله و 1/3 وزنه، وتكون عظام جمجمته طرية، لذا فإن تعرضه لأقل صدمة قد يؤدي إلى حدوث تشوهات خطيرة في الجمجمة والدماغ.

كما أن تشكيل الهيكل العظمي للطفل لا يكتمل حتى بلوغه سن 6-7 وخلال فترة الطفولة تظل جمجمته أضعف من جمجمة الكبار.

عند وقوع تصادم على سرعة 50 كم/ساعة دون استخدام نظام تثبيت يمكن أن يقذف الطفل بقوة هائلة تعادل السقوط من الطابق الثالث، فهل يمكنك أن تتخيل مدى قوة اصطدام السيارات على السرعات الأعلى؟



ADPHCAE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC-AE



056 2312171

# إختر المقعد المناسب

هناك عدة أنواع من مقاعد الأمان التي تناسب كل مرحلة عمرية حسب شكل وطول ووزن الطفل، إن استخدام مقعد الأمان المناسب والمثبت جيداً يمكن أن يقلل من مخاطر الإصابات القاتلة بنسبة قد تصل إلى 80% عند وقوع الحوادث.

## مقاعد الوضعية الخلفية (يطلق عليها أيضا الفئة صفر +)

مصممة للأطفال منذ الولادة وحتى السنة أو حتى يصل وزن الطفل 13 كغ.

توفر مقاعد الوضعية الخلفية أفضل حماية للأطفال الرضع وحتى يبلغوا السنة من عمرهم أو يصل وزنهم 13 كغ. يحتوي هذا النوع من المقاعد على أحزمة داخلية للتثبيت، وهي تميل مع حركة الطفل للتقليل من أثر الصدمة وقوة الضغط على رقبته الرقيقة وحبله الشوكي عند وقوع الحوادث.

ومن أجل السهولة، يمكن شراء قاعدة يتم تثبيتها في السيارة باستخدام أحزمة الأمان، هكذا يمكن نقل مقعد الأمان بسهولة من وإلى السيارة دون الحاجة لتركيبه في كل مرة. كما يمكن تثبيته على عربة الطفل أيضاً بسهولة نقل الطفل من وإلى السيارة.

إن مقاعد الوضعية الخلفية المثبتة في المقاعد الخلفية للسيارة من أكثر المقاعد أماناً للرضع، فاحرص على وضع الطفل فيها لأطول فترة ممكنة عند التنقل. يمكن استخدام هذا النوع من المقاعد حتى يتجاوز رأس الطفل حافة المقعد أو في حال تجاوزه الوزن المسموح به في من قبل الشركة المصنعة.



## مقاعد الوضعية الأمامية (يطلق عليها أيضا الفئة 1)

مصممة للصغار والأطفال من عمر السنة إلى حوالي 4 سنوات.

يجب أن تبقي طفلك في مقعد الوضعية الخلفية حتى يتجاوز الطول أو الوزن المسموح به من قبل الشركة المصنعة، عندها يمكنه الانتقال لمقعد الأمان ذوالوضعية الأمامية.

يحد هذا النوع من المقاعد من حركة الرأس إلى الأمام في حال وقوع اصطدام أمامي ويحمي الرأس من الجانبين عند وقوع اصطدام جانبي.

توفر أحزمة المقاعد ذات الوضعية الأمامية الحماية الكاملة للطفل من خلال توزيع قوة الاصطدام على مناطق كبيرة من جسم الطفل. أما ميلان المقعد فهو مصمم لإبقاء رأس الطفل على مسند الرأس وللحفاظ على مجرى الهواء مفتوحاً. يمكن استخدام هذه المقاعد حتى يصل وزن طفلك لـ 18 كغ أو حتى يتجاوز طوله إمكانية ربطه بأحزمة المقعد الداخلية. تثبت هذه المقاعد في السيارة فلا داعي لتحريكها لعود أو خروج الطفل منها ويمكن إزالتها بسهولة إذا تطلب الأمر.

استخدم مقاعد الوضعية الأمامية حتى يصل وزن وطول طفلك الحد الأقصى المسموح به من قبل الشركة المصنعة.





# إختر المقعد المناسب

## المقاعد الداعمة (يطلق عليها أيضا الفئة 3/2) للأطفال من 4 إلى 12 عاماً أو من وزن 15 كغ إلى 36 كغ.

أثبتت المقاعد الداعمة فعاليتها في التخفيف من مخاطر الإصابات عند الأطفال بنسبة تصل إلى 59% بالمقارنة بحزام الأمان وحده.

عندما يتجاوز طفلك حدود الوزن والطول المسموح به لمقعد الأمان ذو الوضعية الأمامية يمكنه عندها الانتقال للمقاعد الداعمة التي تستخدم في المقاعد الخلفية أيضاً. يثبت الطفل في المقعد الداعم مستخدماً حزام الأمان الثلاثي الموجود في السيارة حيث يساعد هذا المقعد في تثبيت الحزام على الأجزاء الأقوى من جسم الطفل وهي الكتفين والأوراك.

عادة ما تكون هذه المقاعد ذات ظهر مرتفع وتوجد أخرى دون ظهر لكنها لا تمنح الطفل الحماية اللازمة للرأس في حالات الإصطدامات الجانبية كما أنها غير قابلة للتعديل حسب طول الطفل مثل المقاعد الداعمة ذات الظهر المرتفع.

أبقى طفلك في المقعد الداعم إلى أن يكون مستعداً لاستخدام حزام الأمان بصورة صحيحة.

## أحزمة الأمان

### للأطفال فوق عمر 12 سنة أو الذين تتراوح أطوالهم بين 145 سم و 150 سم

يصبح الطفل مستعداً لاستخدام حزام الأمان التقليدي في السيارة عندما يتراوح طوله بين 145 سم و 150 سم مما يعني أنه قادر على الجلوس في المقعد الخلفي وثني ركبتيه بشكل طبيعي على حافة المقعد على أن يمر الجزء العلوي من حزام الأمان عبر كتفه لا عنقه، والجزء السفلي من الحزام على وركيه ملاصقاً فخذه لا بطنه.

## تذكر:

احرص دائماً على وضع طفلك في المقعد الخلفي للسيارة لأنه أكثر أماناً يفض النظر عن عمره أو وزنه.





ADPHCAE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC-AE



056 2312171

## نصائح

تخلص من مقعد الأمان إذا استخدم خلال حادث مروري حيث أن أي صدمة حتى على سرعة 10 كم/ساعة يمكنها أن تؤدي لأضرار غير مرئية مما يقلل من سلامة استخدام المقعد.

في حال نسيت كيفية تثبيت مقعد السيارة راجع المتجر الذي اشتريته منه واطلب منه إطلاعك على ذلك. تأكد من قدرتك على تثبيت المقعد بصورة صحيحة.

أحرص على قراءة كتيب السيارة للاطلاع على كيفية تثبيت مقعد الأمان باستخدام أحزمة الأمان أو الخطاف مع التأكد من الحد الأقصى المسموح به لطول ووزن الطفل.

إذا كان عدد أطفالك في السيارة يفوق عدد أحزمة الأمان فعليك إيجاد البدائل أو تقديم بعض التنازلات مثل أخذ سيارتين بدلاً من واحدة، شراء سيارة أكبر أو حتى ترك بعض الأطفال في المنزل.. إلخ

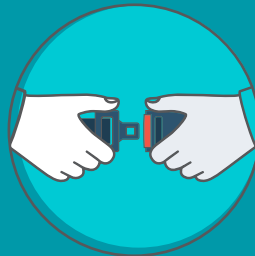
إن التعود على استخدام الأطفال لمقعد الأمان منذ الولادة في كل رحلة وفي كل مرة سيقبل من مقاومتهم له عندما يكبرون.

تحب شراء مقاعد أمان مستعملة حيث من الصعب التأكد من سلامتها ومعرفة تاريخها.

إن نوع أو ماركة المقعد ليست الأهم لكن من المهم أن يكون المقعد مطابقاً لأحد المعايير الدولية والمعايير الوطنية المعتمدة والصادرة من المؤسسات المعنية المحلية والاتحادية. اطلب من البائع أن يريك الختم أو اللاصق المعتمد لمعيار المقعد.

هناك مقاعد أمان متوفرة محلياً ومناسبة لكل طفل ولكل سيارة ولكل ميزانية.

كن قدوة جيدة لأطفالك واربط حزام الأمان



للتقليل من رفض الأطفال ومقاومتهم للجلوس في مقعد الأمان، أشركهم في عملية اختيار المقعد الخاص بهم.







## TIPS

Read the vehicle owner's manual on how to install the car seat using the seat belt or isofix system and check height and weight limits.

If you forget how to install your car seat, you can go back to the retailer and have them show you how. Make sure you know how to install it yourself.

Dispose of a car seat if it has been in a car crash. An impact at speeds from 10 km/h can cause invisible damage to the seat which reduces its safety.

Avoid buying used car seats as it is difficult to track the history of the seat.

Getting your children to use car seats from birth every trip, every time will make them less resistant as they grow.

If the number of seatbelts in your car is less than the number of your children, you will need to find solutions or compromise, such as taking two cars, making two trips, buying a bigger car or leaving some children at home.

There are many different types of car seats available locally for every child, every car and every budget.

The car seat brand does not matter as long as it meets an approved international, national and local safety standards that is issued from related governmental entities. Ask the sales person to show you the standard stamp on the car seat.



Be a good example to your children and always wear your seat belt.



To minimize child resistance make them part of the decision and let them take a part in picking their car seat



ADPHCAE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC-AE



056 2312171

# Choose the correct car seat



## Booster Seats {Also known as Group 23/}

**For children from around 4 to 12 years of age, or from 15 kg to 36 kg**

Once your child outgrows the forward facing car seat with a harness, it's time to travel in a booster seat, but still in the back seat. Booster seats are used with the car's existing lap and shoulder seat belt system. With a booster seat, the seat belt is positioned so that it fits properly over the stronger parts of your child's body (shoulders and hips).

Booster seats usually come with high backs. There are some backless booster seats or booster cushions. Backless booster seats do not give protection against side impact crashes and are not as adjustable as high back booster seats.

## For children over 12 years or around 145cm to 150 cm tall

**For toddlers and small children from 1 to around 4 years old**

When your child reaches 145 to 150 cm, they may be tall enough to fit in a seat belt properly.

To use a seat belt, your child should be able to sit against the seat back with knees bent naturally at the edge of the seat. For a seat belt to fit properly the lap belt must lie snugly across the upper thighs, not the stomach. The shoulder belt must lie across the shoulder and chest and not across the neck or face.

## Remember:

no matter what age, height or weight they are, your child should always ride in the back seat because it's the safest place to be.







# Choose the correct car seat

There are different types of car seats designed according to the shape, height, weight, age and physical limitations of a child. Placing children in age appropriate child car seats reduces serious and fatal injuries by up to 80%.

## Rear Facing Seats (Also known as Group 0+)

**For infants and children under 1 year, or from birth up to 13 kg**

A rear facing car seat provides the best protection for infants. This seat has a harness and in a crash the seats cradles and moves with your child to reduce the stress to their fragile neck and spinal cord.

Your child should remain in a rear facing car seat until their head extends above the top of the car seat or until they reach the weight limit allowed by your car seat's manufacturer.

As a convenience, it is possible to purchase a base that is fixed into the car that the car seat fits in. The car seat can be moved easily to and from the car. Many infant car seats fit into a stroller, making it easy to transport the child both in and outside the vehicle.

The safest place for infants is in the back seat in an approved rear facing infant car seat.



## Forward Facing Seats (Also known as group 1)

**For toddlers and small children from 1 to around 4 years old**

Once your child outgrows the rear facing car seat, your child is ready to travel in a forward facing car seat with a harness.

A forward facing seat limits forward head movement in a frontal impact and provides protection from intrusion in a side impact. The harness secures the child and spreads the crash forces over a wide area. This seat is semi-reclined to keep your child's head back on the head-rest and its airway open.

This seat will last them until either their weight exceeds 18 kg or they grow too tall for the height of the adjustable harness. This seat is usually fixed into the car but is easily removed if needed. Some seats may have higher weight limits.





ADPHCAE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE



ADPHC\_AE

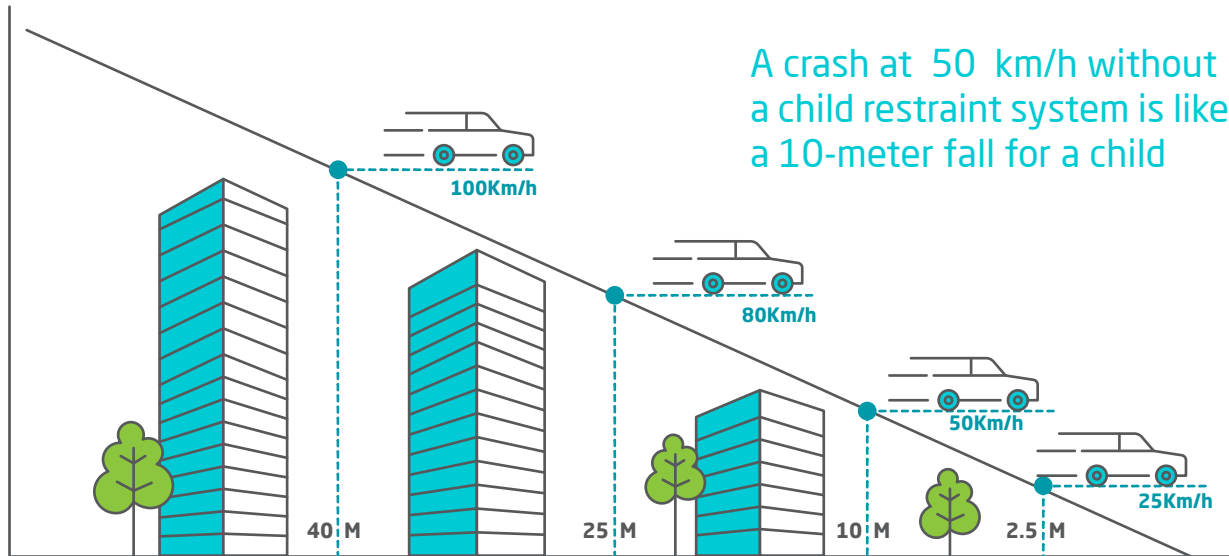


ADPHC-AE



056 2312171

## Some key facts



The smaller the child, the lower the force needed for injury. At birth an infant's head is 1/4 of their total length and 1/3 of their body weight. Their skull is very flexible and even a very small impact can injure the skull and brain.

The bone forming process is not complete until the age of 6 or 7 years and throughout childhood a child's skull remains less strong than an adult's does.

In a crash at 50 km/h a child will be thrown forward with a force equivalent to a fall from a 3 story building. Imagine what could happen at a higher speed.



**Our children are our greatest asset and as parents it is our responsibility to make sure they remain safe at all times.**

Road traffic injuries are one of the causes of child deaths in Abu Dhabi.

Using child car safety seats helps protecting children from road traffic injuries and also helps solve other hazards in the car such as peeking outside the window, playing with door locks and windows, physical fighting, and distracting the driver.





YOU CANNOT PREDICT  
THEIR ACTIONS

BUT YOU CAN  
PROTECT THEM

مركز أبوظبي  
للصحة العامة  
ABU DHABI PUBLIC  
HEALTH CENTRE



**Child car seats  
save little lives**

