

NE OSTAVLJAJTE DJECU SAMU U VOZILU!

Stres, užurbanost života i velik broj svakodnevnih obveza u današnjem dobu najčešći je uzrok zaboravljanja kod roditelja. Borba s pamćenjem se nerijetko manifestira na način da aktivnosti obavljamo automatski, ne posvećujući im dovoljno svjesne pažnje, a kasnije se ne možemo sjetiti jesmo li nešto obavili ili nismo (npr. isključili peglu ili štednjak).

Posebnu pažnju trebamo usmjeriti na djecu, obzirom da se događa sve veći broj nesretnih slučajeva tijekom ljetnih mjeseci, kada roditelji uslijed velikih temperatura i preopterećenosti obvezama ostave djecu samu u vozilu.

Slijedom navedenoga, Ministarstvo unutarnjih poslova u suradnji s Nastavnim zavodom za javno zdravstvo dr. Andrija Štampar, izradilo je informativni letak u kojem su posebno istaknute posljedice ostavljanja djece u vozilima odnosno ukazano je na zakonski okvir takvog čina, kao i na preporuke stručnih osoba iz Nastavnog zavoda za javno zdravstvo dr. Andrija Štampar.

Treba imati na umu da ostavljanjem djeteta bez nadzora u zatvorenom vozilu, posebice tijekom ljetnih vrućina, grubo se zanemaruje i zlostavlja dijete što predstavlja obilježja kaznenog djela Povreda djetetovih prava. Posljedice takvog nesmotrenog ponašanja može biti smrt ili teško narušeno zdravlje, a odgovorna osoba će se kazniti za počinjenje težeg oblika kaznenog djela za što je propisana kazna zatvora od 1 do 15 godina.

Preporuke za roditelje i druge odgovorne osobe, kako bi se izbjegli tragični događaji:

Prije i tijekom vožnje u autu pri visokim vanjskim temperaturama:

- paziti da dijete bude dobro hidrirano (pije dovoljnu količinu tekućine): potrebno je nekoliko gutljaja vode svaki sat - uz dovoljan unos minerala;
- prehrana se treba sastojati od više manjih obroka dnevno, uz naglasak na jelima i namirnicama koje sadrže veći udio vode i minerala;
- važno je da dijete unosi i dovoljnu količinu proteina, preporučuje se piletina, puretina, riba, orašasti plodovi, fermentirani mliječni proizvodi (jogurt, kefir i sl.);
- odjeća treba biti lagana, prozirna, pamučna, ne previše pripijena uz tijelo;
- prije boravka u autu (i nakon) - poželjno je dijete istuširati mlakom vodom ili ovlažiti područja na kojima se veće krvne žile nalaze blizu površine tijela (zapešća, vrat, područje iza koljena).

Iznimno je važno osvijestiti automatske radnje koje smo skloni usvojiti kroz svakodnevnu rutinu:

- uvježbavanjem „prisutnosti“ izbjeci ćemo ulazak u mentalni proces automatizma - prilikom ulaska u auto dobro je neko vrijeme svjesno obraćati pažnju na pokrete koje izvodimo: na dodir tijela sa sjedalicom, dodir ruku s volanom, zvukove koje čujemo iz okoline;

- preporučuje se na bilo koji način mijenjati ustaljenu rutinu radnji. Promijeniti barem minimalno „rutu“ odlaska na posao“, promijeniti redoslijed obavljanja radnji, nastojati ne izvoditi više radnji istovremeno;
- preporučuje se ostaviti torbu, mobitel, laptop (stvari koje moramo uzeti prije izlaska iz auta) na stražnjem sjedalu) kako ne bismo „automatski“ izašli iz auta, bez pogleda na stražnje sjedalo;
- u svakodnevnom životu roditeljima se preporučuje usvajanje metoda suočavanja sa stresom i uvježbavanje metoda prisutnosti u sadašnjem trenutku.

Djetetu je potrebno objasniti, na način primjeren dobi.

- da smije i treba reagirati ako ga roditelj ostavi u vozilu;
- predočiti i načine mogućeg reagiranja (ukoliko je to moguće i ovisno o dobi): način izlaska iz auta, otvaranja prozora ili bilo koji način signaliziranja da je ostalo samo u vozilu.

Dijete se ne smije ostavljati u vozilu niti pri umjereno visokim temperaturama niti na „vrlo kratko“ vrijeme!