

कार सीटों और बूस्टर सीटों से सुरक्षा

Safety with Car Seats and Booster Seats

Car crashes are the main cause of accidental death and serious injury of children. Correctly using a car or booster seat can save your child's life.

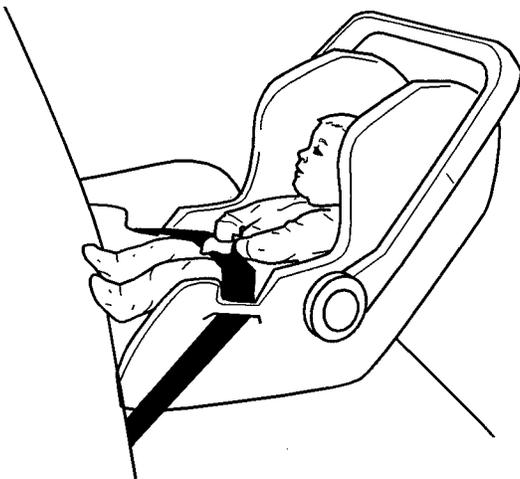
Throughout the United States, there are laws that require car seat and booster seat use for children. Laws in most states require that parents or guardians use a:

- **Rear-facing car seat** for infants under 20 pounds and until at least 2 years old
- **Front-facing car seat** for children under 40 pounds and under 4 years old
- **Booster seat** for children under 80 pounds and under 8 years old

Car seat and booster seat laws may differ by state. When you are traveling with children, follow the laws of the state in which you are driving.

Rear facing car seat

- Your child **must ride facing the rear in a car seat until at least 2 years old** or until they reach the height or weight limit on the car seat for rear facing use.



कार दुर्घटनाएँ बच्चों को गंभीर चोट तथा उनकी मृत्यु का प्रमुख कारण होती हैं। सही प्रकार से कार या बूस्टर सीट के प्रयोग द्वारा बच्चे की जीवन रक्षा की जा सकती है।

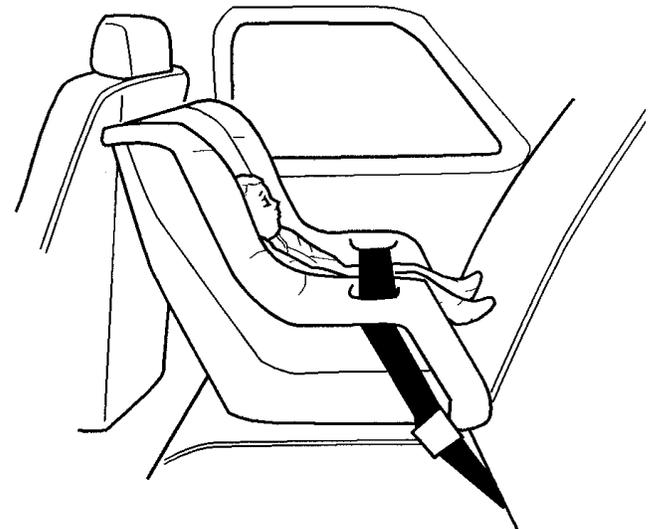
समूचे संयुक्त राज्य अमरीका में ऐसे कानून लागू हैं, जिनके अनुसार कार में बच्चों के लिए कार और बूस्टर सीट का प्रयोग आवश्यक है। ज्यादातर राज्यों में कानूनन यह आवश्यक है कि अभिभावक इनका प्रयोग करें:

- कम से कम 2 वर्ष की आयु तक के तथा 9 किलो (20 पौंड) से कम वजन वाले शिशुओं के लिए **पीछे की ओर मुँह किये सीट**
- 4 वर्ष की आयु तक के तथा 18 किलो (40 पौंड) से कम वजन वाले बच्चों के लिए **सामनेकी ओर मुँह किये सीट**
- 8 वर्ष की आयु तक के तथा 36 किलो (80 पौंड) से कम वजन वाले बच्चों के लिए **बूस्टर सीट**

अलग अलग राज्यों में कार सीट और बूस्टर सीट संबंधी कानून अलग हो सकते हैं। जब आप बच्चों के साथ यात्रा कर रहे हों, आप जिस राज्य से गुज़र रहे हों उसके कानून का पालन करें।

पीछे की ओर मुँह किये कार सीट

- कम से कम 2 वर्ष की आयु के होने तक अथवा कार सीट में पीछे की ओर मुँह करके यात्रा करने के लिए लागू उँचाई अथवा वजन की मर्यादा तक पहुँचने तक आपके बच्चे को पीछे की ओर मुँह किये कार सीट में ही यात्रा करनी होगी।



Front facing car seat

- Children between 20 and 40 pounds and under 4 years old must ride in a car seat facing forward.
- Attach the car seat's tether strap to the tether anchors in the back seat of the car.

आगे की ओर मुँह किये कार सीट

- 9 और 18 किलो (20 और 40 पौंड) के बीच के और 4 वर्ष से कम आयु के बच्चों को आगे की ओर मुँह किये कार सीट में ही यात्रा करनी होगी।
- कार सीट को बाँधने वाले पट्टे करे कार की पीछे की सीट पर बाँधने वाले पट्टों पर बाँधें।



Booster seat

- Children under 80 pounds (4 to 8 years old) must ride in booster seats, which make the lap and shoulder belts fit correctly.

बूस्टर सीट

- 18 से 36 कि.ग्रा. (40 से 80 पाउण्ड) के वजन वाले बच्चे जो अक्सर 4 से 8 वर्ष के बीच की उम्र के होते हैं बूस्टर सीट में यात्रा कर सकते हैं जिसमें गोदी तथा कंधे की बेल्ट भली प्रकार से कस जाती है।



Safety tips

Laws require that drivers and front-seat passengers wear a seat belt. Children must wear a seat belt and use a car seat when riding in vehicles.

- Children do not fit in seat belts until they are over 58 inches tall and their knees bend over the edge of the seat.
- The back seat is the safest place for children under 13 years old to ride.
- Never place a child in the front seat of a car or truck unless there is no other seat. Then be sure the **passenger air bag is turned off** and the seat is back as far as it can go.
- If a child is old enough to use an adult seat belt and must ride in the front seat, secure the child correctly in the lap and shoulder seat belt. Move the front seat as far back as you can from the dashboard.

Car seats

- Not all car seats fit in all vehicles. When installed correctly, the car seat should not move more than one inch from side to side.
- Attend a car seat safety check in your community. These may be offered by your local health department.
- Keep harness straps snug and fasten the harness clip at armpit level. Harness straps should be at or below the shoulder level.
- When using a rear-facing infant seat, recline the car seat to keep the baby's head from dropping forward. Put the infant car seat carrying handle down.
- Infants and children should not wear heavy coats under the straps of the car seat's harness. If extra warmth is needed, use a blanket over the seat.

सुरक्षा के उपाय

कानूनन यह आवश्यक है कि कार चालक और आगे की सीट में बैठे यात्री सीट बेल्ट पहनें। बच्चों को वाहन में यात्रा करते समय सीट बेल्ट पहनना चाहिए और कार सीट इस्तेमाल करनी चाहिए।

- जब तक उनकी ऊँचाई 147 सेंमी (58 इंच) न हो और उनके घुटने सीट के किनारे पर मुड़ने न लगें, बच्चे सीट बेल्ट में नहीं समाते।
- 13 वर्ष से कम आयु के बच्चों के यात्रा करने के लिए पीछे की सीट सब से सुरक्षित स्थान है।
- अलावा इसके कि उसमें और कोई सीट न हो, बच्चे को कभी भी किसी कार या ट्रक में आगे की सीट में न बिठाएं। और फिर सुनिश्चित करेग कि **यात्री एयरबैग ऑफ है** और सीट संभव उतना पीछे खिसकाई हुई है।
- यदि कोई बच्चा वयस्कों वाली सीट बेल्ट का प्रयोग करने के लिए पर्याप्त रूप से बड़ा है और उसे अगली सीट पर ही यात्रा करनी है तो उसे गोदी में तथा कंधे पर सीट बेल्ट द्वारा भली प्रकार सुरक्षित कर दें तथा आगे की सीट को पीछे खिसकाते हुए डैश बोर्ड से जितना संभव हो उतना दूर रखें।

कार सीटें

- सभी कार सीटें सभी वाहनों में भली प्रकार फिट नहीं बैठतीं। सही प्रकार से लगाए जाने पर कार सीट को किसी भी दिशा में 2.5 सेंमी (1 इंच) से अधिक नहीं खिसकना चाहिए।
- अपने समुदाय में किसी कार सीट सुरक्षा जाँच में भाग लें। यह आपके स्थानीय स्वास्थ्य विभाग द्वारा उपलब्ध करायी जा सकती है।
- सुरक्षा पट्टियों को आरामदायक रखें तथा हार्नेस क्लिप बगल के स्तर पर बाँधें। हार्नेस की पट्टियाँ कंधे के स्तर पर अथवा उससे नीचे होनी चाहिए।
- पीछे की ओर मुँह वाली शिशु सीट का प्रयोग करते समय कार सीट को पीछे की ओर झुकाएँ जिससे बच्चे का सिर आगे की ओर न झुक पाए। शिशु कार सीट को हैंडल नीचे करके लगाएँ।
- बच्चे ने हार्नेस पट्टियों के नीचे कोई भारी कोट नहीं पहना होना चाहिए। यदि अतिरिक्त गरमाहट की आवश्यकता है तो सीट के ऊपर से कंबल का प्रयोग करें।

If your child has special needs, talk to your doctor about the safest way to travel with your child.

यदि आप के बच्चे की विशेष ज़रूरतें हों, तो अपने बच्चे के साथ यात्रा करने के सब से सुरक्षित तरीके के बारे में अपने डॉक्टर से बात करें।

© 2005 - June 19, 2015, Health Information Translations.

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Wexner Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain treatment.