

9 نصائح للوقاية من الغرق في المسابح

23 يوليو، 2025



كشف المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية عن بعض الوقاية من الغرق في المسابح.

وأشار المركز الوطني لتعزيز الصحة النفسية عبر حسابه بمنصة "إكس"، إلى بعض النصائح والتي جاءت كالتالي:

- راقب الأطفال باستمرار ولا تتركهم بمفردهم لضمان سلامتهم.
- راجع تعليمات السلامة مع الطفل قبل السباحة وتأكد من فهمه لها.
- إفراغ المسبح القابل للنفخ من الماء بعد كل استخدام ووضعه بعيداً عن متناول الأطفال.
- تثبيت حاجز حول المسبح واستخدام أجهزة إنذار المسابح إن أمكن.
- إزالة الألعاب المائية من المسبح حتى لا يسقط الطفل في الماء عند محاولته الوصول إليها.

-استئجار الشاليهات والاستراحات التي تحتوي على حواجز حول المسبح وتوفر أدوات الإنقاذ والسلامة المائية.

-تجنب القفز في المسبح مما قد يسبب إصابات خطيرة عند الاصطدام بسباحين آخرين أو بأرضية وحواف المسبح.

-احرص على استخدام سترات النجاة والعوامات لمن لا يجيدون السباحة والأطفال.

-تجنب الجري حول المسبح لتفادي الانزلاقات والحوادث.



المركز الوطني
لتعزيز الصحة النفسية



وقاية
هيئة الصحة العامة
PUBLIC HEALTH AUTHORITY

الوقاية من الغرق في المسابح



إفراغ المسبح القابل
للفخ من الماء بعد كل
استخدام ووضعه بعيداً
عن متناول الأطفال



راجع تعليمات السلامة مع
الطفل قبل السباحة وتأكد
من فهمه لها



راقب الأطفال باستمرار
ولا تتركهم بمفردهم
لضمان سلامتهم



استئجار الشاليهات
والاستراحات التي تحتوي
على حواجز حول المسبح
وتوفر أدوات الإنقاذ
والسلامة المائية



إزالة الألعاب المائية من
المسبح حتى لا يسقط
الطفل في الماء عند
محاولته الوصول إليها



تثبيت حاجز حول المسبح
واستخدام أجهزة إنذار
المسابح إن أمكن



تجنب الجري حول
المسبح لتفادي
الانزلاقات والحوادث



احرص على استخدام
سترات النجاة والعوامات
لمن لا يجيدون السباحة
والأطفال



تجنب القفز في المسبح
مما قد يسبب إصابات
خطيرة عند الاصطدام
بسباحين آخرين أو بأرضية
وحواف المسبح



@Saudi_PHA

برنامج تحول
القطاع الصحي



رؤية
2030
المملكة العربية السعودية
KINGDOM OF SAUDI ARABIA