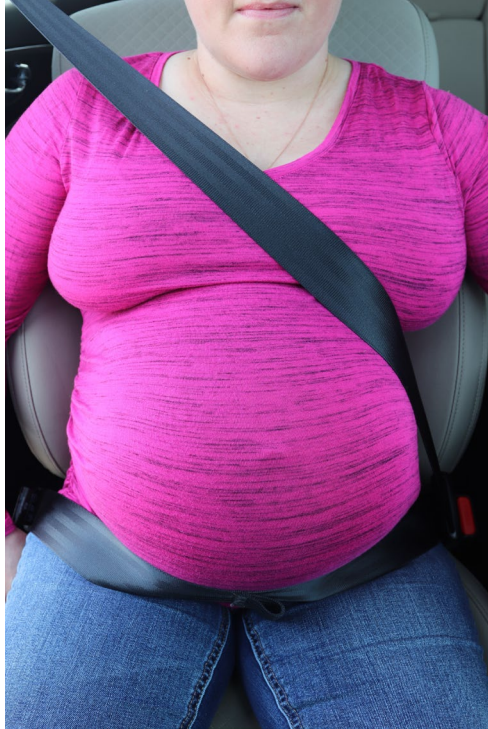


استخدام حزام الأمان أثناء الحمل



هل يجب أن أربط حزام الأمان؟

- نعم. فإن ربط حزام الأمان من أهم الأمور على الأرجح التي تفعلينها للحفاظ على حياتك وأمان طفلك.

كيف أقوم بربط حزام الأمان بطريقة سليمة؟

- ضعي حزام الخصر أسفل منحني بطنك بحيث يستقر الحزام على وركيك.
- ارتدي حزام الكتف على جانب بطنك ولينحرف عبر وسط صدرك وعظمة الترقوة.

ما الكيفية الصحيحة لضبط مقعد السيارة؟

- اجلسي في وضعية إرجاع الظهر للوراء لتوفير مساحة بين بطنك وعجلة القيادة، ولكن تأكدي من أنه يمكنك الضغط على الدواسات حتى تلمس الأرض.
- حاولي عدم إمالة ظهر المقعد أكثر من اللازم. فالجلوس يكون في وضع مستقيم ومريح.

ماذا على أن أفعل مع الوسادات الهوائية لسيارتي؟

- قومي بإمالة عجلة القيادة بحيث تكون الوسادة الهوائية موجهة نحو صدرك وليس بطنك أو وجهك.
- اضبطي مقعدك للحفاظ على مسافة عشر بوصات على الأقل بين الوسادة الهوائية وصدرك.

ماذا أفعل في حال تعرضت لحادث تصادم؟

- التمسعي عناية طبية فورية واطخري مقدم رعاية متابعة الحمل الخاص بك، حتى لو لم تشعرين بأية إصابة.

للمزيد من المعلومات، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني

www.hcpvs.org

