

# Trambolin Kullanımı

## Uyarılar ve güvenlik uyarları



Trambolin atlama popülerdir ve hareketi te vik eder - ancak küçük çocuklar ve okul öncesi çocuklarda problemlidir. Motor beceriler, denge, atlama davranışı ve kemik büyümesi, 6 yaından itibaren trambolinlerle atlamanın çocuğunuz için önerilebileceği kadar olgunlaştırır. Altı yaından önce, çocuklar özellikle kemik kırma riskiyle karşı karşıyadır ve tüm trambolin kazalarının neredeyse üçte biri okul başlamadan önce meydana gelmektedir.

Aynı zamanda okul çocukları, ve gençler trambolinlerle atlarken yaralanabilirler!

- Tüm yaralanmaların yaklaşık üçte biri, kol ve bacakta kırık kemikler de dahil olmak üzere hastanede tedavi edilmek zorunda oldukları kadar ağırdır, aynı zamanda kafa yaralanmaları da vardır
- Bir atından dümesiyle olduğu gibi, en ciddi omurga yaralanmaları da vardır.\*

### Trambolin üzerinde kazalar nasıl meydana gelir?

- zıplarken bükerek
- mindere dürek ve mutsuz gelişi
- trambolinden dürek
- diğer çocuklarla veya yeti kinlerle çarpışma yoluyla
- takla atları gibi riskli sıçramalarla



6 yaından altındaki çocuklar trampoline ait değildir



Bir ağı olmadan ve asla birlikte atlama



Takla atmak veya diğer tepeler atlamak yasaktır



Sadece yeti kinlerin varlığında atla

Amerikan Pediatri Akademisi gibi Alman çocuk doktorları ağıdaki güvenlik önlemlerini önermektedir:

- Trambolin yok - ayrıca mini trambolin yok - evde veya bahçede 6 yaından altındaki çocuklar için
- Trambolin çok popüler - ancak özellikle küçük çocuklar için egzersiz te vik etmenin daha iyi ve daha güvenli yolları var
- Trambolin sadece talimatlara göre ve yeti kinlerin varlığında kullanılmalıdır
- trambolin (okul) çocuklar tarafından kullanılıyorsa, trambolin üzerine sadece bir kişi atlayabilir! Ebeveynlerle de zıplamayın
- rollover veya benzeri biriyle zıplamayı denemeyin

\*"Yaralanma Tarihi Üssü" Alman ağından kaza verileri: Avusturya, Lüksemburg ve Hollanda gibi komşu Avrupa ülkelerinde de benzer sonuçlar bulundu

# Dikkat!



## Trambolin kazalar en sik nerede olur?



### bahçede

Trambolini sadece 6 yaş ve sadece 6 yaından itibaren kullanın. Bir yeti kin orada olmalı ve kullanmadan önce trambolinin güvenli ini kontrol etmelidir (kı tan sonra iyice)



### oyun alanında

Bir yeti kin orada olmalı ve trambolin ve çevresini güvenlik açısından kontrol etmelidir



### apartmanda

apartmanda trambolin atlamak yok, mobilya dü me nedeniyle yaralanma riski



### e lence parkında veya trambolin parkında

Takla ve di er havai atlamalar sadece profesyonel rehberlik altında ön e itimden sonra deneyimli ki iler içindir. Denetim ve güvenlik talimatları kalite özellikleridir. Güvenlik talimatı yoksa, sormayı unutmayın.



**Prof. Dr. med. Peter Paul Schmittenbecher, Karlsruhe, Alman çocuk cerrahisi derne i (DGKCH) ba kanı**

*Ebeveynler trambolinlerin tehlikesini hafife alır ve tekrar tekrar ciddi yaralanmalar meydana gelir. İki tipik örnek:*

*"Dört ya ındaki bir çocuk bahçedeki bir trambolinin üzerine atladı, aniden sa baca ını ba ladı ve yürürken a rı dan ikayet etti. X-i ini incikte bir çatlak çatlamaı gösterdi.*

*8 ya ında bir kız bir salto giri imi sırasında bir trambolin parkındaki trambolinin üzeri ne çöktü. Sonuç: Karma ık dirsek kırığı ve aynı zamanda alt kol kırığı."*

**bvkj.**

Berufsverband der  
Kinder- und Jugendärzte e.V.