

Пользование ремнем безопасности во время беременности

Пристегиваться ли ремнем безопасности?

- Да! Правильно пристегнутый ремень – важнейшее средство защиты для вас и вашего ребенка.

Как правильно отрегулировать положение ремня безопасности?

- Поясная часть ремня должна располагаться под животом, на бедрах.
- Плечевая часть ремня должна проходить по диагонали, сбоку от живота, через середину грудной клетки и ключицу.

Как правильно выбрать положение сиденья?

- Сиденье следует установить так, чтобы живот не касался руля, а ноги легко доставали до педалей.
- Не следует наклонять спинку сиденья сильно назад. Лучше сидеть в удобном положении, держа спину почти вертикально.

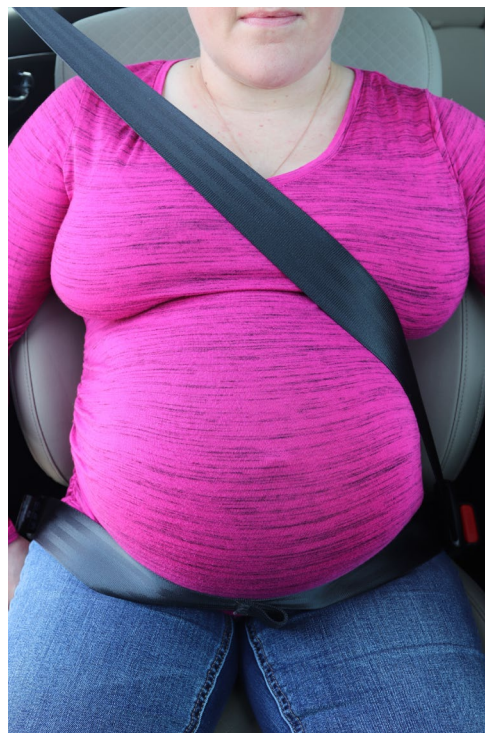
Что делать с подушкой безопасности?

- Положение рулевой колонки следует отрегулировать таким образом, чтобы подушка безопасности была направлена в сторону грудной клетки, а не лица или живота.
- Сиденье следует сдвинуть так, чтобы расстояние от подушки безопасности до груди составляло не менее 25 см (10 дюймов).

Что делать в случае аварии?

- Следует немедленно обратиться за медицинской помощью и сообщить о произошедшем ведущему беременность врачу, даже если вам кажется, что вы не пострадали.

Дополнительная информация на сайте:
www.hcpvs.org



Hudson Center
for Prenatal
Vehicle Safety

uchealth

Seat Belt Use During Pregnancy

Should I wear my seat belt?

- Yes. Wearing your seat belt properly is the most important thing you can do to keep you and your baby safe.

How should my seat belt fit?

- Place the lap belt under the curve of your belly so the belt rests on your hips.
- Wear the shoulder belt to the side of your belly and diagonally across the center of your chest and collar bone.

How should I adjust my seat?

- Sit back to provide space between your belly and the steering wheel, but be sure you can reach the pedals safely.
- Try not to recline the seat more than necessary. Sit in a comfortable upright position.

What should I do about my airbags?

- Tilt your steering wheel so the airbag is directed towards your chest, not your belly or your face.
- Adjust your seat to keep at least ten inches of space between the airbag and your chest.

What should I do if I am in a crash?

- Seek immediate medical attention and notify your prenatal care provider, even if you do not feel injured.

For more information, please visit www.hcpvs.org

