

Từ 6 đến 12 tháng

Bảo Vệ Sự An Toàn Cho Con Em Chúng Ta

Con bạn đã lớn nhanh. Cháu bập bẹ nói, cười. Cháu cựa quậy nhiều hơn, hiếu kỳ và thích thăm dò, sờ mó và nắm các đồ vật.

Con bạn ngày một lớn, bạn cần lưu ý những điều sau đây.

Cháu bé ngày một lớn hơn, bạn cần để ý những rủi ro có thể xảy ra. Phải nhận thức được những nguy cơ quanh con bạn và không nên xem thường những chuyện cháu có thể làm hoặc muốn thử làm.

Con bạn cần được chăm sóc

Khi bạn không thể đoán được tại sao cháu bé khóc hay khó chịu

- Lắc mạnh người hoặc đánh cháu bé để bắt ngưng khóc có thể làm cháu bị tổn thương nặng và có khi làm cháu thiệt mạng.
- Khi bạn cảm thấy có thể làm tổn thương đến cháu bé, hãy gọi điện thoại cho người thân, bạn bè hay gọi **1-800-4 A CHILD (1-800-422-4453)** để được giúp đỡ.
- Theo học khóa thực tập Phương Pháp Hồi Sinh Tim Phổi (CPR) cho trẻ em và khóa Sơ Cứu (first aid). Hãy liên lạc với nhà thương trong địa phương bạn trú ngụ hoặc với hội Hồng Thập Tự Hoa Kỳ để biết chương trình học.

Từ 6 đến 8 tháng

- Biết lật
- Biết ngồi
- Vói và tập nắm các đồ vật
- Bỏ đồ vật vào miệng

Từ 8 đến 10 tháng

- Bò và trườn người
- Nhặt được các vật nhỏ
- Biết bỏ đồ vật vào và lấy đồ vật ra từ trong hộp đựng
- Để ý nghe lời bạn nói hơn

Từ 10 đến 12 tháng

- Có thể vịn tay kéo người tự đứng dậy được
- Vịn đồ đạc bước lần từng bước
- Tìm đồ vật cất dấu
- Bập bẹ giống như nói chuyện và có thể bắt đầu nói vài tiếng giản dị, dễ nói
- Làm theo những lời chỉ dạy ngắn gọn



Injury and Violence Prevention Program
California Chapter 4, American Academy of Pediatrics

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®
California Chapter 4



Children & Families
Commission of Orange County



Những nguy cơ thường hay xảy ra cho trẻ em từ 6 đến 12 tháng

TÉ NGÃ

Con bạn sẽ lật, bò lê và cháu sẽ biết trườn người leo lên đồ đạc trong nhà.



- Khi thay tã cho con, bạn phải **luôn luôn** lấy tay giữ cháu khi bạn đặt cháu trên bàn thay tã (bạn có thể cột cháu bằng dây đai), trên giường, trên ghế dài hay bất cứ chỗ nào cao hơn mặt đất và dù bạn nghĩ cháu không thể lật người ngã được.
- Đặt cửa chặn trên lầu và dưới chân cầu thang. Bắt đinh ốc xiết chặt cửa chặn trên lầu vào tường, để ngăn ngừa cháu bé đẩy tung ra.
- Đóng cửa và cài chốt tất cả các cửa ra ban công (Balconies) hay ra ngoài đường. Chốt cài phải đặt ngoài tầm tay với của cháu bé.
- Đừng thả cháu trong xe tập đi. Xe tập đi có thể lật, cháu bé có thể bị lặn ra ngoài và té xuống cầu thang. Hãy để cháu chơi trong quây chơi không xô dịch được.

NGHẸN hoặc HÓC

Cổ họng và đường khí quản của cháu bé còn rất nhỏ và cháu sẽ dễ bị nghẹn khi nuốt một vật dù rất nhỏ. Cháu còn đang tập nhai và có thể bị nghẹn khi ăn thức ăn cứng hoặc mềm nhưng dính, khó nuốt. Cháu sẽ nhặt đồ vật bỏ vào miệng khiến cháu có thể bị thương và bị hóc.

- Nhặt cất tất cả những vật nhỏ như đồng xu, nút áo, kim băng, quân cờ và những đồ chơi nhỏ ở trong nhà bạn, nhà ông bà hay chỗ bạn gửi cháu.
- Cháu còn chưa hiểu hết những gì bạn nói nên dù bạn có nói “không”, cháu vẫn tiếp tục nhặt các đồ vật bỏ vào miệng.
- Khi bác sĩ nói cháu có thể dùng thức ăn đặc được, cho cháu ăn những thức ăn mềm, dễ nuốt và cắt thành từng miếng nhỏ để cháu khỏi bị nghẹn.



Những thức ăn có nguy cơ làm nghẹn, hóc

Cà rốt nguyên củ – Bơ đậu phộng - Hot dog
Kẹo tròn và cứng – Các loại hạt (nhất là đậu phộng) - Nho nguyên quả
– Trái “cherry” tươi có hạt – Cẩn tây sống

Thức ăn an toàn (cắt thành miếng nhỏ)

Bánh mì, bánh mì lát nướng hay ngũ cốc (Cereal) – Trứng bác
Pho mát cắt khối vuông – Trái cây – Bánh don hay bánh bích quy (cookies)
– Đậu hũ cắt khối vuông – Các loại mì sợi, cơm, khoai tây – Các loại rau quả nấu chín như - Thịt gà hay thịt gà tây thái nhỏ

Những nguy cơ thường hay xảy ra cho trẻ em từ 6 đến 12 tháng

AN TOÀN LÚC NGỦ

Đặt cháu nằm ngửa khi ngủ là cách nằm an toàn nhất cho cháu

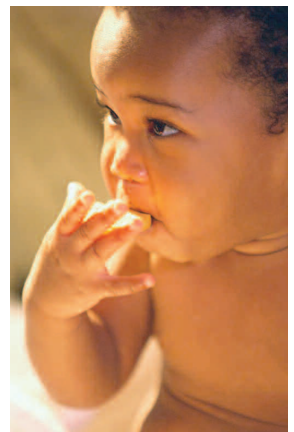
- Để đề phòng cháu bị ngộp thở khi ngủ và “Triệu Chứng Tử Vong Đột Ngột Của Trẻ Sơ Sinh” SIDS (Sudden Infant Death Syndrome), hãy đặt cháu bé nằm ngửa trong nôi trên một tấm nệm cứng, chắc và vừa khít vào thành nôi.



- Đừng để gối mềm bông, chăn dày, đệm lót vòng thành nôi hoặc đồ chơi nhồi bông trong nôi vì các đồ vật này có thể làm cháu ngộp thở.
- Khoảng cách giữa các song gỗ trên thành nôi không được quá 2-3/8 inches.
- Đừng hút thuốc và đừng cho bất cứ ai hút thuốc trong nhà hoặc ở bất cứ chỗ nào khác có mặt con bạn.
- Đừng kê nôi gần màn vải hay màn che cửa sổ. Cháu có thể bị quấn và nghẹt thở.
- Khi cháu có thể quỳ gối dậy được, bạn hãy cất các đồ chơi treo đầu nôi như các loại đồ chơi quay trên thành nôi. Cháu có thể bị vướng vào giây đồ chơi và bị nghẹt thở.

NGỘ ĐỘC

Cháu bé rất hiếu kỳ và đang thăm dò môi trường quanh cháu. Cháu sẽ nhặt các đồ vật bỏ vào miệng thử, dù mùi vị những vật này không có gì là ngon lành.

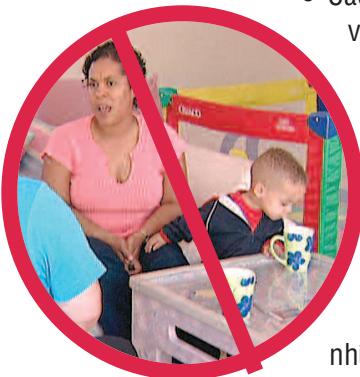


- Giữ tất cả thuốc bệnh, thuốc bổ, sản phẩm làm vệ sinh trong nhà và mỹ phẩm trong tủ cài chốt ở ngoài tầm mắt và tầm tay của cháu.
- Đặt chốt cài an toàn ở các ngăn kéo và tủ chén bát. Có thể các chốt cài sẽ không ngăn được con bạn đến gần tủ nhưng sẽ làm cháu bớt lục lọi.
- Hãy để ví tiền và túi xách tay ngoài tầm tay của cháu.
- Đóng cửa và cài then phòng tắm vì đây không phải chỗ an toàn cho cháu.
- Nếu cháu bé nuốt nhầm một chất có hại hay da cháu chạm vào chất độc, bạn phải lập tức gọi Trung Tâm Điều Hành Kiểm Soát Ngộ Độc California (California Poison Control System) ở số miễn phí **1-800-222-1222** để được giúp đỡ.

PHÒNG

Cháu bé ở tuổi hiếu kỳ, sẽ tìm cách với, nhặt hay sờ các đồ vật dù đồ vật này rất nóng.

- **Đừng bao giờ** hâm sữa của cháu trong microwave vì sữa có thể dễ bị hâm quá nóng.
 - Các thức ăn, đồ uống nóng và các vật dụng nóng như bàn là, đồ cuộn tóc, nến, thuốc lá và đồ gạt tàn thuốc phải để xa ngoài tầm với của cháu.
 - Đặt tấm chắn hay cửa chặn quanh lò sưởi, bếp nướng hay lò nước nóng; cột gọn giây điện xuống sàn hay lên tường. Gắn nắp an toàn lên các ổ cắm điện không dùng tới.
 - Quần áo và bộ chăn mền giường ngủ phải làm bằng loại vải không bén lửa (flame-retardant).
 - Điều chỉnh nhiệt độ lò nước nóng cao nhất là 120°F hay vận mức “Ấm” (Warm).
Luôn luôn thử nhiệt độ nước trước khi tắm cho cháu bé.
 - Đặt máy dò độ khói trong mỗi phòng ngủ.
 - Tránh không cho các em bé đến gần những g iây điện vì các em có thể nhai vào những g iây điện đó.



Những nguy cơ thường hay xảy ra cho trẻ em từ 6 đến 12 tháng

PHÒNG NGỪA CHẾT ĐUỐI

An toàn trong phòng tắm: Cháu bé có thể bị chết đuối mà không ai hay. Nếu cháu bị ngã trong bồn tắm, rất có thể cháu sẽ không tự ngồi được và sẽ bị chết đuối trong khoảnh khắc dù trong bồn tắm không có quá vài phân (inch) nước.

- Không nên để cháu bé một mình trong bồn tắm dù chỉ một vài giây. Nếu bạn cần ra ngoài phòng tắm, hãy mang cháu bé theo bạn.
- Nếu được, luôn luôn đóng cửa và cài chốt cửa phòng tắm.

An toàn quanh hồ bơi: Con bạn có thể chạy ra hồ bơi hay hồ tắm SPA mà bạn không hay. Trẻ nhỏ thường hay hiếu kỳ và dễ bị lôi cuốn bởi nước trong hồ. Cháu có thể bị ngã trong hồ một cách êm thắm không tiếng động.



- Bạn phải luôn để tay giữ con bạn khi cháu chơi gần hồ nước.
- Hồ bơi sau nhà hay gần nhà phải có rào che cao 4 bộ (foot) bao bọc chung quanh. Cửa rào che phải được trang bị hệ thống đóng cửa tự động cùng với chốt cài gài tự động. Chốt cài phải đặt xa ngoài tầm với của trẻ em. Cửa rào phải mở ra hướng ngoài hồ bơi.
- Ao, mương, lạch nước sau nhà hay quanh khu nhà ở phải có rào vây chung quanh.

AN TOÀN TRONG XE HƠI Mỗi khi con bạn được chuyên chở bằng xe hơi, cháu phải ngồi trong ghế an toàn của trẻ em và được cài giầy an toàn cẩn thận. Ghế an toàn phải phù hợp với trọng lượng, chiều cao và tuổi của cháu và được đặt trên băng ghế sau của xe hơi.

- Tốt nhất là đặt cháu ngồi quay mặt về phía sau, dù cháu đã được hơn 1 tuổi. Nếu cháu cân nặng hơn 20-22 cân (pounds), cháu cần có ghế an toàn cho xe hơi, loại chuyển hóa được và ghế phải được chứng nhận có thể dùng cho trẻ em nặng cân hơn ngồi quay mặt về phía sau.
- Đặt con bạn ngồi quay mặt về phía sau cho đến khi cháu đạt giới hạn cao về trọng lượng hay chiều cao của ghế chuyển hóa ngồi quay mặt về phía sau.
- Khi con bạn cân nặng hơn trọng lượng giới hạn của ghế chuyển hóa ngồi quay mặt về phía sau, cháu phải ngồi trong ghế an toàn, quay mặt về phía trước; ghế an toàn phải được đặt ở băng ghế sau của xe hơi. Kiểm soát bảng hướng dẫn của ghế an toàn cho xe hơi để biết chắc rằng bạn đặt ghế đúng cách.
- **Không bao giờ** đặt cháu ngồi trên ghế trước của xe hơi nếu bên ghế hành khách có trang bị túi hơi an toàn. Túi hơi an toàn có thể làm cháu bị tổn thương nặng và có khi làm cháu thiệt mạng.
- Đừng bỏ cháu một mình trong xe, dù chỉ trong một phút. Đây là một vấn đề rất nguy hiểm và trái với luật của California.



AN TOÀN QUANH CHỖ ĐẬU XE HƠI

Cháu bé rất hiếu kỳ, thích thăm dò thế giới xung quanh em. Cháu có thể bò ra đường hay ra sân đậu xe



- Mỗi lần dắt con bạn ra ngoài chơi, bạn phải cẩn thận giữ cháu hoặc để cháu chơi nơi ngăn biệt hẳn với chỗ xe hơi (chẳng hạn như có tường hay hàng rào chặn).
- Khi lùi xe từ sân đậu ra đường, bạn phải luôn luôn kiểm soát đằng sau xe vì con bạn có thể chơi gần đó và sẽ bị đụng nếu bạn không nhìn thấy cháu.