

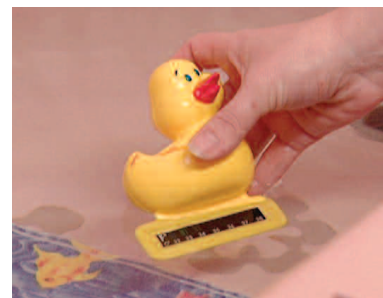
Ý kiến góp phần bảo vệ sự an toàn cho con em

Con bạn ngày một lớn hơn, cháu sẽ càng di động nhiều hơn. Dưới đây là danh sách các dụng cụ bạn có thể dùng trong nhà hay nơi giữ trẻ để giúp bạn bảo vệ sự an toàn cho cháu.



Cầu thang và khuôn cửa

- Cửa chặn cầu thang



Phòng tắm

- Nhiệt kế cho bồn tắm
- Lọ, hộp đựng có nắp an toàn
- Chốt khóa tủ thuốc



Phòng khách phòng ăn, phòng ngủ

- Chốt cài và khóa cửa
- Khóa cửa sổ
- Khóa cửa tủ
- Miếng nỉ lót chân bàn
- Máy dò độ khói



Quanh hồ bơi

- Hàng rào quanh hồ bơi (cả bốn phía)



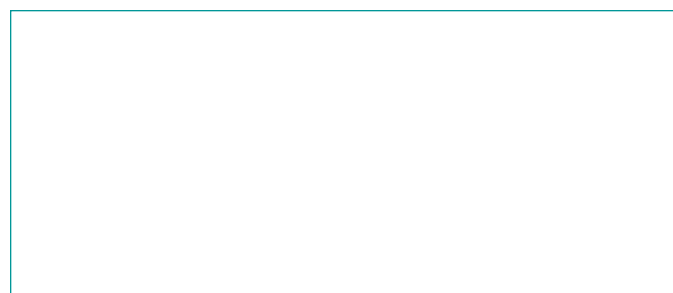
Trong bếp

- Khóa tủ bếp
- Tấm chắn cửa lò



Xe hơi

- Kính chiếu hậu hoặc thiết bị nhạy cảm, phát hiện đồ vật bị che đậy sau xe



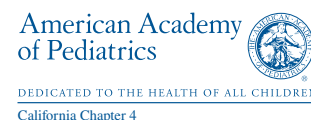
Từ sơ sinh đến 6 tháng



Con bạn cần được chăm sóc

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

- Cách hay nhất bạn có thể làm là dịu dàng bế và vỗ về cháu trong lúc bạn thử tìm hiểu xem cháu cần gì.
- Lắc mạnh người hoặc đánh cháu 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.



Bảo Vệ Sự An Toàn Cho Con Em Chúng Ta

Con bạn là nguồn sống mới trong đời bạn. Cháu đem lại nhiều thay đổi bất ngờ và nhiều kinh nghiệm sống bạn chưa từng trải qua. Có thể, bạn không biết phải xoay sở ra sao hoặc làm thế nào để giữ cho cháu được an toàn. Những lời chỉ dẫn sau đây có thể giúp bạn bảo vệ con bạn được an toàn và sống yên vui.

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 làm.

Từ sơ sinh đến 2 tháng

- Còn rất yếu ớt
- Chưa tự giữ đầu thẳng được; đầu và thân cần được nâng đỡ
- Hay cọ quậy, lắc lư, đập và sống động, năng hoạt
- Khó đoán biết cháu bị đau hay ốm
- Khó đoán biết tại sao cháu khóc

Từ 2 đến 4 tháng

- Đầu và thân vẫn còn cần được nâng đỡ
- Cọ quậy, lắc lư, đập nhiều hơn
- Bắt đầu biết lẫy
- Dễ đoán hơn tại sao cháu khóc hay khó chịu

Từ 4 đến 6 tháng

- Khi nằm sấp, có thể ngừng đầu và ngực lên nhưng đầu và thân vẫn cần được nâng đỡ
- Lẫy
- Tập lật và quay tròn chung quanh
- Vỡ các đồ vật bỏ vào miệng
- Tô mò thăm dò môi trường chung quanh



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

TÉ NGÃ Con bạn sẽ cựa quậy, đạp chân, quơ tay và cháu sẽ biết lăn người từ bên này qua bên khác.



- 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 giấy 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.
- Đừng thả cháu trong xe tập đi. Xe tập đi có thể lật, cháu bé có thể bị lăn ra ngoài và té xuống cầu thang. Hãy để cháu chơi trong quây chơi không xô dịch được.



AN TOÀN TRONG XE HƠI

Mỗi khi chở cháu bé đi bằng xe hơi, bạn phải đặt cháu ngồi quay mặt về phía sau trong ghế an toàn cho trẻ sơ sinh hay trong loại ghế an toàn chuyển hóa được. Đặt ghế an toàn trên băng sau của xe và cột giấy an toàn cho cháu bé.

- Tốt nhất là đặt cháu ngồi quay mặt về phía sau, dù cháu đã hơn 1 tuổi. Nếu cháu cân nặng hơn 20 lbs trước khi được 1 tuổi, bạn cần dùng loại ghế an toàn chuyển hóa được và ghế phải được chứng nhận có thể dùng cho trẻ em nặng cân hơn ngồi quay mặt về phía sau.
- **Không bao giờ** đặt cháu ngồi trên băng trước nếu xe có trang bị túi hơi an toàn cho bên hành khách. Túi hơi có thể làm cháu bị tổn thương trầm trọng và có khi làm cháu thiệt mạng.
- **Không bao giờ** để cháu một mình trong xe dù chỉ trong vòng một phút. Nhiệt độ trong xe có thể lên cao đến độ làm cháu bé bị tổn thương hoặc thiệt mạng. Đây là một vấn đề rất nguy hiểm và luật California cấm không được để trẻ em một mình trong xe.



NGỘ ĐỘC

Con bạn rất dễ bị phản ứng với thức ăn, thuốc uống hoặc các loại kem thoa ngoài da.

- Đừng cho cháu bé uống thuốc hay thoa kem ngoài da cho cháu mà không có sự chỉ dẫn của bác sĩ. Bạn phải luôn luôn tham khảo cách sử dụng trước khi dùng.
- 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. Hãy xin bác sĩ nhi khoa, nhãn hiệu có số điện thoại của Trung Tâm để dán lên điện thoại của bạn.



Những nguy cơ thường hay xảy ra cho trẻ em từ sơ sinh đến 6 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 “Hội Chứng Tử Vong Đột Ngột Cửa 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, mền bông, chăn hay khăn phủ giường 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.

NGHEN hoặc HÓC

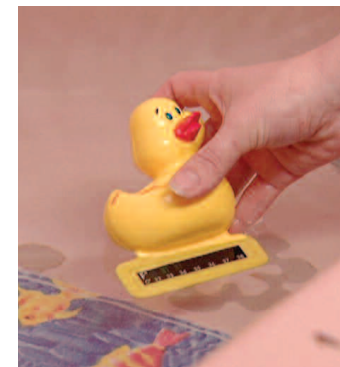
Cổ họng và đường khí quản của cháu bé còn rất nhỏ và cháu sẽ dễ bị hóc khi nuốt dù là một vật rất nhỏ.

- Kiểm soát đồ chơi của cháu, không để các miếng đồ chơi bị lỏng lẻo, có thể gãy rời ra hay có thể vỡ thành mảnh nhỏ.
- Các miếng đồ ăn cũng có thể làm cháu bị hóc.



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
- Khi nấu ăn, dùng thức uống nóng hay cầm các đồ vật nóng, bạn hãy đặt cháu trong quây chơi hay đem cháu ra một chỗ an toàn xa nhà bếp hoặc nhờ ai khác trông cháu.
- 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.

AN TOÀN TRONG PHÒNG TẮM

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

- **Đừng bao giờ** 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.
- Không nên dùng ghế tắm để giúp cháu ngồi trong bồn. Cháu bé có thể bị ngã và gục mặt dưới nước.

