

#### مهارت های که نوزاد شما یاد می گیرد

هر طفل به سرعت خود، معمولاً با طی مراحل مشابه رشد می کند. طفل شما از بدو تولد خود را تکوان می دهد و لول می خورد، در حدود 6 ماهگی به نشستن و در حدود 9 ماهگی به خزیدن شروع می کند. وی همچنان به رسیدن به اشیا و گرفتن و گذاشتن آنها به دهن خود شروع می کند. فهمیدن رشد و نمو طفل تان آن چنان که آنها بزرگ می شود به شما کمک می کند که از طفل خود لذت فراوان ببرید و کمک می کند که او را محفوظ نگهدارید.

#### نکاتی در مورد حمام دادن

- همه چیزهای مورد ضرورت را نزدیک در دسترس خود بگذارید.
- هرگز طفل خود را بدون نظارت یا زیر مراقبت یک طفل بزرگتر در حمام نگذارید.
- زمانی که طفل شما در آب است، همیشه یک دست خود را بر نوزاد خود نگه دارید.
- هرگز نگاه خود را از او نگیرید یا او را در نزدیکی آب بدون مراقبت نگذارید.
- وقتی طشت حمام را پر می کنید، اول آب سرد را جاری کنید بعد آب گرم، سپس باز هم آب سرد را و خوب باهم مخلوط کنید تا با تماس نل آب سرد و درجه حرارت آب برابر احساس شود.

#### نکاتی در مورد تغذیه

- در صورت تغذیه با چوشک، همیشه درجه حرارت شیر را پیش از دادن به طفل خود بررسی کنید. مایکروویف شیر را بطور نابرابر حرارت می دهد لذا همیشه چوشک را تکوان بدهید تا محتویات آن مخلوط گردد.
- در وقت غذا دادن همیشه طفل خود را زیر نظر داشته باشید - هرگز چوشک طفل خود را تکیه ندهید که به تنهایی بخورد
- وقتی به غذای جامد شروع می کنید برای جلوگیری از خفگی آنرا خوب خرد کنید.
- وقتی به طفل خود دوا می دهید، برچسب آنرا با دقت بخوانید و هیچگاه بیشتر از دوز توصیه شده ندهید.
- طفل خود را در چوکی پایه بلند با 5 نقطه اتکا محفوظ نگهدارید.
- هنگامی که طفل خود را می گیرید، همیشه نوشیدنی های داغ را پایین بگذارید. اگر بریزد، سبب سوختگی شدید می شود.

#### خوابیدن

- همیشه از رختخواب اطفال استفاده کنید که مطابق با استاندارد استرالیا AS/NZS 2172 باشد.
- رختخواب را دورتر از کلکین، پرده و طنابهای کرکره نگهدارید. تمام طنابهای پرده و کرکره ها را با دستگاه های ایمنی از دسترس اطفال دور نگهدارید.
- همیشه طفل خود را به پشت خواب دهید و پاهایش را در پایین رختخواب قرار دهید.
- از بالش و ضربه گیر در رختخواب استفاده نکنید.
- لیرگیرک و چوشک (بستانک)، طناب ها / نوارها را دور کنید.
- طفل خود را در کراچی گک برای خواب نگذارید زیرا خطر خفگی وجود دارد.
- اگر از پورتاکوئس (تختخواب مسافرتی) استفاده می کنید آنرا خوب برپا دارید. هرگز تشک و بالشک اضافی به کار نبرید.
- برای کسب معلومات بیشتر در باره خواب امن به SIDS و KIDS در [www.sidsandkids.org](http://www.sidsandkids.org) مراجعه کنید.

#### علل معمول صدمات

- لول خوردن از میز تبدیل لباس، چوکی و تختخواب یا پایین افتادن از چوکی بلند اطفال، یرم، استروالر، کوچ، گازبازی و پای روک طفل.
- خفگی با چیزهای کوچک
- سوختگی ها به اثر نوشیدنی های داغ که بر طفل بریزد یا توسط طفل به پایین کشیده شود.
- سوختگی ها به اثر چیزهای داغ مانند داش، باری کو یا بخاری.
- غرق شدن، به خصوص در حمام و حوض های آب بازی صحن حویلی و سیبا
- دسترس یافتن به مواد سمی و دواها.
- گزیدن سگ

#### نکاتی در مورد لباس

- هرگز طفل خود را در میز تبدیل لباس، چوکی یا تختخواب تنها نگذارید.
- به طفل خود لباس هایی با نخ کشی، نوار و طنابهای دراز که باعث خفگی شده می تواند نپوشانید
- لباسی را انتخاب کنید که دارای برچسب کم خطر برای آتش سوزی باشد.



# نوزادان از تولد تا خزیدن از تولد تا 9 ماه

## در بازی

### نکات عمومی در مورد ایمنی

1. با دقت اطراف خانه را از نظر آسیب به اطفال بررسی کنید.
2. سرمشق خوب باشید. طفل شما هرگونه کردار و رفتار شما را تماشا کرده و کوشش می کند آنرا تقلید کند.
3. از یک فرد مسلکی بخواهید که چوکی خاص طفل شما را در موتر نصب یا بررسی کند.
4. محافظ زینه، محافظ اجاق، محافظ آتش و بخاری، پوش ساکت های برق و پوش های کنج های فرنیچر نصب کنید.
5. در داخل اتاق خواب طفل خود و همچنان در راهرو در بیرون دیگر اتاق های خواب زنگ خطر دود نصب کنید. زنگ های خطر را ماهانه بررسی و بطری های آنها را سالانه تبدیل کنید.
6. اگر طفل شما دچار سوختگی گردد، فوراً او را برای مدت 20 دقیقه زیر آب جاری و سرد نل قرار دهید. آب بخزده، یخ، روغن مسکه و روغن به کار نبرید.

- برای طفل خود جای بی خطر بازی را دور از بخاری، زینه، حیوانات خانگی، سرک خانه و خطرات دیگر از جمله خطرات خفگی بسازید.
- اطمینان یابید که همه مواد سمی به شمول محصولات مورد استفاده در پاک کاری، حشره کش ها و دواها دور از دسترس اطفال، ترجیحاً در یک قفسه با قفل مقاوم در برابر اطفال با ارتفاع 1.5 متر از کف اتاق، نگهداری شود.
- بکس های دستی حاوی دواهای خود را از دسترس اطفال دور نگهدارید.
- سگ ها و پشک ها را از اطفال جدا نگهدارید و همیشه از نزدیک بر آنها نظارت داشته باشید.
- اگر از گاز بازی و چوکی بمبو استفاده می کنید، آنها را بر کف اتاق بگذارید - هرگز بر یک سطح بلند نگذارید.
- پای روک های اطفال به علت احتمال خطر آسیب شدید توصیه نمی شود.
- موانع ایمنی برای همه حوض های آب بازی و سپاها با عمق بیشتر از 30 سانتی متر لازمی است. بطور منظم این موانع و دروازه ها را بررسی و ترمیم کنید تا از کارکرد مناسب آنها اطمینان یابید.
- حوض های کوچک اطفال/ سطل های پوشک/ ظرف های زیاله چرخدار/ حمام ها را بعد از هر استفاده خالی کنید و آنها را سر به پایین یا خالی از هوا نگهدارید تا خطر غرق شدن را کاهش دهید.

## فعالیت های عادی در بیرون

- اطفال زیر 6 ماه باید در چوکی تصویب شده ایمنی اطفال کوچک رو به عقب گذاشته شوند، بطور مناسب در موتر محکم شوند و طوری تنظیم شود که متناسب به اندازه بدن طفل باشند. طفل شما باید از این چوکی ایمنی مخصوص تا آنگاه استفاده کند که بدن وی در این چوکی ننگند. چوکی های ایمنی مخصوص اطفال با ظرفیت رو به عقب تمدید شده (رو به عقب تا تخمیناً 2 - 3 سال عمر) در استرالیا برای خرید و استفاده موجود است.
- اطمینان یابید که طنابهای این چوکی مخصوص قبل از هر سفر بطور مناسب محکم گردد.
- هرگز طفل خود را در موتر تنها نگذارید. طفل را باخود ببرید ولو برای یک کار کوچک.
- از کراچی گگ اطفال مورد تایید استانداردهای استرالیا استفاده کنید و تمام کیسه ها را در زیر کراچی گگ اطفال بگذارید تا از سنگینی زیاد آن جلوگیری شود.
- همیشه طنابهای کراچی گگ اطفال، استرولرها و چرخ دستی سوپرمارکت ها را ببندید و هر بار آنها متناسب با بدن طفل خود تنظیم کنید.
- وقتی کراچی گگ طفل خود را را می کنید همیشه از بریک آن استفاده کنید ولو برای یک ثانیه هم که باشد.
- طفل خود را با پوشاندن لباس سبک وزن، آستین دراز و کلاه و قرار دادن در سایه و استفاده از کرم های ضد آفتاب، از آفتاب حفظ کنید.

## بازیچه ها

- بازیچه ها باید مناسب با سن طفل، با دوام، قابل شستشو و دارای کناره های صاف باشد. بازیچه ها نباید قطعه های کوچک داشته باشد که بلع شود.

برای معلومات مفصل در مورد هر یک از موضوعاتی که در این جزوه معلومات مطرح گردیده است، به شمول چوکی ایمنی خاص اطفال در موتر و قوانین مربوط به موانع حوض های آب بازی و سپا، لطفاً از [www.kidsafevic.com.au](http://www.kidsafevic.com.au) بازدید کنید.



## برای معلومات بیشتر

13 11 26

مرکز معلومات مواد سمی

9036 2306

Kidsafe Victoria

Raising Children Network  
[www.raisingchildren.net.au](http://www.raisingchildren.net.au)

13 22 29

تلفون 24 ساعته صحت طفل و مادر

132 289

تلفون مستقیم فرزند داری ویکتوریا

1300 364 894

امور مصرف کنندگان ویکتوریا  
تلفون ایمنی بازیچه ها و شیرخوارگاه ها

حمایت شده توسط:



[www.kidsafevic.com.au](http://www.kidsafevic.com.au)



[www.lsv.com.au](http://www.lsv.com.au)



Education  
and Training