

مهارت هایی که نوزاد شما یاد می گیرد

هر نوزاد به سرعت خاص خود تکامل می یابد، معمولاً با گذراندن مراحل مشابه. نوزاد شما از بدو تولد می جنبد و غلت می زند، در حدود 6 ماهگی شروع به نشستن می کند و در حدود 9 ماهگی چهار دست و پا می رود. او همچنین دست دراز می کند و اشیاء را گرفته و آنها را در دهان خود قرار می دهد. درک تکامل نوزاد خود در زمانی که رشد می کند به شما کمک می کند از فرزند خود لذت زیاد ببرید و به ایمن نگه داشتن او کمک کنید.

نکاتی در مورد حمام کردن

- همه وسایل مورد نیاز خود را در دسترس قرار دهید.
- در حمام، همیشه نوزاد خود را تحت نظارت داشته باشید و او را تحت مراقبت فرزند بزرگتر نگذارید.
- هنگامی که نوزاد شما در آب قرار دارد، همیشه دست خود را روی او قرار دهید. هرگز از او چشم بردارید یا او را بدون نظارت نزدیک آب نگذارید.
- به هنگام پر کردن وان حمام، اول آب سرد را باز کنید، بعد آب داغ، و دوباره آب سرد و آن را خوب مخلوط کنید تا شیر به هنگام تماس سرد باشد و دمای آب یکنواخت باشد.

نکاتی در مورد غذا دادن

- چنانچه با شیشه به نوزاد خود شیر می دهید، همیشه دمای شیر را پیش از شیر دادن چک کنید. مایکروویوها به صورت نامتوازن شیر را گرم می کنند، در نتیجه همیشه شیشه را تکان دهید تا محتویات آن را مخلوط کنید.
- همیشه به هنگام شیر دادن به نوزاد خود او را تحت نظارت داشته باشید - هرگز شیشه شیر را برای او به جایی تکیه ندهید که خودش تنها شیر بنوشد.
- به هنگام شروع مواد غذایی جامد، مواد را با دقت پوره کنید تا از خفگی اجتناب کنید.
- به هنگام دارو دادن به نوزاد، به دقت برچسب دارو را بخوانید و هرگز بیش از دوز توصیه شده به او دارو ندهید.
- نوزاد خود را در صندلی بلند با کمربند ایمنی 5 بخشی (با شانه بند) محفوظ ببندید.
- همیشه به هنگام نگه داشتن نوزاد، نوشیدنی های داغ را کنار بگذارید. در صورت ریختن، نوشیدنی های داغ می توانند موجب سوختگی وخیم شوند.

خواباندن

- تنها از تخت خواب نوزاد با استاندارد استرالیایی AS/NZS 2172 استفاده کنید
- تخت خواب نوزاد را دور از پنجره ها و پرده ها یا ریسمان کرکره قرار دهید. تمامی پرده ها و ریسمان کرکره ها را با تجهیزات ایمنی دور از دسترس محفوظ ببندید.
- همیشه نوزاد خود را به پشت به صورتی که پاهایش در پایین تخت خواب نوزاد قرار گیرد بخوابانید.
- در تخت خواب نوزاد از بالش یا دور تختی استفاده نکنید.
- پیشبندها و نوار پستانک را باز کنید.
- نوزاد خود را در کالسکه خوابانید چرا که خطر خفگی وجود دارد.
- اطمینان حاصل کنید که تخت خواب های تاشوی قابل حمل کودکان به صورت ایمن نصب شده اند. هرگز در آنها از زیرانداز نرم یا تشک اضافی استفاده نکنید.
- برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد ایمن خواباندن نوزاد به SIDS and KIDS نشانی www.sidsandkids.org مراجعه کنید.

علل رایج جراحات

- غلتیدن و افتادن از روی میز مخصوص تعویض پوشک، نیمکت، یا افتادن از روی صندلی بلند، کالسکه، میلمان، نی نی لای لای و واکر نوزاد.
- خفگی از طریق دهان گذاشتن اشیای کوچک.
- سوختگی در اثر ریختن نوشیدنی های داغ روی کودک یا ضربه زدن/کشیده شدن نوشیدنی داغ توسط کودک.
- سوختگی در اثر دست زدن به اشیاء داغ مانند فر اجاق گاز، باربکیو یا شفاژ.
- غرق شدن، به خصوص در حمام و استخر یا حمام اسپای درون حیاط.
- دسترسی پیدا کردن به سموم و داروها.
- گاز گرفتن سگ.

نکاتی در مورد لباس پوشاندن

- هرگز نوزاد خود را روی میز مخصوص تعویض پوشک، نیمکت یا تخت خواب تنها نگذارید.
- هرگز لباس هایی دارای بند، روبان یا ریسمان بلند که می توانند باعث خفگی شوند بر تن نوزادتان نکنید.
- لباس هایی با برچسب خطر آتش سوزی پایین برای نوزاد خود انتخاب کنید.



نوزادان از تولد تا چهار دست و پا رفتن تولد - 9 ماهگی

به هنگام بازی

- مکان بازی ایمنی را برای فرزند خود به دور از شوفاز، پله، حیوانات خانگی، مسیر ورود خودرو و سایر خطرات از جمله خطرات خفگی ایجاد کنید.
- اطمینان حاصل کنید که کلیه سموم از جمله فرآورده های شوینده، سموم دفع آفات، حشره کش ها و دارو ها دور از دسترس کودک نگهداری شوند، ترجیحاً در کمدمی مجهز به قفل ضد دسترسی کودک که 1,5 متر از زمین ارتفاع داشته باشد.
- کیف های دستی حاوی دارو را به دور از دسترس کودکان کم سن قرار دهید.
- سگ و گربه را از کودکان دور نگه دارید و در همه زمان آنها را از نزدیک تحت نظارت داشته باشید.
- چنانچه از نی لای یا صندلی Bumbo استفاده می کنید، آن را روی زمین قرار دهید - و هرگز آنها را روی سطحی مرتفع قرار ندهید.
- استفاده از واکر نوزاد به علت خطر جراحت و خیم توصیه نمی شود.
- نرده های ایمنی برای کلیه استخرها و حمام های اسپا که عمقی بیشتر از 30 سانتیمتر دارند الزامی می باشند. نرده ها و درب های ورودی آنها باید به صورت منظم کنترل و نگهداری شوند تا اطمینان حاصل شود درست کار می کنند.
- استخرهای کودکان/سطل های پوشک/سطل های زباله چرخدار/وان های حمام را بعد از هر بار استفاده خالی کنید و آنها را به صورت عمودی کنار بگذارید یا باد آنها را خالی کنید تا خطر غرق شدن را کاهش دهید.

نکات ایمنی عمومی

1. چهار دست و پا به دور خانه حرکت کنید تا خطرات را از دیدگاه یک کودک ببینید.
2. الگوی خوبی برای فرزند خود باشید. فرزندتان هر کاری که انجام می دهید را مشاهده می کند و سعی می کند از شما تقلید کند.
3. از یک متخصص بخواهید صندلی ایمنی فرزندتان را نصب کرده یا آن را چک کند.
4. نرده محافظ پلکان، محافظ فر اجاق گاز، محافظ شومینه و شوفاز، محافظ پرز برق و محافظ هایی برای لبه های میلمان نصب کنید.
5. یک دستگاه هشدار دود را در اتاق فرزندتان و راهرو بیرون سایر اتاق خواب ها نصب کنید. هر ماه دستگاه ها را امتحان کنید و هر سال باتری های آن را عوض کنید.
6. اگر فرزند شما دچار سوختگی شده، سریعاً محل را در زیر آب سرد روان شیر آب برای مدت 20 دقیقه قرار دهید. از آب یخ، یخ، کره یا روغن استفاده نکنید.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد هر یک از موضوعات پوشش داده شدت در این برگه اطلاع رسانی، از جمله صندلی ایمنی کودکان در خودرو و مقررات برای نرده های ایمنی برای استخر و حمام اسپا، لطفاً به سایت زیر مراجعه کنید:

www.kidsafevic.com.au



بیرون و در خارج از خانه

- کودکان زیر 6 ماه باید از یک صندلی ایمنی تأیید شده برای کودکان استفاده کنند که رو به عقب خودرو است، در خودرو صحیح نصب شده و به گونه ای تنظیم شده تا اندازه ای صحیح برای بدن نوزاد باشد. نوزاد شما باید تا زمانی که طبق محدودیت اندازه صندلی دیگر در آن جا نگیرد، از صندلی ایمنی رو به عقب استفاده کند. صندلی های ایمنی با قابلیت بلند مدت تر رو به عقب قرار گرفتن (رو به عقب تا حدود سنین 2-3 سالگی) برای خریداری و استفاده در استرالیا موجود می باشند.
- پیش از هر رفت و آمد، اطمینان حاصل کنید که کمربند ایمنی به صورت ایمن بسته شده است.
- هرگز نوزاد خود را تنها در خودرو نگذارید. نوزاد را به همراه خود ببرید، حتی برای انجام کارهای کوچک.
- از کالسکه ای با استاندارد استرالیایی تأیید شده استفاده کنید و تمامی کیف ها را در زیر کالسکه قرار دهید تا از نامتعادل کردن بیش از حد آن پرهیز کنید.
- در کالسکه و چرخ دستی فروشگاه ها همیشه از کمربند ایمنی استفاده کنید و آن را هر بار تنظیم کنید تا اندازه نوزادتان باشد.
- همیشه به هنگام رها کردن کالسکه، حتی برای یک ثانیه، از ترمز آن استفاده کنید.
- با پوشاندن لباس سبک، با آستین های بلند و کلاه، پیدا کردن سایه و استفاده از کرم ضدآفتاب، از نوزاد خود در برابر آفتاب محافظت کنید.

اسباب بازی ها

- اسباب بازی ها باید مناسب سن کودک، با دوام و قابل شستشو باشند، حاشیه هایی صاف داشته باشند و قطعات کوچک قابل بلع نداشته باشند.

برای اطلاعات بیشتر

13 11 26

مرکز اطلاعات در مورد سموم

9036 2306

Kidsafe Victoria

Raising Children Network

13 22 29

www.raisingchildren.net.au

1300 364 894

132 289

خط اطلاع رسانی والدین ویکتوریا

خط تلفن 24 ساعته بهداشت مادران و کودکان

خط تلفن امور مصرف کنندگان استرالیا در

رابطه با ایمنی اسباب بازی و اتاق کودک

حمایت شده توسط:



www.kidsafevic.com.au



www.lsv.com.au



Education
and Training