



هر طفل با سرعت خاص خودش، اغلب از طریق مراحل مشابهی رشد می کند. طفل شما از بدو تولد خودش را پیچ و تاب می دهد، ممکن است در چند ماه اول خود را بغلتاند و ممکن است بین 4 تا 8 ماهگی شروع به نشستن و یادگیری خزیدن کند. وی همچنین شروع به دست دراز کردن به طرف اشیاء و گرفتن آنها می کند و آنها را در دهان خود می گذارد. همچنانکه طفل تحرک بیشتری پیدا می کند، به طیف وسیعی از خطرات بالقوه آسیب در داخل و اطراف خانه شما دسترسی خواهد داشت، بنابراین درک انکشاف وی در حین رشدش به شما کمک خواهد کرد از تمام این مراحل لذت ببرید و در عین حال وی را مصون نگه دارید.

### در خانه



#### از حوادث خواب جلوگیری کنید:

- یک محیط خواب امن در شب و روز با استفاده از تختخواب طفل که مطابق با استانداردهای استرالیا (AS/NZS 2172:2003) باشد یا یک باسینت با یک تشک سخت نصب شده و روجایی نصب شده، ایجاد کنید.
- اگر در موقع مسافرت از تخت طفل قابل حمل استفاده می کنید، مطمئن شوید که به طور مصون قفل شده باشد و از بالشتک یا تشک اضافی استفاده نشود.
- طفل را از بدو تولد به پشت بخوابانید، در حالی که سر و صورتش پوشیده نباشد و پاهایش را در پای تخت طفل یا باسینت قرار می دهید.
- اطمینان حاصل کنید که تخت طفل یا بسینت دور از پرده و سیم های پرده کرکره ای، موبایل ها و سایر خطرات باشد.
- هرگز از وسایل نرم مانند ضربه گیر، بالش، روجایی یا سامان بازی های نرم در تختخواب استفاده نکنید یا در آن قرار ندهید.
- طفل را متناسب با گرمی اتاق لباس بپوشانید - که بطور راحت گرم، نه خیلی داغ، نه خیلی سرد باشد.
- برای معلومات بیشتر در مورد خواب مصون، لطفاً به [Red Nose](#) مراجعه کنید.

#### خطر افتادن، خفگی و سوختگی را در موقع پوشاندن لباس کاهش دهید:

- هرگز طفل تان را روی میز تعویض لباس یا سطوح بلند دیگر تنها نگذارید.
- لباسی را انتخاب کنید که علامت خطر حریق پایین داشته باشد و از لباس هایی با بند کشدار دراز، روبان یا طناب اجتناب کنید.

#### خطر سوختگی و غرق شدن موقع حمام دادن را کاهش دهید:

- همیشه قبل از حمام دادن طفل گرمی آب را چک کنید. آب نباید بیشتر از 38 درجه سانتیگراد گرم باشد. ابتدا حمام را با آب سرد پر کنید، بعد آب داغ را اضافه کنید و خوب مخلوط کنید. آب سرد را در آخر از نل آب جاری کنید تا نل داغ نباشد.
- طفل تان را در حمام فعالانه تحت نظر داشته باشید و موقعی که وی در داخل آب است یک دست تان را روی او نگه دارید. 20 ثانیه و فقط چند سانتی متر آب کافی است تا یک طفل غرق شود. هرگز آنها را بدون نظارت یا تحت مراقبت یک طفل کلاتر در اطراف آب رها نکنید.

#### از سوختگی، خفگی و افتادن در موقع غذا دادن جلوگیری کنید:

- موقع شیر دادن با بوتل، همیشه قبل از دادن شیر به طفل، گرمی آن را چک کنید. میکروویو شیر را به طور یکنواخت گرم نمی کند، بنابراین همیشه بوتل را تکان دهید تا محتویات آن مخلوط شوند.
- همیشه موقع شیر دادن بر طفل نظارت داشته باشید - هرگز بوتل شیر را نگذارید تا طفل به تنهایی شیر بخورد. موقع شروع کردن غذای جامد، غذاها را خوب نرم کنید.
- از یک کمر بند 5 نقطه ای برای محکم کردن طفل در چوکی بلندش استفاده کنید.
- همیشه لیبل دواها را با دقت بخوانید و هرگز بیش از دوز توصیه شده به وی ندهید.

## در موقع استفاده از سامان های شیرخوارگاه خطر آسیب دیدگی را کاهش دهید:

- اگر از گهواره یا راکر استفاده می کنید، از مهار ارائه شده استفاده کنید و آن را روی زمین قرار دهید و هرگز روی زمین در یک سطح بالا نگذارید.
- واگرهای / پای روک های طفل به دلیل خطر آسیب توصیه نمی شود.
- طفل را به طور فعال در اطراف همه منابع آبی نظارت کنید، و حوض های پارویی، سطل ها، سطل کثافات ها و طشت های حمام را بعد از هر بار استفاده خالی و جمع کنید.

## بیرون رفتن



### در موتور: طفل را در موتور مصون نگه دارید:

- اطفال زیر 6 ماه باید از چوکی موتور رو به عقب تصویب شده برای اطفال استفاده کنند که به درستی روی وسیله نقلیه نصب شده باشد، و تنظیم شده است تا به درستی بر روی آن قرار گیرد.
- طفل شما باید رو به عقب بنشیند تا زمانی که او دیگر با محدودیت اندازه مهار (کمربند ایمنی طفل) وی مطابقت نداشته باشد. مهارها با قابلیت های گسترش رو به عقب (رو به عقب تقریباً تا 2 تا 3 سالگی) در استرالیا قابل خرید و استفاده هستند.
- چوکی موتور طفل تان را توسط یک فرد مسلکی نصب یا چک کنید. پروگرام Safe Seats, Safe Kids ما نصب کننده های معتبر و با تجربه برای ارائه روزهای نصب و چک کردن رایگان در سراسر ویکتوریا استفاده می کند، - به [safeseatssafekids.com.au](http://safeseatssafekids.com.au) مراجعه کنید تا قرار ملاقات تان را ریزرف کنید.

## در موقع استفاده از سامان های شیرخوارگاه خطر آسیب دیدگی را کاهش دهید:

- از درشکه یا پرمی استفاده کنید که مطابق با استانداردهای استرالیا باشد، و همه خریطه ها را زیر درشکه قرار دهید تا از واژگونی آن جلوگیری شود. همیشه از مهار ارائه شده استفاده کنید.
- اگر از گهواره یا حمل کننده طفل استفاده می کنید، حتماً مقررات **TICKS** را دنبال کنید - **محکم است** صورت طفل شما همیشه در معرض دید و به اندازه کافی نزدیک برای بوسیدن است، زنج طفل را از سینه تان دور نگه دارید و پشت وی را حمایت کنید.

### از طفل در برابر آفتاب و گرما محافظت کنید:

- هرگز طفل تان را بدون مراقبت در موتور رها نکنید - گرمی داخل موتور می توانید 20 تا 30 درجه سانتیگراد نسبت به خارج گرمتر باشد.
- لباس آستین دراز و سبک وزن به طفل پوشانید و یک کلاه، یک سایه پیدا کنید و از کریم ضد آفتاب اطفال استفاده کنید.

## خانه تان را طوری ترتیب بدهید که امن باشد:

- در اطراف خانه بگردید تا خطرات را از دید یک طفل مشاهده کنید و از **چک لیست مصونیت خانه** ما برای کمک به تشخیص دادن خطرات معمول استفاده کنید.
- از محصولات مصونیت برای کاهش خطرات در خانه استفاده کنید، بشمول سامان های ثابت کننده فرنیچر، درهای مصون سازی، پوشش های ساکت برق و حفاظ های اجاق گاز.
- بطریهای دکمه ای و محصولات ای که از آنها استفاده می کنید دور از دسترس اطفال نگهداری کنید و از مصون بودن محفظه های بتری در سامان ها اطمینان حاصل کنید. اگر مشکوک هستید که طفلی یک بتری دکمه ای را خورده است، فوراً با **مرکز معلومات سموم با نمبر 13 11 26** تماس بگیرید.

- سموم (مانند محصولات پاک کننده، حشره کش ها، دواها، سامان های سگرت الکترونیکی و مایعات الکترونیکی) را در یک الماری قفل دار در ارتفاع بالا و دور از دسترس نگهداری کنید. اگر فکر می کنید طفلی سم خورده است، فوراً با مرکز معلومات سموم به شماره 13 11 26 تماس بگیرید.

- اطمینان حاصل کنید که گرمی جریان آب گرم برای نل های حمام شما روی 50 درجه سانتیگراد تنظیم شده است و هشدارهای دود در سرتاسر خانه شما نصب شده است و نوشیدنی های گرم را در نزدیکی طفل تان نگه ندارید.

- اگر طفل شما دچار سوختگی یا زخم شده است، لباس و نپی ناحیه آسیب دیده رابکشید و بلافاصله ناحیه آسیب دیده را زیر آب جاری خنک به مدت 20 دقیقه قرار دهید. هرگز از یخ، مسکه یا روغن در روی سوختگی استفاده نکنید.

- آموزش احیاء (CPR) و امداد های اولیه را کامل کنید و این مهارت ها را بطور منظم تجدید کنید. برای معلومات بیشتر در مورد امدادهای اولیه به [kidsafevic.com.au](http://kidsafevic.com.au) مراجعه کنید.

## در موقع بازی



### خطر صدمات مثل سوختگی، افتادن و خفگی را کاهش دهید:

- یک ساحه بازی مصون برای طفل تان دور از هیتز، زینه ها، راهروهای موتور، آب و سایر خطرات جور کنید. یک حصار بازی یا دروازه مصونی می توانید به محدود کردن دسترسی به خطرات کمک کند.
- موقع انتخاب سامان بازیها مطمئن شوید که آنها مناسب سن، بادوام و قابل شستشو هستند و قطعات شکسته قابل بلعیدن ندارند. از سامان بازیهای دارای باتری دکمه ای اجتناب کنید یا مطمئن شوید بتری ها قابل دسترس نیستند.
- همیشه طفل را در نزدیک حیوانات خانگی نظارت کنید. اگر نمی توانید وی را نظارت کنید، مطمئن شوید که آنها از طریق موانع مناسبی از هم جدا شده اند.

با افتخار حمایت می شود از طرف