



طی این مرحله، فرزند نوپای شما به طور روزافزون متحرک می شود و شروع به راه رفتن می کند. او همچنین بسیار کنجکاو می شود - سعی می کند کمدها را باز کند، کلیدهای برق را روشن و خاموش کند و به دنبال اشیایی می گردد که می داند وجود دارند، حتی اگر از دید او پنهان باشند! در این سن، فرزند نوپایتان می خواهد همه چیز را با گذاشتن آن در دهان خود "امتحان" کند. کودکان نوپا اغلب کارهای بزرگسالان را تقلید می کنند، در نتیجه بسیار مهم است که الگوی رفتاری ایمن باشید.

در خانه



آماده کردن خانه تان به طور امن:

- چهار دست و پا به دور خانه بروید تا خطرات را از دیدگاه یک کودک نوپا ببینید، و از **چک لیست ایمنی خانه** ما استفاده کنید تا راهنمایی برای کمک به شما شود تا خطرات معمول در خانه را ببینید.
- برای کاهش خطرات در خانه از محصولات ایمنی استفاده کنید، از جمله تجهیزات مهارکننده مبلمان، دروازه های ایمنی، محافظ های پریز برق و محافظ فر اجاق گاز.
- باتری های دکمه ای و محصولاتی که حاوی آنها هستند را در جایی مرتفع خارج از دسترس کودکان نوپا نگه دارید و اطمینان حاصل کنید که محفظه های باتری امن هستند. اگر تردید دارید که کودکی نوپا یک باتری دکمه ای را بلعیده است، سریعاً با **مرکز اطلاع رسانی در مورد سموم به شماره 13 11 26** تماس بگیرید.
- سموم (از جمله، فرآورده های شوینده، سموم دفع آفات، داروها، دستگاه های سیگار الکترونیکی و مایعات سیگار الکترونیکی) و کیف ها را در جایی مرتفع و خارج از دسترس کودکان نوپا نگه دارید. اگر فکر می کنید که کودک نوپا سمی را بلعیده است، سریعاً با مرکز اطلاع رسانی در مورد سموم (Poisons Information Centre) به شماره 13 11 26 تماس بگیرید.
- اطمینان حاصل کنید که دمای آب داغ ارسالی به شیرهای وان حمام بر 50 درجه سانتیگراد تنظیم شده باشد و دستگاه های هشدار دود در تمامی خانه نصب باشند. اطمینان حاصل کنید که فرزند نوپایتان دستش به قابلمه، کنری یا بخاری داغ نمی رسد.
- اگر فرزند نوپایتان دچار سوختگی یا سوختگی ناشی از آب داغ شود، لباس و پوشک را از ناحیه متأثر درآوردید و سریعاً ناحیه متأثر را برای مدت 20 دقیقه زیر آب خنک روان قرار دهید. هرگز از یخ، کره یا روغن روی سوختگی استفاده نکنید.
- دوره تنفس مصنوعی (CPR) و کمک های اولیه را تکمیل کنید و به صورت منظم این مهارت ها را به روز کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد کمک های اولیه به kidsafevic.com.au مراجعه کنید.

هنگام حمام کردن، خطر سوختگی و غرق شدن را کاهش دهید:

- همیشه پیش از حمام کردن فرزند نوپای خود، دمای آب را چک کنید. دمای آب نباید بیش از 38 درجه سانتیگراد باشد. ابتدا وان حمام را با آب سرد پر کنید، و بعد به آن آب داغ اضافه کنید و آن را خوب مخلوط کنید. آب سرد را در آخر در شیر آب بگردانید تا شیر آب، داغ نباشد.
- هنگام حمام کردن همیشه در کنار فرزند نوپای خود بمانید و هرگز فرزندی بزرگتر را برای نظارت بر کودکی نوپا در حمام نگذارید. اگر موردی که موجب حواس پرتی شود رخ دهد، مانند زنگ تلفن یا در خانه، فرزند نوپایتان را با خود ببرید.

هنگام غذا خوردن از سوختن، خفگی و افتادن پیشگیری کنید:

- فرزند نوپای خود را در صندلی بلند با کمربند ایمنی 5 بخشی محفوظ ببندید.
- مواد غذایی سفت را رنده کرده یا پیازید و از مواد غذایی مانند ذرت بو داده، آجیل، انگور درسته و چیپس ذرتی پرهیز کنید.
- مواد غذایی و نوشیدنی های داغ را خارج از دسترس نگه دارید و هرگز در نزدیکی فرزند نوپایتان نوشیدنی داغ در دست نگیرید.
- همیشه دمای شیر را پیش از دادن آن به فرزند نوپایتان چک کنید، چه شیشه شیر باشد چه فنجان.
- برچسب های داروها را همیشه با دقت بخوانید.

فرزند نوپای خود را هنگام خواب و لباس پوشاندن ایمن نگه دارید

- لباس هایی را انتخاب کنید که برچسب خطر آتش سوزی پایین دارند.
- لباس متناسب با دمای اتاق به نوزاد پوشانید - گرم در حد راحت، و نه بسیار گرم و نه بسیار سرد.
- پیشبندها، کلاه های عرقچین و نوار پستانک را پیش از خواباندن فرزند نوپایتان باز کنید. اطمینان حاصل کنید که تخت خواب نوزاد یا گهواره دور از پرده و ریسمان کرکره یا موبایل ها باشد.
- تشک تخت خواب نوزاد را به گونه ای تنظیم کنید که در پایین ترین سطح قرار گیرد تا از بالا رفتن و افتادن فرزندتان پرهیز کنید.

بیرون و در خارج از خانه



ایمن نگه داشتن کودکان نوپا در خودرو

- از یک صندلی ایمنی تأیید شده رو به عقب یا رو به جلو خودرو استفاده کنید که به صورت صحیح در خودرو نصب شده، و به گونه ای تنظیم شده باشد تا به اندازه مناسب برای بدن نوزاد باشد.
- کودکان باید تا زمانی که دیگر طبق محدودیت اندازه صندلی در آن جا نگیرد، در صندلی ایمنی رو به عقب بمانند. صندلی های ایمنی رو به عقب با قابلیت بلند مدت تر (رو به عقب تا حدود سنین 2-3 سالگی) برای خریداری و استفاده در استرالیا موجود می باشند.
- از یک متخصص بخواهید که صندلی ایمنی فرزندتان را نصب کرده یا آن را چک کند. برنامه صندلی ایمن، کودکان ایمن (Safe Seats, Safe Kids) ما از متخصصین نصب با تجربه و دارای مجوز استفاده می کند تا در سراسر ویکتوریا خدمات نصب رایگان و روزهایی برای چک کردن صندلی های ایمنی فراهم کند - برای گرفتن وقت خود به safeseatssafekids.com.au مراجعه کنید.
- هرگز کودکان را بدون نظارت در خودرو رها نکنید - دمای داخل خودرو می تواند 20 تا 30 درجه سانتیگراد داغ تر از دمای بیرون باشد.

هنگام استفاده از لوازم اتاق نوزاد خطر جراحت دیدن را کاهش دهید:

- از کالسکه نوزاد یا کالسکه تاشویی که با استانداردهای استرالیایی مطابقت دارد استفاده کنید، و تمامی کیف ها را در زیر کالسکه قرار دهید تا از واژگون شدن آن پرهیز کنید. همیشه از کمربند ایمنی فراهم شده استفاده کنید و مواظب انگشتانی باشید که می توانند لای لولاها گیر کنند.
- اگر از یک آغوشی با بند پهن پارچه ای یا آغوشی استفاده می کنید، اطمینان حاصل کنید که **مقررات TICKS** را رعایت می کنید - **محکم (tight)**، صورت نوزادتان در همه زمان **در معرض دید (in view)** باشد و به اندازه کافی **نزدیک (close)** باشد که او را ببوسید، چانه نوزاد را روی قفسه سینه خود **قرار ندهید (keep off)** و پشت نوزاد **حمایت (support)** شود.

وسایل زمین بازی یا خانه های اسباب بازی را به دور از خطر نصب کنید



هنگام بازی کردن



خطر مسمومیت، سوختگی، افتادن و زیر گرفته شدن در مسیرهای ماشین رو را کاهش دهید

- یک ناحیه بازی ایمن به دور از شوفاژها، پله ها، مسیرهای ماشین رو و سایر خطرات برای فرزند نوپای خود ایجاد کنید. پارک بازی یا دروازه ایمنی می تواند به محدود کردن امکان دسترسی به خطرات کمک کند.
- به طور فعال کودکان نوپا را در اطراف خودروها تحت نظارت داشته باشید - اطمینان حاصل کنید که سایر بزرگسالان را مطلع نگه می دارید و می دانید چه کسی در همه زمان فرزند نوپایان را تحت نظر دارد.
- اسباب بازی هایی متناسب با سن، با دوام و قابل شستشو انتخاب کنید که بخش های شکستنی ندارند یا قطعه از آن ها گم نشده است. از اسباب بازی ها با باتری های دکمه ای پرهیز کنید یا اطمینان حاصل کنید که باتری ها غیرقابل دسترسی می باشند.
- فرزند نوپای خود را روی لوازم بازی تحت نظارت داشته باشید و لوازمی را انتخاب کنید که متناسب با سن و سطح رشد او هستند.
- وسایل زمین بازی یا خانه های اسباب بازی را به دور از خطر، مانند مسیرهای رفت و آمد سفت و کناره های باغچه نصب کنید. اطمینان حاصل کنید که سطوح افتادن نرم مانند مالچ پوست درخت در اطراف و زیر لوازم تا حداقل عمق 30 سانتیمتر گذاشته شود.
- حیاط خود را برای هر نوع گیاه سمی چک کنید و آنها را بردارید، یا آنها را در سیدی آویزان خارج از دسترس قرار دهید.
- به یاد داشته باشید که در برابر آفتاب هشیار باشید و همیشه **پیراهن آستین بلند بپوشید (Slip)**، **کرم ضد آفتاب بزنید (Slop)**، **کلاه بر سر بگذارید (Slap)**، **سایه بجوید (Seek)** و **عینک آفتابی بزنید (Slide)**.
- همیشه در اطراف حیوانات کودکان را تحت نظارت داشته باشید. اگر نمی توانید نظارت کنید، مطمئن شوید که با حصارهایی مناسب از هم جدا هستند.

خطر غرق شدن را کاهش دهید

- هر چیزی که بتواند چند سانتیمتر آب در خود نگه دارد می تواند خطر غرق شدن را ایجاد کند. به طور فعال در اطراف هر نوع منبع آب، کودکان نوپا را در دسترس خود تحت نظارت داشته باشید. استخرهای بادی، سطل ها، سطل های در دار و وان های حمام را بعد از هر بار استفاده خالی کنید.
- نرده های ایمنی برای کلیه استخرها و حمام های اسپا با عمقی بیشتر از 30 سانتیمتر الزامی می باشند. نرده ها و درهای ورودی آنها باید به صورت منظم چک و نگهداری شوند تا اطمینان حاصل شود درست کار می کنند.

مفتخرانه حمایت شده توسط