

Mỗi em bé phát triển theo tốc độ riêng của mình, thường trải qua các giai đoạn tương tự nhau. Bé của bạn sẽ ngọ nguậy ngay từ khi mới sinh, có thể lăn/lật trong vài tháng đầu tiên và có thể bắt đầu ngồi dậy và học bò trong khoảng thời gian từ 4-8 tháng. Bé cũng sẽ bắt đầu với tay và nắm lấy các đồ vật và cho vào miệng. Khi di chuyển được nhiều hơn, bé sẽ tiếp cận với nhiều nguy cơ chấn thương tiềm ẩn hơn trong và xung quanh nhà bạn, vì vậy, hiểu được sự phát triển của bé khi lớn lên sẽ giúp bạn tận hưởng tất cả các giai đoạn này đồng thời vẫn giữ được an toàn cho bé.



## Ở NHÀ

### Giảm nguy cơ bị phỏng và chết đuối khi tắm trong bồn:

- Luôn kiểm tra nhiệt độ của nước trước khi tắm cho bé trong bồn. Nhiệt độ nước không quá 38°C. Đổ nước lạnh vào bồn tắm trước, sau đó thêm nước nóng và khuấy đều. Để nước lạnh chảy qua vòi sau cùng để vòi không bị nóng.
- Tích cực giám sát bé của bạn trong bồn tắm và một tay giữ bé khi bé ở trong nước. Chỉ mất 20 giây và chỉ vài xen-ti-mét nước là em bé có thể chết đuối; không bao giờ rời bé mà không giám sát hoặc để cho trẻ lớn hơn chăm sóc khi bé ở gần nước.

### Phòng tránh phỏng, nghẹt thở, té ngã khi cho bé ăn:

- Khi cho bú bình, luôn kiểm tra nhiệt độ sữa trước khi cho bé bú. Lò vi sóng làm nóng sữa không đều, vì vậy hãy luôn lắc bình sữa để trộn đều sữa.
- Luôn giám sát bé khi cho bú - không bao giờ dựng bình sữa lên để bé bú một mình. Khi bé bắt đầu ăn dặm, hãy nghiền mịn thức ăn.
- Giữ an toàn cho bé trong ghế cao bằng dây đai 5 điểm.
- Luôn đọc nhãn thuốc cẩn thận và không bao giờ cho uống hơn liều khuyến cáo.

### Ngăn ngừa tai nạn khi ngủ:

- Cung cấp cho bé môi trường ngủ an toàn cả ngày lẫn đêm trong cũi đáp ứng Tiêu chuẩn Úc (AS/NZS 2172:2003) hoặc nôi, với nệm và ga trải giường vừa vặn, chắc chắn.
- Nếu sử dụng cũi di động khi đi du lịch, hãy đảm bảo rằng nó được gài khóa an toàn và không sử dụng thêm đệm hoặc nệm.
- Cho bé nằm ngửa ngay từ khi mới sinh, đầu và mặt không bị che và chân đặt ở phía cuối cũi hoặc nôi.
- Đảm bảo cũi hoặc nôi cách xa các dây rèm và màn cửa, điện thoại di động và các vật gây nguy hiểm khác.
- Không bao giờ sử dụng hoặc đặt các vật dụng mềm trong cũi như vật đệm, gối, mền hoặc đồ chơi mềm.
- Mặc quần áo cho bé phù hợp với nhiệt độ phòng - ấm vừa phải, không quá nóng, không quá lạnh.
- Để biết thêm thông tin về giấc ngủ an toàn, vui lòng truy cập [Red Nose](#).

### Giảm nguy cơ té ngã, nghẹt thở và phỏng khi mặc quần áo:

- Không bao giờ để bé của bạn một mình trên bàn thay tã hoặc các bề mặt trên cao khác.
- Chọn quần áo có nhãn nguy cơ bắt lửa thấp và tránh quần áo có dây rút, ruy băng hoặc dây kéo dài.

### Sắp đặt nhà của bạn một cách an toàn

- Hãy bò quanh nhà để xem xét các mối nguy hiểm từ góc nhìn của bé và sử dụng [Danh sách kiểm tra An toàn Trong nhà](#) của chúng tôi để giúp bạn phát hiện các rủi ro phổ biến.
- Sử dụng các sản phẩm an toàn để giảm rủi ro gặp nguy hiểm trong nhà, bao gồm các thiết bị cố định đồ nội thất, cổng an toàn, nắp ổ cắm điện và tấm chắn bếp.
- Cất giữ pin nút áo và các sản phẩm có chứa pin ở nơi cao ngoài tầm với của bé và đảm bảo ngăn chứa pin trên các thiết bị được đóng chắc chắn. Nếu bạn nghi ngờ bé đã nuốt phải pin nút áo, hãy gọi ngay cho [Trung tâm Thông tin Chất độc \(Poisons Information Centre\)](#) theo số 13 11 26.
- Cất giữ chất độc (ví dụ: sản phẩm tẩy rửa, thuốc trừ sâu, thuốc men, thiết bị hút thuốc lá điện tử và chất lỏng điện tử) ở trên cao và ngoài tầm với của trẻ trong một tủ khóa. Nếu bạn nghĩ rằng bé đã ăn phải chất độc, hãy gọi ngay cho Trung tâm Thông tin Chất độc (Poisons Information Centre) theo số 13 11 26.
- Đảm bảo nhiệt độ nước nóng cấp từ các vòi trong phòng tắm của bạn được cài đặt ở mức 50°C, thiết bị báo động khói được lắp đặt khắp nhà và không cầm đồ uống nóng trong khi ở gần bé.
- Nếu con bạn bị phỏng hoặc bỏng nước, hãy cởi bỏ quần áo và tã lót khỏi vùng bị phỏng và ngay lập tức để vùng bị phỏng dưới vòi nước mát trong 20 phút. Không bao giờ dùng đá lạnh, bơ hoặc dầu trên vết bỏng.
- Hoàn thành khóa đào tạo CPR và sơ cứu và cập nhật các kỹ năng này thường xuyên. Truy cập [kidsafevic.com.au](http://kidsafevic.com.au) để biết thêm thông tin về sơ cứu.



### KHI CHƠI

#### Giảm nguy cơ chấn thương như phỏng, ngã và nghẹt thở:

- Tạo một khu vui chơi an toàn cho trẻ cách xa lò sưởi, cầu thang, đường lái xe ra vào nhà, nước và các mối nguy hiểm khác. Cũi chơi hoặc cổng an toàn có thể giúp hạn chế khả năng tiếp cận các mối nguy hiểm.
- Khi chọn đồ chơi, hãy đảm bảo chọn đồ chơi phù hợp với lứa tuổi của bé, bền và có thể giặt được, và không có bộ phận bị hỏng để tránh bé có thể nuốt được. Tránh đồ chơi có pin nút áo hoặc đảm bảo trẻ không lấy được pin.
- Giám sát bé khi ở xung quanh thú cưng vào mọi lúc. Nếu bạn không thể giám sát, hãy đảm bảo rằng chúng được ngăn cách bằng các rào chắn thích hợp.

Tự hào được hỗ trợ bởi

### Giảm nguy cơ chấn thương khi sử dụng dụng cụ dành cho trẻ nhỏ

- Nếu bạn sử dụng nôi hoặc ghế bập bênh, hãy sử dụng dây nịt được cung cấp và đặt nó trên sàn nhà - tuyệt đối không được đặt trên bề mặt cao.
- Không nên dùng xe tập đi cho bé do nguy cơ chấn thương
- Tích cực giám sát em bé xung quanh tất cả các nguồn nước, đồng thời đổ hết nước và cất các bể bơi dạng lòi, xô, thùng và chậu tắm sau mỗi lần sử dụng.



### ĐI CHƠI

#### Giữ bé an toàn trong xe:

- Bé sơ sinh dưới 6 tháng tuổi phải sử dụng ghế giữ cố định cho trẻ trong xe quay mặt về phía sau đã được phê duyệt, được lắp đúng quy cách vào xe và được điều chỉnh sao cho phù hợp với bé.
- Bé nên ngồi quay mặt về phía sau cho đến khi bé không còn vừa với kích thước của ghế giữ cố định. Ghế giữ cố định có khả năng mở rộng quay mặt về phía sau (hướng ra phía sau cho đến khoảng 2-3 tuổi) có bán để sử dụng tại Úc.
- Nhờ thợ chuyên nghiệp lắp hoặc kiểm tra ghế giữ cố định cho trẻ trên xe. Chương trình Ghế ngồi An toàn, Trẻ em An toàn (Safe Seats, Safe Kids) của chúng tôi sử dụng những người thợ lắp ráp có kinh nghiệm, được công nhận để cung cấp các ngày kiểm tra và lắp đặt miễn phí trên khắp Victoria - truy cập [safeseatssafekids.com.au](http://safeseatssafekids.com.au) để đặt hẹn.

#### Giảm nguy cơ chấn thương khi sử dụng dụng cụ dành cho trẻ nhỏ:

- Sử dụng xe nôi hoặc xe đẩy đáp ứng Tiêu chuẩn Úc và đặt tất cả các túi dưới xe đẩy để tránh lật xe. Luôn sử dụng dây nịt được cung cấp.
- Nếu bạn sử dụng dây đeo hoặc túi đựng em bé, hãy đảm bảo tuân theo quy tắc TICKS - **chặt**, khuôn mặt của bé luôn ở trong **tầm nhìn** và đủ **gần** để hôn, **giữ** cầm em bé cách xa ngực bạn và **đỡ** lưng em bé.

#### Bảo vệ bé tránh ánh nắng mặt trời và hơi nóng:

- Không bao giờ để bé trong xe mà không giám sát - nhiệt độ bên trong xe có thể nóng hơn bên ngoài 20-30°C.
- Cho bé mặc quần áo nhẹ, dài tay và đội mũ, tìm bóng râm và sử dụng kem chống nắng dành cho em bé.