

# Em bé từ khi mới sinh tới lúc biết bò Từ khi mới sinh tới 9 tháng

## safe kids now

May 2004

### Những điều bé sẽ học

Mỗi đứa trẻ đều phát triển theo mức độ riêng của từng em, thường thường các em phát triển qua những giai đoạn giống nhau và thứ tự phát triển giống nhau. Con bạn sẽ bắt đầu quay tới quay lui và lật khi được khoảng 3 tháng, ngồi được lúc khoảng 6 tháng và biết bò lúc khoảng 9 tháng. Em sẽ bắt đầu đưa tay ra và nắm lấy những đồ vật và đưa vào miệng. Hiểu được các giai đoạn phát triển của con bạn trong lúc em đang lớn sẽ làm cho bạn hài lòng và mang cho bạn rất nhiều niềm vui cũng như giữ gìn cho các em được an toàn.

### Những sự lo ngại thông thường về vấn đề an toàn của trẻ

- Em bé lăn ra khỏi bàn, ghế dài hay giường trong khi đang thay tã
- Em bé bị mắc nghẹn vì lấy những vật nhỏ ở xung quanh bỏ vào miệng.
- Bị phỏng bởi những thức uống nóng đổ ra trên người em trong khi người chăm sóc đang bế em.
- Vô tình cho uống thuốc quá liều lượng.

### Tắm

- Chuẩn bị tắm và mặc đồ cho bé bằng cách để tất cả những đồ cần thiết trong tầm tay với. Đừng bao giờ bỏ bé một mình.
- Để một tấm lót không trơn trượt ở đáy bồn tắm để bé khỏi bị trượt.
- Kiểm soát nhiệt độ nước bằng hàn thử biểu hay bằng cổ tay trong của bạn trước khi bỏ bé vào bồn tắm. Nhiệt độ nước không nên nóng quá 38° C để tránh bé khỏi bị thương vì phỏng nước nóng.
- Luôn luôn ở với bé trong khi tắm cho em. Đừng bao giờ rời mắt khỏi bé khi bé ở gần nước.
- Phải chắc chắn rằng vòi nước nóng đã được khoá chặt.



### Mặc quần áo

- Đừng bao giờ bỏ bé một mình trên bàn thay quần áo, ghế dài hay giường.
- Đừng cho bé mặc quần áo loại có dây buộc luôn bên trong, dải ruy-băng hay các dây khác để tránh trường hợp bị dây xiết cổ.
- Chọn những loại quần áo khó bắt lửa. Hãy coi miếng nhãn trên quần áo ngủ của bé để biết mức độ rủi ro về quần áo bắt lửa.



### Cho bé ăn

- Nếu cho bé bú bình, luôn luôn kiểm soát nhiệt độ của sữa trước khi cho bé bú. Lò microwaves không hâm nóng sữa đều do đó bạn luôn luôn phải lắc bình sữa để trộn đều sữa trong bình trước khi cho bé bú.
- Đừng có bao giờ kê bình sữa lên cho bé bú một mình.
- Khi bế bé, luôn luôn để đồ uống nóng mà bạn đang uống xuống. Nếu thức uống nóng đổ xuống con bạn thì có thể gây cho bé bị phỏng nặng.
- Khi bắt đầu cho bé ăn thức ăn đặc lúc khoảng từ 4-8 tháng tuổi, bắt đầu nên cho ăn thức ăn nghiền nhuyễn để tránh cho bé có thể bị nghẹn, sau đó mau chóng đổi sang thức ăn nghiền ít nhuyễn hơn.
- Khi cho bé uống thuốc, luôn luôn đọc nhãn thuốc cẩn thận trước và đừng bao giờ cho bé uống liều cao hơn liều đã quy định.



### Ngủ

- Chỉ dùng nôi theo đúng Tiêu Chuẩn của Úc (Australian Standard). Những loại đúng tiêu chuẩn này có thể nhận ra một cách dễ dàng khi có tấm thẻ Safebaby (em bé an toàn).
- Để nôi cách xa dây treo màn cửa vì sợi dây này có thể làm nghẹt cổ bé. Phải bảo đảm tất cả các loại dây màn ở những chỗ bé không với tới được.
- Đừng có để những miếng chặn hay gối vào trong nôi.
- Cho bé nằm ngửa khi ngủ.
- Đừng cho bé ngủ trong xe đẩy mà không có người coi vì bé có thể bị ngộp thở.
- Phải bảo đảm là nôi đu đưa sẽ không thể lắc được khi bé đang ngủ.



### Khi chơi đùa

- Dành một khu vực cho bé chơi xa chỗ lò sưởi, cầu thang và những thứ nguy hiểm khác.
- Dọn sạch những món đồ nhỏ ở chỗ em bé chơi đùa vì những món đồ nhỏ như những hạt cườm, đồng tiền và khuy nút có thể gây rủi ro làm bé mắc nghẹn
- Để những chất độc ở trên cao và ngoài tầm tay với của bé. Đặc biệt cẩn thận với những hoá chất chùi rửa trong nhà và thuốc men.
- Đậy nắp thùng dùng để giặt tã (loại tã dùng nhiều lần) và để trên cao để tránh trường hợp bị ngộ độc và chết đuối.
- Đừng để em bé ở gần chó nhất là lúc cho chó ăn.
- Nếu dùng một cái nôi nhún, nhớ phải để nôi ở trên sàn nhà chứ đừng để trên chỗ cao.
- Không nên cho bé dùng ghế tập đi vì loại ghế này thường gây thương tích cho trẻ em.
- Hãy bảo đảm là hồ tắm hay hồ tắm spa của bạn phải có rào cản đúng cách. Hội đồng thành phố địa phương của bạn sẽ có thể cố vấn cho bạn về những luật lệ quy định đối với hồ tắm và hồ tắm spa.
- Trẻ nhỏ thường moi thuốc men từ túi xách của người lớn – hãy để túi xách xa tầm với của trẻ.



### Đồ chơi

- Đồ chơi cần phải là loại bền bỉ và có thể chùi rửa được, các góc cạnh phải tròn tru và không có những bộ phận nhỏ mà bé có thể nuốt được.
- Kiểm soát những đồ chơi có nhồi vật liệu bên trong để chắc chắn là lông thú hoặc những chất nhựa xốp không thể lấy ra được vì bé có thể hít những thứ này vào mũi hay lỗ tai.

### Cho bé đi chơi

- Dùng nôi trong xe loại đúng Tiêu Chuẩn (Standards). Liên hệ với Hội Đồng Thành Phố để mượn nôi trong xe.
- Phải chắc chắn là nôi hoặc ghế ngồi phải được lắp đặt đúng cách. Một cái nôi không được gắn vào xe đúng cách làm gia tăng nguy cơ bị thương tích cho con bạn.
- Điều chỉnh dây an toàn sao cho vừa vặn với trẻ trong mỗi chuyến đi.
- Nôi của em bé phải được lắp đặt hướng về phía trước trong khi xe chạy vào lúc bé nặng khoảng 9kg hay cao khoảng 70cm.
- Đừng bao giờ để bé một mình trong xe. Khi bạn rời khỏi xe, mang bé theo dù bạn chỉ đi một quãng rất ngắn.
- Dùng loại xe đẩy được công nhận theo đúng Tiêu Chuẩn (Standards) và để tất cả túi đồ ở dưới xe đẩy để tránh xe đẩy khỏi mất thăng bằng.
- Luôn luôn cột dây an toàn cho bé khi ở trong xe đẩy, xe ghế đẩy và xe đẩy để chở đồ trong siêu thị và bao giờ cũng phải điều chỉnh dây an toàn sao cho vừa vặn với bé.
- Bạn phải cảnh giác là những ngón tay nhỏ nhắn của bé có thể dễ dàng bị kẹt trong bản lề của xe đẩy, xe ghế đẩy và cánh cửa.
- Bảo vệ trẻ khỏi ánh nắng và sức nóng của mặt trời bằng cách mặc quần áo mỏng và nhẹ, dài tay cũng như đội mũ cho bé, tìm chỗ mát và dùng kem chống nắng dành cho em bé.



## safe kids now Những Lời Khuyên Tổng Quát Về Vấn Đề An Toàn

1. Học cách cứu thương và phương pháp hồi sinh tim mạch (CPR)
2. Nhờ nhân viên chuyên môn kiểm soát nôi trong xe có được gắn đúng cách không.
3. Chỉ mua những đồ đạc cho trẻ có gắn tấm thẻ 'Safebaby' (em bé an toàn). Những loại này đáp ứng được tiêu chuẩn của Úc.
4. Gắn một bộ phận báo động khói trong phòng ngủ của trẻ cũng như những nơi khác trong nhà của bạn.
5. Làm một hàng rào quanh hồ tắm theo đúng Quy Định để làm giảm nguy cơ chết đuối. Hãy liên lạc với Hội Đồng Thành Phố địa phương để được cố vấn.

### Muốn biết thêm thông tin, xin liên hệ

Y tá Mẫu Nhi tại địa phương của quý vị	
Đường Dây Điện Thoại Y Tế Mẫu Nhi 24 giờ mỗi ngày	13 22 29
Trung Tâm An Toàn của Bệnh Viện Nhi Đồng Hoàng Gia để biết thông tin về một số những sản phẩm an toàn cho trẻ em	9345 5085
VicRoads để được cố vấn về việc chọn lựa và sử dụng đai và ghế an toàn trên xe hơi cho trẻ em	1300 360 745
RACV để được lắp đặt đúng cách và chuyên nghiệp các loại đai và ghế an toàn trong xe hơi cho trẻ em	9790 2190
Trung Tâm Thông Tin về Các Độc Chất trong trường hợp khẩn cấp	13 11 26