

# AN TOÀN VÀ NGĂN NGỪA THƯƠNG TÍCH

Lời khuyên cho các gia đình từ Trung tâm Quốc gia về Sức khỏe và An lành cho Trẻ em

## An toàn và Ngăn ngừa Thương tích cho Trẻ em Là:

- Bảo đảm rằng trẻ em có nơi an toàn để phát triển và học hỏi
- Bảo vệ trẻ em khỏi sự nguy hiểm
- Dạy trẻ em biết phải làm gì để được an toàn

### Tại sao điều này lại quan trọng?

#### Trẻ em thích khám phá nhưng cần:

- Nơi an toàn để chơi
- Người lớn theo dõi và nghe ngóng để ngăn ngừa thương tích trước khi nó xảy ra
- Cơ hội thực hành kỹ năng mới một cách an toàn

#### Khi trẻ em được an toàn, chúng có thể:

- Không bị thương tích
- Tập trung vào việc học tập
- Khám phá các tình huống mới với sự tự tin
- Ở nhà:



## Những điều quý vị có thể làm để giúp con mình

- Giữ tất cả các loại thuốc, sản phẩm lau chùi và gây hại cách xa trẻ em
- Sử dụng ổ khóa cho các cửa tủ và nắp đậy cho ổ cắm điện.
- Sử dụng cổng chắn an toàn trên cầu thang.
- Sử dụng nôi có mặt cố định chứ không phải loại thả xuống một bên.
- Để nôi cách khỏi cửa sổ và dây kéo màn cửa.
- Tốt nhất là sử dụng các loại màn cửa không dây, nếu được. Nếu không, hãy cột dây và để cách xa tầm với của trẻ em.
- Đặt em bé nằm ngửa trong một cái nôi không có chăn mềm, gối hoặc nệm cản.
- Giữ trẻ em tránh xa đồ ăn nóng và nước nóng.
- Xoay tay cầm của nồi nấu ăn hướng vào trong lò bếp.
- Cài đặt nhiệt độ của máy đun nước nóng ở 120 độ hoặc ít hơn.
- Giữ trẻ em cách xa lò sưởi hoặc lửa.
- Lắp thiết bị báo động khói ở mọi tầng. Thay pin vào mùa xuân và mùa thu.
- Mua một máy phát hiện carbon monoxide, nếu nhà quý vị không có.
- Kiểm tra với trạm cứu hỏa địa phương để xem họ có thể giúp quý vị tìm một thiết bị báo động khói hoặc máy phát hiện carbon monoxide hay không.
- Hỏi bác sĩ nhi khoa về thức ăn và các đồ vật nhỏ có thể gây nghẹt thở.
- Thiết lập và luyện tập kế hoạch thoát hiểm..

## AN TOÀN VÀ NGĂN NGỪA THƯƠNG TÍCH LÀ GÌ?

# Những điều quý vị có thể làm để giúp con mình

- Ở Ngoài:
  - Sử dụng kem chống nắng.
  - Dạy con quý vị không được đi ra đường.
  - Tìm sân chơi có nền mềm thay vì đất hoặc cỏ.
  - Theo dõi con của quý vị kỹ càng ở sân chơi.
  - Loại bỏ dây kéo khỏi quần áo.
  - Giữ dây giày ngấn và buộc.
  - An toàn với nước
  - Nên biết rằng một đứa trẻ có thể bị chết đuối trong bất kỳ mức nước nào che được miệng và mũi của em.
  - Luôn luôn ở trong phạm vi tầm tay với của con quý vị nếu em ở trong hoặc gần nước.
  - Học cách bơi lội, và đưa con quý vị đi học bơi ở các lớp dạy bơi chuyên nghiệp.
  - Sử dụng hàng rào bốn mặt với cửa cài chốt tự động quanh hồ bơi.
- Học cách làm hô hấp nhân tạo. (CPR).
- An toàn trong xe hơi và xe tải
  - Chọn ghế ngồi của trẻ em phù hợp với lứa tuổi, chiều cao và cân nặng của con quý vị.
  - Chọn ghế ngồi của trẻ em vừa vặn với xe hơi hoặc xe tải của quý vị và sử dụng nó mọi lúc.
  - Yêu cầu nhân viên Head Start cho biết nơi quý vị có thể đến trong cộng đồng để tìm hiểu cách lắp đặt ghế an toàn cho trẻ em.
  - Hãy bảo đảm rằng trẻ em dưới 13 tuổi chỉ ngồi ở băng ghế sau
  - Đừng bao giờ để con quý vị ở trong xe mà không có người lớn.
  - Dạy cho trẻ em biết rằng xe không bao giờ là nơi an toàn để chơi. Ngay cả khi cửa sổ mở, trẻ nhỏ có thể bị say nóng một cách nguy hiểm trong vòng 10 phút đầu tiên.

