

Bản liệt kê những mục cần kiểm tra về an toàn đối với trẻ em

Child Safety Checklist

Keep your home safe for babies and children. Share this checklist with anyone who cares for your child. **Keep emergency phone numbers, such as doctor, fire department, poison control (1-800-222-1222) and 911, close to the phone.** Teach your older children how and when to call 911 or other emergency phone numbers.

Luôn giữ cho nhà của quý vị an toàn đối với trẻ sơ sinh và trẻ em. Hãy chia sẻ bản liệt kê những mục cần kiểm tra này với bất cứ ai chăm sóc con quý vị. **Luôn để các số điện thoại khẩn cấp, như là bác sĩ, sở cứu hỏa, trung tâm phòng chống ngộ độc (1-800-222-1222) và 911, cạnh điện thoại.** Dạy con lớn của quý vị cách gọi và khi nào gọi số 911 hoặc các số điện thoại khẩn cấp khác.

Watch Your Child Closely

- Never leave your baby or young child alone:
 - › at home
 - › in a bathtub
 - › in a car, even when your child is sleeping
 - › on a raised surface, such as a bed, changing table or sofa
- Do not leave your baby or young child alone with other children or uncaged pets.

Safety with Baby Care

- Do not let anyone drink hot liquids while holding your baby.
- Do not let anyone smoke around your baby.
- Place your baby on his or her back every time to sleep.
- Do not lay your baby on a waterbed, pillow or other soft surface that could suffocate him or her.
- Never prop a bottle during a feeding.

Theo dõi sát con quý vị

- Không bao giờ để trẻ sơ sinh hoặc trẻ nhỏ một mình:
 - › ở nhà
 - › trong bồn tắm
 - › trong xe hơi, ngay cả khi con quý vị đang ngủ
 - › trên các bề mặt cao, như là giường, bàn thay tã hoặc ghế xôfa
- Không để trẻ sơ sinh hoặc trẻ nhỏ một mình với các trẻ khác hoặc vật nuôi thả rông.

An toàn khi chăm sóc trẻ

- Không để bất cứ ai uống đồ nóng trong khi đang bế con quý vị.
- Không để bất cứ ai hút thuốc quanh con quý vị.
- Đặt con quý vị nằm ngửa mỗi khi trẻ ngủ.
- Không đặt trẻ nằm lên mặt đệm nước, gối hoặc các bề mặt mềm khác có thể làm trẻ ngạt thở.
- Không bao giờ dựng bình bú trong khi cho trẻ ăn.

Clothing Safety

- Remove drawstrings in clothing.
- Use flame retardant sleep sacks and onesies.
- Do not put necklaces, rings or bracelets on babies.
- Never tie anything around your baby's neck, even to hold a pacifier.

Nursery and Equipment Safety

- Buy baby furniture with the Consumer Product Safety Commission (CPSC) or the Juvenile Products Manufacturers Association (JPMA) label.
 - Choose a crib with slats no more than 2 3/8 inches apart and railing that measure 26 inches high from the mattress frame. Do not use a crib with chipped paint or broken parts. Do not use side drop models.
 - Choose playpens that have mesh with less than 1/4 inch spaces. Make sure the material is securely attached to the top rail and bottom. Never leave the side of a playpen lowered.
- Use a crib mattress that fits snugly.
- Never place pillows, padding, bumpers, toys or other items in your baby's crib or playpen. Babies can suffocate on these items.
- Do not use baby walkers. Each year babies are seriously injured from falls while in walkers.

An toàn khi mặc quần áo

- Bỏ dây rút ở quần áo ra.
- Dùng túi ngủ và áo liền quần chống cháy
- Không đeo dây chuyền, nhẫn hoặc vòng đeo tay cho trẻ sơ sinh.
- Không bao giờ buộc bất cứ thứ gì quanh cổ con quý vị, kể cả là để giữ núm vú giả.

An toàn ở nhà trẻ và thiết bị

- Mua đồ nội thất dành cho trẻ em với Ủy ban An toàn Sản phẩm Tiêu dùng (CPSC) hoặc nhãn hiệu của Hiệp hội các Nhà sản xuất Sản phẩm Dành cho Trẻ Vị thành niên (JPMA).
 - Chọn một cái cũi có các thanh nan cách nhau không quá 2 3/8 inơ và lan can có chiều cao từ khung nệm là 26 inơ. Không sử dụng cũi có các phần sơn bị sứt mẻ hoặc bị vỡ. Không sử dụng các mô hình có thành bên lật được.
 - Chọn xe cũi đẩy có lưới với khoảng trống dưới 1/4 inơ. Hãy chắc chắn là vật liệu đó được gắn thật chắc vào đường ray trên cùng và dưới cùng. Không bao giờ rời xa bên cũi đẩy bị hạ xuống.
- Sử dụng một cái nệm cũi vừa khít.
- Không bao giờ để gối, đệm, đệm giảm va chạm, đồ chơi hoặc các vật dụng khác trong giường cũi hoặc xe cũi đẩy của con quý vị. Trẻ có thể bị ngạt thở trên các vật dụng này.
- Không dùng xe tập đi dành cho trẻ nhỏ. Hàng năm có nhiều trẻ bị chấn thương nghiêm trọng do bị ngã trong khi đi xe tập đi.

Safety in All Rooms of the House

- Put safety latches on all cabinets and drawers that contain sharp or breakable objects, chemicals or medicines.
- Put outlet covers on all electrical outlets.
- Put a baby gate at the top and bottom of all stairways.
- Cover corners and sharp edges of furniture with corner protectors.
- Keep items such as electrical cords and plants out of children's reach.
- Put screens around fire places, hot radiators, stoves, kerosene or space heaters.
- Lock or latch windows properly. Keep blind and drapery cords wrapped and out of reach to prevent accidental hanging.

Kitchen Safety

- Keep hot drinks and foods, knives, cleaning products, plastic bags, and electrical objects out of children's reach.
- Keep pot handles facing inward on the stove.
- Choose a high chair with a wide sturdy base and a tray table that securely attaches to both sides. The base should be wider than the top of the chair. Use the safety strap to hold your baby securely in the chair. Keep the chair away from the stove, windows and counters where unsafe items can be pulled off.
- Never hold or carry a child while using the stove.
- Do not heat baby food, formula or breastmilk in a microwave. It can create hot spots.

An toàn trong tất cả các phòng của ngôi nhà

- Chốt các chốt an toàn ở tất cả các tủ và ngăn kéo có chứa các vật sắc nhọn hoặc dễ vỡ, hóa chất hoặc thuốc.
- Đậy các nắp ổ cắm vào tất cả các ổ cắm điện.
- Để một cổng chặn trẻ ở đầu và cuối của tất cả các cầu thang.
- Đậy các phần bảo vệ góc nhọn lên các góc và cạnh sắc của đồ nội thất.
- Để các vật dụng như dây điện và máy móc xa tầm tay trẻ em.
- Để các tấm chắn xung quanh những nơi có lửa, lò sưởi nóng, bếp lò, dầu hỏa hoặc thiết bị sưởi trong nhà.
- Khóa hoặc chốt cửa sổ đúng cách. Luôn bọc các dây mù và dây màn treo lại và để ngoài tầm với để ngăn ngừa vô tình mắc vào cổ trẻ.

An toàn trong bếp

- Giữ đồ uống và thức ăn nóng, dao, sản phẩm tẩy rửa, túi nhựa và các vật dụng chạy điện xa tầm tay của trẻ.
- Luôn để tay cầm của nồi hướng vào trong bếp.
- Chọn một chiếc ghế cao có chân vững chắc, rộng và bàn khay có thể gắn chắc chắn vào cả hai bên thành ghế. Chân ghế phải rộng hơn mặt ghế. Sử dụng dây đeo an toàn để giữ cho con quý vị an toàn trên ghế. Luôn để ghế cách xa bếp, cửa sổ và kệ bếp nơi có thể kéo các vật dụng không an toàn ra.
- Không bao giờ ôm hoặc bế trẻ trong khi đang sử dụng bếp.
- Không hâm nóng thức ăn, sữa công thức hoặc sữa mẹ trong lò vi sóng. Nó có thể tạo ra các điểm nóng.

Water Safety

- Adjust the temperature on the water heater to 120 degrees Fahrenheit or less.
- Check that the bath water is warm, not hot, before putting your baby or young child in the water. The temperature of the water should be 100 degrees F or 37 degrees C. Use only a small amount of water in the bathtub.
- Use a baby tub for at least the first 5 months. Then use a tub seat when your baby is able to sit without help.
- Never leave your baby or young child alone in the bathtub**, hot tub or backyard pool – even for a second. If the telephone or doorbell rings, ignore it or take your child with you to answer it. Young children can drown very quickly in a small amount of water.
- Keep toilet lids down.
- Do not leave buckets or inflatable pools around with water in them.

Medicine Safety

- Store medicines and vitamins out of children's reach in a locked drawer or cabinet.
- Never give home remedies or medicine to your child without first checking with a doctor.
- Check with a doctor or pharmacist for the right medicine dose for your child's age or weight.

An toàn về nước

- Điều chỉnh nhiệt độ trên ấm đun nước nóng từ 120 độ F trở xuống.
- Kiểm tra xem nước tắm ấm, không nóng, hay không trước khi cho con quý vị vào nước. Nhiệt độ của nước cần phải là 100 độ F hoặc 37 độ C. Chỉ sử dụng ít nước trong bồn tắm.
- Sử dụng bồn tắm bé trong ít nhất 5 tháng đầu. Sau đó sử dụng ghế tắm bồn khi con quý vị có thể ngồi mà không cần đỡ.
- Không bao giờ để con quý vị một mình trong bồn tắm**, bồn tắm nước nóng hoặc bể bơi sân sau – kể cả là trong một giây. Nếu điện thoại hoặc chuông cửa reo, hãy cứ để chuông reo hoặc bế con quý vị đi cùng để nghe điện thoại hoặc mở cửa. Trẻ nhỏ có thể chết đuối rất nhanh với một lượng nước nhỏ.
- Luôn đậy nắp bồn cầu.
- Không để các loại xô hoặc bể bơm hơi có nước ở xung quanh.

An toàn về thuốc

- Bảo quản thuốc và vitamin ngoài tầm tay của trẻ, trong ngăn kéo hoặc trong tủ có khóa.
- Không bao giờ cho trẻ dùng các biện pháp khắc phục tại nhà hoặc thuốc mà không có tư vấn của bác sĩ.
- Hỏi ý kiến bác sĩ hoặc dược sĩ để biết liều thuốc phù hợp với tuổi hoặc cân nặng của con quý vị.

Toy Safety

- Always buy flame resistant, washable, non-toxic toys.
- Check toys to be sure they are for the right age for your child.
- Keep small objects, balloons, and plastic bags away from your baby or young child. If objects can fit into a toilet paper roll, they are too small for your baby or young child.
- Teach your child to wear a bike helmet when using a bike, scooter, skateboard and other wheeled toys. Helmets reduce the risk of serious head injury.

Car Safety

- Always use approved child safety seats for your child's age and weight.
- Install safety seats in the back seat. Place babies in a rear-facing seat until 2 years old or until they reach the highest height and weight allowed by the manufacturer— usually about 35 pounds.
- Check with your local children's hospital, health department or fire department to have someone check that the seat is in the car the right way.
- Never hold a baby or child on your lap while riding in a car or truck.
- Everyone in the car should be wearing a seat belt, or be in a car seat or booster seat that is right for the child's age, weight and height.

An toàn về đồ chơi

- Luôn mua đồ chơi chống cháy, có thể giặt, không độc hại.
- Kiểm tra đồ chơi để chắc chắn rằng các đồ chơi đó phù hợp với độ tuổi của con quý vị.
- Luôn để các đồ vật nhỏ, bóng bay và túi nhựa xa khỏi con quý vị. Nếu các đồ vật có thể lấp vừa vào một cuộn giấy vệ sinh thì các đồ vật đó là quá nhỏ đối với con quý vị.
- Dạy trẻ cách đội mũ bảo hiểm xe đạp khi sử dụng xe đạp, xe hầy, ván trượt và các đồ chơi có bánh xe khác. Mũ bảo hiểm làm giảm nguy cơ chấn thương đầu nghiêm trọng.

An toàn về xe hơi

- Luôn luôn sử dụng ghế an toàn trẻ em đã phê duyệt dành cho độ tuổi và cân nặng của con quý vị.
- Lắp ghế an toàn ở ghế sau. Cho trẻ vào ghế quay mặt về phía sau cho đến khi trẻ 2 tuổi hoặc cho đến khi trẻ đạt chiều cao và cân nặng cao nhất mà nhà sản xuất cho phép, thông thường là khoảng 35 pao (khoảng 16 kg).
- Kiểm tra với bệnh viện dành cho trẻ em ở địa phương, sở y tế hoặc sở cứu hỏa xem có người đến kiểm tra ghế ngồi trong xe có đúng cách hay không.
- Không bao giờ ôm con quý vị trên đùi của quý vị trong khi đi trong xe hơi hoặc xe tải.
- Mọi người trong xe cần phải thắt dây an toàn, hoặc ngồi trên ghế của xe hơi hoặc ghế nâng phù hợp với lứa tuổi, cân nặng và chiều cao của trẻ.

Fire Prevention

- Keep matches, lighters and flammables (like gasoline) out of your child's reach.
- Install smoke alarms with working batteries on every floor of your home. Be sure to place alarms near rooms where you and your children sleep.
- Check smoke alarm batteries each month and change them every six months.
- Plan more than one escape route from each room in the house and pick a place for everyone to meet outside. Practice this plan with your children.
- Teach your child about fire safety.
- Do not leave candles lit unless an adult is in the room and blow them all out when you go to sleep.

Other Safety Measures

- Carbon monoxide (CO) is a colorless, odorless gas that can kill.
- Install a CO detector on each floor of your home. CO comes from unvented space heaters, blocked chimneys, leaking furnaces, gas water heaters, wood or gas stoves, gasoline powered equipment such as generators and car exhaust from attached garages.
- Contact your local health department to learn about lead poisoning dangers if you live in a home or use a daycare that was built before 1978. Painted toys or furniture that are older or come from another country may also have lead in them. Children under 6 years old are at the most risk for lead poisoning.

Ngăn ngừa hỏa hoạn

- Giữ diêm, bật lửa và các chất dễ cháy (như là xăng) ngoài tầm với của con quý vị.
- Lắp đặt thiết bị báo khói có pin hoạt động ở mọi tầng trong nhà quý vị. Hãy chắc chắn về việc để chuông báo động gần phòng nơi quý vị và con quý vị ngủ.
- Kiểm tra pin của chuông báo động mỗi tháng và thay pin 6 tháng một lần.
- Lên kế hoạch có nhiều hơn một lối thoát từ mỗi phòng trong nhà và chọn một nơi để mọi người có thể gặp nhau ở bên ngoài. Thực hành kế hoạch này với con quý vị.
- Dạy con về an toàn cháy nổ.
- Không để nến sáng trừ khi có người lớn ở trong phòng và thổi tắt tất cả các ngọn nến khi quý vị đi ngủ.

Các biện pháp an toàn khác

- Carbon monoxit (CO) là một loại khí không màu, không mùi có thể gây chết người.
- Lắp đặt máy dò CO ở mỗi tầng trong nhà quý vị. CO từ thiết bị sưởi trong nhà không có lỗ thông, ống khói bị chặn, lò bị rò rỉ, ấm đun nước bằng ga, bếp đun bằng củi hoặc bằng ga, thiết bị chạy bằng xăng như là máy phát điện và khí thải xe hơi từ các gara gắn liền.
- Liên lạc với sở y tế địa phương để tìm hiểu về các nguy cơ ngộ độc chì nếu quý vị sống trong nhà hoặc sử dụng nhà giữ trẻ được xây dựng trước năm 1978. Đồ chơi có sơn hoặc đồ nội thất sơn đã cũ hoặc từ một quốc gia khác cũng có thể có chì trong đó. Trẻ dưới 6 tuổi có nguy cơ ngộ độc chì cao nhất.

- Keep guns and other firearms out of your home. If they must be in the home, unload them and put them in a locked place. Keep the keys out of children's reach. Store the gun in a separate place from the bullets.
- Consider taking an infant/child CPR course and first aid class.
- Teach your child how to cross the street safely.
- Put sunscreen of SPF 15 or higher on your child. Put a hat on babies less than 6 months old. Try to keep children under age 1 out of the sun.
- Không để súng lục và các loại súng khác trong nhà quý vị. Nếu phải để súng ở nhà, hãy tháo súng ra và để ở một nơi khóa lại. Luôn để các chìa khóa ở ngoài tầm tay trẻ em. Bảo quản súng ở một nơi, đạn ở một nơi.
- Cân nhắc việc tham gia khóa học Hồi sức tim phổi (CPR) và lớp sơ cứu cho trẻ sơ sinh/trẻ nhỏ.
- Dạy trẻ cách đi qua đường một cách an toàn.
- Bôi kem chống nắng từ SPF 15 trở lên cho con quý vị. Đội mũ cho trẻ dưới 6 tháng tuổi. Cố gắng không cho trẻ dưới 1 tuổi ra nắng.

Talk to your children's doctor or nurse if you have any questions or concerns about their safety.

Báo cho bác sĩ hoặc y tá biết nếu có bất kỳ thắc mắc hoặc lo ngại nào về an toàn.