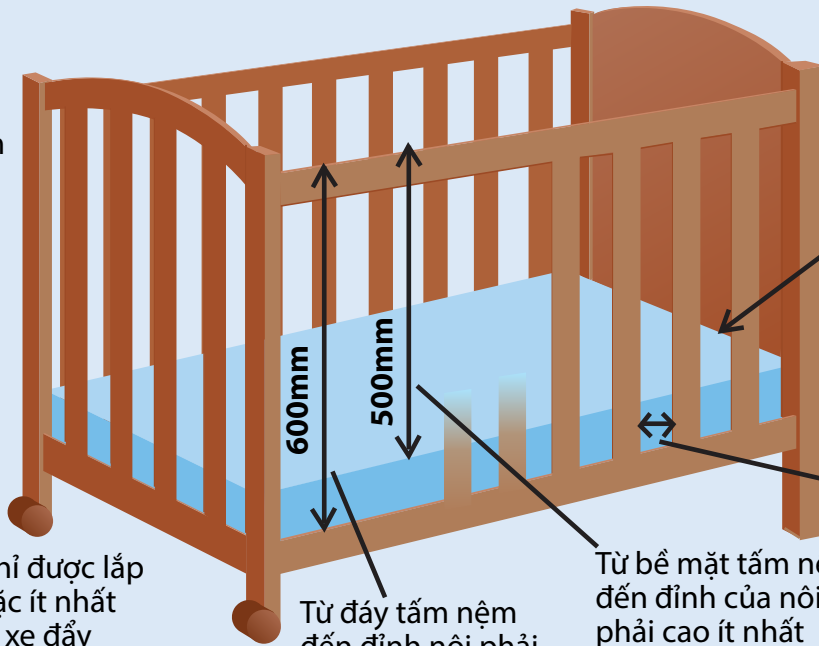


Những phần nhô ra ở
đỉnh hoặc hai bên nôi
không được quá 8mm



Khoảng cách giữa
thành nôi/ đầu và
cuối nôi và nệm
không được quá
20mm

Khe hở giữa các
thanh nan rộng
từ 50 đến 95mm

Bánh xe đẩy chỉ được lắp
ở hai chân hoặc ít nhất
một cặp bánh xe đẩy
phải có chốt hãm

Tủ đáy tấm nệm
đến đỉnh nôi phải
cao ít nhất 600mm

Tủ bề mặt tấm nệm
đến đỉnh của nôi
phải cao ít nhất
500mm

Để biết thêm thông tin về nôi và các sản phẩm bảo mẫu an toàn: www.productsafety.gov.au

Tài liệu: Giữ an toàn cho em bé Ủy hội Đặc trách Cảnh tranh và Người tiêu dùng Australia, Dickson ACT, 2006

HÃY KIỂM TRA: ✓ đúng với lời viết ✗ không đúng N/A không liên quan

- Em bé được đặt nằm ngủ ngửa, không che phủ đầu và mặt (không đội mũ buộc quai, không đội mũ, không mặc áo liền mũ).
- Những dây treo rèm, màn gió, thiết bị điện và điện thoại di động phải nằm ngoài tầm với của trẻ em bên trong nôi.
- Lò sưởi hoặc đồ điện gia dụng phải đặt cách xa nôi để tránh nguy cơ bị quá nóng. Không dùng chân điện.
- Nôi (mới hoặc cũ) cần đạt các Tiêu chuẩn An toàn bắt buộc của Úc (AS 2172).
- Nôi di động cần tuân thủ Tiêu chuẩn An toàn bắt buộc của Úc (AS 2195)
- Các chốt hãm trong các giỏ nằm/nôi đu đưa, cần được cài khóa cố định bất cứ khi nào em bé không có người giám sát.
- Tấm nệm đủ cứng, sạch sẽ, vừa vặn và phẳng (không được nâng cao lên hoặc đặt nghiêng), với khoảng cách giữa nệm và các thành nôi phải hẹp hơn 20mm.
- Gỡ bỏ bao bì ni-lông khỏi nệm trước khi sử dụng.
- Nôi được sắp xếp để bàn chân em bé được đặt ngay ở cuối nôi
- Không để tấm trải giường, chăn gối rời rạc, tấm lót, ruột chăn (mền), gối, tấm chắn nôi, da cừu hoặc đồ chơi mềm ở trong nôi.

Đề tài thảo luận với các cha mẹ

Đặt em bé ngủ nằm ngửa từ lúc chào đời, đừng đặt nằm nghiêng hoặc nằm sấp

- Trẻ em khỏe mạnh ngủ nằm ngửa ít bị nghẹt thở khi nôn ói hơn những trẻ sơ sinh ngủ nằm sấp
- Trẻ sơ sinh dễ bị chết đột ngột và bất ngờ hơn nếu các em ngủ nằm sấp hoặc nằm nghiêng
- Nằm sấp để tập bò chỉ an toàn và tốt khi các em bé thức và có người lớn ở bên cạnh
- Trẻ lớn hơn có thể lật qua lật lại hoặc di chuyển quanh trong nôi. Đặt các trẻ em ngủ nằm ngửa nhưng để các em tự tìm tư thế nằm ngủ của mình, cần đảm bảo môi trường nằm ngủ cho các em an toàn ngay cả khi các em có thể lăn qua tư thế nằm sấp. Nguy cơ bị Hội chứng Trẻ sơ sinh Đột tử (SIDS) ở trẻ em trên sáu tháng tuổi là cực thấp.

Cho trẻ sơ sinh ngủ không che đầu và mặt

- Tất cả vật che đầu như mũ, mũ mềm có quai buộc, mũ liền áo đều phải được cởi ra trước khi đặt bé ngủ
- Bàn chân em bé được đặt ngay ở cuối nôi
- Tấm trải nệm phải được giặt kỹ, để không bị xô lệch lỏng lẻo, hoặc đặt bé ngủ trong túi ngủ an toàn.

Giữ trẻ sơ sinh ở nơi không có khói thuốc trước và sau khi sinh

- Nguy cơ bị Hội chứng Trẻ sơ sinh Đột tử (SIDS) tăng lên nếu cha mẹ hút thuốc, kể cả lúc đang mang thai hoặc sau khi sinh
- Nếu người mẹ hút thuốc, rủi ro bị hội chứng SIDS sẽ tăng gấp đôi và nếu người cha cũng hút thuốc thì rủi ro sẽ tăng gấp đôi một lần nữa.

Cung cấp Môi trường Ngủ An toàn ngày và đêm. Thêm vào những thông điệp quan trọng trên trang đầu của Danh sách Kiểm tra Ngủ An toàn này

- Chăn gối mềm, như nệm mềm, ruột chăn bông gấp lại, gối, gối ôm và da cừu không nên dùng thay cho nệm cứng
- Không đặt trẻ em ngủ hay ngủ cùng trẻ em trên ghế sofa, ghế bành, giường nước hay túi đựng hạt mút xốp. Có nhiều nguy cơ cao xảy ra những tai nạn trong khi ngủ.
- Nôi di động:
 - Dùng nệm cung cấp cùng với nôi (AS2195)
 - Không bao giờ thêm chiếc nệm thứ hai hoặc miếng lót thêm bên dưới hoặc bên trên chiếc nệm đi cùng với nôi di động
 - Nôi di động chỉ để sử dụng tạm thời và tiện lợi khi đi du lịch và không nên sử dụng lâu dài hoặc vĩnh viễn
 - Chiếc giỏ cho bé nằm chỉ nên sử dụng một thời gian ngắn. Khi em bé trở nên năng động và bắt đầu biết lăn, tốt nhất là đặt em bé vào chiếc nôi an toàn.

Ghế nhún, ghế đu đưa và xe nôi không nên được sử dụng như là môi trường để ngủ không có sự giám sát và các dây nịt an toàn cần được gài đúng khi sử dụng

Vong có thể nguy hiểm và không được coi là môi trường an toàn để ngủ cho trẻ sơ sinh

Các nguy cơ tai nạn sẽ tăng nếu trẻ em hoặc trẻ sơ sinh bị bỏ không có sự giám sát, hoặc ở một mình trên giường của người lớn hoặc trên giường tầng.

Đặt trẻ ngủ ở nơi ngủ an toàn của các em trong cùng phòng với người lớn trong sáu đến mười hai tháng đầu tiên

Ngủ cùng với trẻ em trên cùng một bề mặt sẽ làm tăng nguy cơ SIDS và các tai nạn gây tử vong trong giấc ngủ trong một số tình huống

Để em bé ngủ trong chiếc nôi bên cạnh giường của cha mẹ trong sáu đến mười hai tháng đầu tiên đã cho thấy là giảm nguy cơ SIDS

Có vẻ như không có nguy cơ gia tăng SIDS khi nằm cùng với em bé trong khi cho bú, âu yếm và chơi với em bé, với điều kiện em bé được đưa trở lại nôi hoặc một nơi ngủ an toàn trước khi cha mẹ đi ngủ

Trẻ sơ sinh có nguy cơ cao bị SIDS hoặc các tai nạn khi ngủ khi đang ngủ chung với cha mẹ, là trẻ sơ sinh dưới bốn tháng tuổi và trẻ sơ sinh sanh non hoặc thiếu ký vì tuổi thai.

Hãy cho con bú mẹ nếu có thể

Có bằng chứng mạnh mẽ cho rằng việc cho con bú sữa mẹ sẽ làm giảm nguy cơ hội chứng SIDS

Người chăm sóc và bảo mẫu

Người chăm sóc và bảo mẫu cần biết các khuyến cáo để giảm nguy cơ SIDS và làm thế nào để tạo ra môi trường ngủ an toàn cho trẻ em và trẻ sơ sinh. Các đối tượng này bao gồm ông bà, nhóm trẻ gia đình, các dịch vụ trông trẻ và giáo dục sự phát triển đầu đời, nhà của gia đình và nhà của bạn bè

Được ủy quyền bởi:
Bộ Giáo dục và Đào tạo

Hiệu đính Tháng Tám 2017

Các chi tiết liên lạc hữu ích

Đường dây về An toàn Nuôi dạy trẻ em và Đồ chơi
1300 364 894

www.consumer.vic.gov.au

Đường dây Y tế Mẫu Nhi 132229
www.education.vic.gov.au/childhood/parents/mch/

Truy cập Red Nose Thông tin về giữ trẻ an toàn tại
www.rednose.com.au hoặc gọi Red Nose Giáo dục số 1300 998 698

red nose
saving little lives