

Säkerhet för ditt spädbarn

CHECKLISTA FÖR BARN UNDER 1 ÅR

Sömn, barnvagnen och vårdssituationer

- ☐ Söv barnet på rygg.
- ☐ Spjälarna i spjälängen ska vara placerade tillräckligt nära varandra, så att barnets huvud inte rymts ige nom dem och så att barnet inte kommer åt att klättra ur sängen.
- ☐ Sänk bottenkivan på spjälängen när barnet lär sig att stå upp.
- ☐ Se till att det i sängen eller barnvagnen inte finns någonting som barnet kan sätta i halsen eller strypas av (t.ex. mjukdjur, kuddar, snören).
- ☐ Använd säkerhetssele i barnvagnen. Lägg inte ned barnvagnens liggdel/mjuklift eller hårdlift någon annanstans än på golvet.
- ☐ När du sover barnet utomhus, ska vagnen placeras på en skyddad, skuggig plats, så att vagnen inte kan välta eller rulla iväg.
- ☐ Övervaka barnet medan hon eller han sover utomhus.
- ☐ På grund av insekter och andra djur ska vagnen skyddas med ett insekts- eller säkerhetsnät.

- ☐ Lämna aldrig barnet ensam på skötbordet, soffan eller någon annanstans där det finns risk för att barnet faller ned.
- ☐ Barnet får inte lämnas framför TV:n. Ofiltrerade intryck kan skada utvecklingen av barnets nervsystem.
- ☐ Hantera barnet varsamt och skaka aldrig barnet.

Köket

- ☐ Säkerställ att den mat och dryck som serveras barnet har lämplig temperatur. Använd en separat sked för att smaka av.
- ☐ Se till att mata barnet med tillräckligt finfördelad mat.
- ☐ Barnstolen ska vara stabil, så att barnet inte kommer åt att ställa sig upp på den.
- ☐ Håll uppsikt över barnet medan hon eller han sitter i barnstolen.
- ☐ Bär inte barnet i famnen, bärsele eller bärdduk samtidigt som du hanterar varma drycker eller varm mat.
- ☐ Håll heta, vassa och tunga föremål samt giftiga rengöringsmedel i köket utom räckhåll för barnet.



- ☐ Se till att kökslådor som innehåller vassa föremål är försedda med säkerhetsspärrar.
- ☐ Skydda spisknapparna och förhindra barnet från att sträcka sig över spisen, till exempel med ett spisskydd.
- ☐ Säkerställ att barnet inte kan klättra upp på köksbordet eller andra nivåer.

Badrum och bastu

- ☐ Kontrollera alltid temperaturen på barnets badvatten innan du sätter barnet i badet.
- ☐ Se till att kranarna är termostat- och säkerhetskranar.
- ☐ Lämna aldrig barnet utan uppsikt i ett badkar/bubbelbadkar.
- ☐ Töm alltid badkaret/bubbelbadkaret efter badet.

- ☐ Se till att ha halkskydd på golvet och i badkaret.
- ☐ Se till att aggregatet i bastun är försett med ett skyddsräcke.
- ☐ Torka inte kläder i närheten av ett hett aggregat.

Leksaker

- ☐ Kontrollera leksakernas lämplighet för barn under 1 år.
- ☐ Kontrollera att barnets leksaker inte innehåller:
 - små delar som kan lossna
 - snören eller remmar
 - små kulor, bollar eller magneter.
- ☐ Kontrollera leksakernas skick regelbundet och gör dig av med trasiga leksaker.
- ☐ Kontrollera att leksakerna är rena och rengör dem regelbundet.

Se över ditt hem med ett litet barns ögon. Ställ dig på knä och se vilka intressanta saker som finns inom räckhåll för barnet.

Det större gör, härmar barnen! Kom ihåg att barn lär sig attityder tidigt.

Lär dig första hjälpen! Vid en olyckshändelse kan man ha kort om tid att göra något, så det är viktigt att veta vad som behöver göras.

Allmänt hemma

- ☐ Håll följande saker utom räckhåll för barnet:
 - små föremål som kan täppa till luftvägarna
 - plastpåsar
 - mediciner och vitaminer
 - kemikalier och rengöringsmedel
 - tobak, snus och nikotinersättningsprodukter
 - tändstickor och tändare
 - alkohol och andra rusmedel
- ☐ Ta inte medicin medan barnet ser på; barn lär sig genom att härma.
- ☐ Förvara tvätt- och rengöringsmedel i sina ursprungliga förpackningar.
- ☐ Kontrollera att växterna inomhus inte är giftiga.
- ☐ Se till att trappor inomhus har:
 - tillräckligt höga säkerhetsgrindar både på nedre och övre våningen
 - halkskydd
 - räcken vars spjälkar är vertikala och tillräckligt täta.
- ☐ Se till att ha brandvarnare på varje våning. Kontrollera brandvarnarnas batterier varje månad.

- ☐ Se till att alla fönster har fönsterhakar, vilka förhindrar fall ut från fönstret och att dörrar hålls stängda alltid när det är möjligt.

Gården

- ☐ Lämna aldrig barnet utan uppsikt på gården.
- ☐ Töm gårdens vattenbehållare och -pooler. Håll badtunnor och -baljor övertäckta. Barnet kan drunkna i vatten som är endast några centimeter djupt.

I trafiken

- ☐ Se till att barnet under resor alltid har på sig säkerhetsbältena i bilbarnstolen, som är:
 - har rätt mått i förhållande till barnets storlek och vikt
 - har monterats enligt anvisningarna med barnets rygg i färdriktningen.
- ☐ Kontrollera de begränsningar som bilens krockkuddar utgör.

- ☐ Om bilbarnstolen är begagnad, se till att kontrollera dess säkerhet och tidigare användning (t.ex. krocksituationer, stötar, inköpsdatum) från försäljaren.
- ☐ Lämna aldrig ett sovande barn ensam i bilen.
- ☐ Se till att barnet alltid är fäst i cykelbarnstolen när du cyklar med det.
- ☐ När ni cyklar ska både barnet och den vuxna bära cykelhjälm.
- ☐ Om ni cyklar när det är dunkelt eller mörkt, ska du använda cykellampa.
- ☐ Se till att fästa reflexer på såväl vagnen som både barnets och den vuxnas kläder. Vid behov ska synligheten förbättras med en reflexväst.

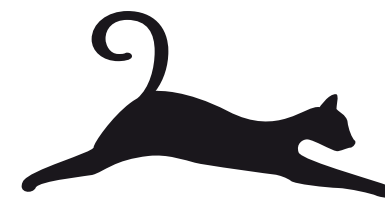
- ☐ När ni rör er på vatten ska barnet och medföljande vuxna alltid bära flytvästar.

Övrigt

- ☐ I matbutikens vagnar ska barnet sitta i ändamålsenlig säkerhetssits eller i sätet. Fäst säkerhetsselarna.
- ☐ Lämna inte barnet utan uppsikt en endaste stund. **Q**Håll koll på var barnet är och vad hon eller han gör.
- ☐ Se till att barnet regelbundet får ömhet, närhet och samvaro.
- ☐ Närstående erbjuder hjälp och stöd vid behov.
- ☐ Uppmuntra barnet till att röra sig för att stärka de motoriska färdigheterna och gläds över framgångarna.

FUNDERAR DU FORTFARANDE ÖVER NÅGONTING?

Ta upp frågor relaterade till barnets säkerhet på barnavårdscentralen.



Ihmisellä on vain yksi henki

KOTITAPATURMA.FI