

Slysavarnir

0-5 *mánaða* barna

Stórt þungt höfuð
Meiri hætta á falli
og að þau lendi
á höfði

Óþroskuð bein
Viðkvæm og þola ekki
mikla fallhæð

Mjúkir blettir
á höfuðkúpu
Viðkvæmara höfuð

Geta farið að velta sér
og teygst sig eftir
hættulegum hlutum,
hætta á falli

15% þynnri húð
en fullorðnir
Geta brennt sig á
volgum vökvum

Lítill stjórn á
hreyfingum og útlimum
Geta rekið sig í hluti
og færst úr stað



Börn 0 til 5 mánaða valda ekki slysum sjálf

*heldur verða slysin þegar að foreldrar
eru ekki vakandi fyrir þeim hættum
sem þessum aldri fylgir.*

*Börn hafa ekki proska eða getu
til að forðast slys eins og fullorðnir
fyrir en eftir 12 ára aldur.*

**Ábyrgðin er hjá foreldrum
og öðrum sem annast barnið**

**Lykilatriði er að vera búin
að gera ráðstafanir
áður en barnið nær næsta
proskastigi**

Fall



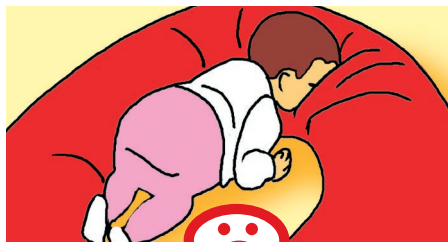
- Víkið ekki frá barni eitt augnablik, því það getur spyrrt sér ofan af skiptiborði eða öðrum húsbúnaði.
- Barn í barnabílstól eða ömmustól/taustól getur mjakað sér fram af borði eða öðrum húsbúnaði.
- Þegar farið er um stiga með barn í fanginu skal alltaf halda í handrið og stigin vera auður. Gætið þess að vera í stöðugum skóm.
- Öryggishlið ættu að vera bæði við efra og neðra stigaop. Mikilvægt er að setja hliðin upp áður en barnið fer á kreik.

Brunaslys



- Drekkið aldrei heita drykki með barn í fanginu.
- Hitið hvorki drykki né mat fyrir börn í örbylgjuofni. Matvæli hitna ójafnt í örbylgjuofni.
- Komið barninu fyrir á öruggum stað meðan verið er að elda. Hafið það hvorki í fanginu né í magapoka.
- Ekki hafa rúm barnsins við miðstöðvarofn, litlar fætur geta rekið sig í ofninn.
- Hitastig baðvatns á að vera 37 °C. Kannið hitastigið áður en barnið er sett ofan í það.
- Verjið barnið fyrir sólinni, t.d. með léttum fatnaði sem hylur mikinn hluta líkamans og hatti sem skyggir á andlit þess og háls. Notið sólarvörn sérstaklega ætlaða ungum börnum. Gætið þess að börn séu ekki útsett fyrir mikilli sól nema örstutta stund í einu.

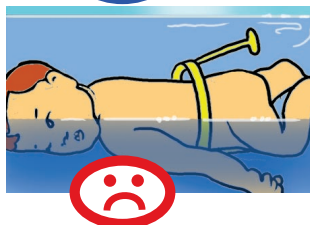
Köfnun



- Notið léttar sængur sem henta stærð barnsins og sleppið því að nota kotta á fyrsta aldursári.
- Leggið barnið á bakið í vögguna eða rúmið.
- Látið barnið sofa í eigin rúmi. Rúm og sængurföt fullorðinna og það að sofa við hlið fullorðinna eykur hættu á köfnun.
- Skiljið barn aldrei eftir á sófa, grjónapúða, í vatnsrúmi eða á brjóstagjafapúða. Andlit þess getur grafist ofan í mjúkt undirlagið og það kafnað.
- Gætið þess að heimilisdýr komist ekki upp í rúm til smábarna og notið ávallt hlífðarnet á barnavagninn til að hindra að kettir eða önnur dýr komist inn í hann.
- Fylgist vel með börnum sem eru að leika sér nálægt ungbarni og brýnið fyrir þeim að setja ekkert hjá barninu eða upp í munn þess sem getur valdið köfnun.
- Skiljið ungbarn aldrei eitt eftir með pela og tryggið að litla barnið nái ekki í smáhluti.
- Verið viss um að föt barnsins þrengi ekki að hálsi þess. Fjarlægið reimar og bönd úr fatnaði.
- Setjið ekki hálsmen á ungbörn né aðra skartgrip og látið þau aldrei vera með snuð hangandi í snúru um hálsinn. Barn má aldrei sofa með snuðkeðju.

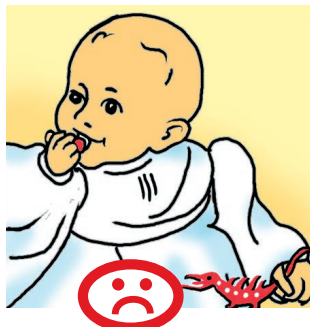
Drukknun

- Víkið aldrei frá barni í baði, ekki eitt augnablik.
- Treystið aldrei barni undir 12 ára aldri til þess að gæta kornabarns í baði. Þau hafa ekki þroska til að bera þá ábyrgð.
- Munið að baðsæti eru ekki öryggisbúnaður og ekki má byrja að nota þau fyrir en barnið hefur náð 6 mánaða aldri.



Leikföng

- Veljið einungis leikföng sem hæfa aldri og þroska barnsins. Leikföng þurfa að vera mjúk og létt. 
- Fylgist með hvers konar leikföng eldri börn rétta yngri börnum.
- Plastbækur og baðbækur má ekki skilja eftir nálægt barninu s.s. í rúmi.



Útivera



- Kannið vel að barnavagninn sé stöðugur og með góðum hemlum áður en hann er notaður í fyrsta sinn, hvort sem um nýjan vagn eða notaðan er að ræða.
- Staðsetjið vagninn á skjólgóðum öruggum stað.
- Beisli skal nota í vagna strax frá fyrsta degi.
- Látið barnið ekki sofa úti í vagninum í miklu roki eða frosti.
- Notið hlífðarnet yfir vagninn til að hindra að kettir og skordýr komist að barninu. Ekki setja teppi yfir vagnopið.
- Gætið þess að eldri börn klifri ekki á vagninum á meðan barnið er í honum.
- Þegar farið er yfir götu er mikilvægt að ganga á undan og toga vagninn á eftir sér.
- Setjið endurskinsmerki á vagninn.
- Ef notaður er magapoki gangið úr skugga um að hann sé rétt festur, þannig að engin hætta sé á að hann losni.

Eldvarnir á heimilinu

- Reykskynjarar eiga að vera á öllum heimilum. Æskilegt er að fá ráðleggingar hjá fagmönnum um staðsetningu þeirra. Mikilvægt er að skipta um rafhlöður í þeim reglulega, ekki sjaldnar en einu sinni á ári.
- Slökkvitæki og eldvarnateppi eiga einnig að vera á öllum heimilum. Fáðu ráðleggingar hjá fagmönnum um rétta staðsetningu og kynnið ykkur vel leiðbeiningar um rétta notkun.
- Hafið númer Neyðarlínunnar 112 við öll símtæki á heimilinu.
- Mikilvægt er að kunna rétt viðbrögð við eldsvoða. Kynnið ykkur almennar leiðbeiningar um eldvarnir.
- Setjið upp flóttáætlun og kynnið fyrir allri fjölskyldunni. Ekki geyma það þangað til það er orðið of seint.
- Gangið úr skugga um að ástand rafmagnsmála á heimilinu sé gott og standist lög um rafmagnsöryggi. Bilaðar rafmagnssnúður og innstungur ætti að laga strax.
- Geymið eldspýtur og kveikjara þar sem börn ná ekki til.
- Skiljið ekki eftir logandi kerti í mannlausum herbergjum.
- Lítið aldrei af pottum og pönnum meðan á matseld stendur.

112

Munið að lesa bæklinginn um öryggi barna í bílum.

Viltu vita meira?

www.forvarnahusid.is

er ýmis fróðleikur um slysavarnir barna.



LÝÐHEILSUSTÖÐ
- lífið heil