

TÌM HIỂU

Hội Chứng Trẻ Bị Lắc

UNDERSTANDING SHAKEN BABY SYNDROME

Hội chứng trẻ bị lắc (HCTBL) là một hình thức ngược đãi trẻ em. KHÔNG BAO GIỜ được lắc trẻ nhỏ. Quý vị có thể gây tổn thương nghiêm trọng hoặc thậm chí giết chết con mình. Quý vị có thể học cách để ứng phó khi bé khóc. Quý vị cũng có thể chia sẻ những điều quý vị đã học với tất cả những người chăm sóc em bé. Biết rõ về sự nguy hiểm này và chia sẻ cách ứng phó có thể ngăn ngừa (HCTBL)..

MỖI NĂM 1,200 ĐẾN 1,400 TRẺ EM TẠI HOA KỲ TỔN THƯƠNG VÌ BỊ LẮC.

1 trong 4

nạn nhân của HCTBL bị chết.



Số còn lại có thể bị chấn thương não suốt đời, bao gồm:

- | | |
|------------------|-------------------------------|
| Hư não vĩnh viễn | Liệt não |
| Bại liệt | Mù lòa |
| Điếc | Co giật / Động kinh |
| Khả năng học kém | Có vấn đề về hành vi |
| Chậm phát triển | Tình trạng thực vật vĩnh viễn |



NGƯỜI TA THƯỜNG LẮC EM BÉ VÌ HỌ BỊ CĂNG THẲNG HOẶC BỰC BỘI KHI BÉ KHÓC VÀ KHÔNG CHỊU NGỪNG.

TÌM HIỂU

Hội Chứng Trẻ Bị Lắc

UNDERSTANDING SHAKEN BABY SYNDROME

Hội chứng trẻ bị lắc (HCTBL) là một hình thức ngược đãi trẻ em. KHÔNG BAO GIỜ được lắc trẻ nhỏ. Quý vị có thể gây tổn thương nghiêm trọng hoặc thậm chí giết chết con mình. Quý vị có thể học cách để ứng phó khi bé khóc. Quý vị cũng có thể chia sẻ những điều quý vị đã học với tất cả những người chăm sóc em bé. Biết rõ về sự nguy hiểm này và chia sẻ cách ứng phó có thể ngăn ngừa (HCTBL)..

MỖI NĂM 1,200 ĐẾN 1,400 TRẺ EM TẠI HOA KỲ TỔN THƯƠNG VÌ BỊ LẮC.

1 trong 4

nạn nhân của HCTBL bị chết.



Số còn lại có thể bị chấn thương não suốt đời, bao gồm:

- | | |
|------------------|-------------------------------|
| Hư não vĩnh viễn | Liệt não |
| Bại liệt | Mù lòa |
| Điếc | Co giật / Động kinh |
| Khả năng học kém | Có vấn đề về hành vi |
| Chậm phát triển | Tình trạng thực vật vĩnh viễn |



NGƯỜI TA THƯỜNG LẮC EM BÉ VÌ HỌ BỊ CĂNG THẲNG HOẶC BỰC BỘI KHI BÉ KHÓC VÀ KHÔNG CHỊU NGỪNG.

LÀM GÌ KHI EM BÉ KHÓC?

20 Lời khuyên của Trung tâm Quốc gia về Hội chứng Trẻ Bị Lắc

Hãy nhớ, không phải các cách đều luôn có tác dụng. Và điều đó cũng được. Có nhiều cách khác quý vị có thể thử. Khóc KHÔNG có nghĩa là có điều gì không ổn với quý vị hoặc em bé quý vị! Đôi khi cảm thấy bức bối là điều bình thường. Nếu bị bức bối, quý vị nên đặt bé ở một nơi an toàn, như nôi của bé. Quý vị có thể đi tản bộ trong vài phút, hít thở sâu để bình tĩnh lại hoặc gọi cho bạn bè nếu cần. Điều này cũng được. Em bé quý vị an toàn trong nôi.

Hãy nhớ kiểm tra bé mỗi 5-10 phút.

Hãy thử điều gì đó đơn giản:

1. Cho bé bú. Đói thường là lý do chính bé khóc.
2. Cho bé ợ. Khi đầy hơi có thể rất đau.
3. Kiểm tra tã lót của bé. Xem có cần thay?
4. Cho bé gì đó để mút như ngón tay quý vị. (Một đôi khi, quý vị có thể cho bé ngậm đầu vú giả).
5. Nhìn vào mắt bé và cười.
6. Hôn bé của quý vị.
7. Hôn nhẹ vào lòng bàn chân của bé.

Cho bé thoải mái:

8. Bọc bé gọn gàng trong một cái mền mỏng. (Điều này được gọi là quấn em bé).
9. Cho bé tắm nước ấm. Trông chừng bé của quý vị trong suốt thời gian.
10. Mát xa nhẹ nhàng trên lưng, cánh tay và chân bé.
11. Hát êm dịu. Người ở khắp thế giới hát các bài ru con, khi các em bé khóc.
12. Yên lòng bé với những lời ngọt ngào như 'Không sao đâu.' (Điều này có thể giúp an ủi cho cả quý vị và bé).
13. Áp nhẹ vào đầu bé ngân nga êm dịu.

Làm bé phân tâm:

14. Mở máy hút bụi hay máy rửa chén tạo âm thanh thư giãn 'tạp âm' (white noise). Điều này có thể làm bé phân tâm quên khóc.
15. Chờ bé trong xe chạy vòng quanh. (Đặt ghế xe an toàn của bé quay ra đằng sau).
16. Đu đưa bé trong chiếc ghế xích đu. Điều này có thể thoải mái cho cả hai.
17. Đưa bé đi chơi trong xe đẩy.
18. Đặt bé vào xích đu dành cho trẻ em có nhịp điệu đu đưa chậm.
19. Đặt bé nằm ngửa dưới trực di động đồ chơi có nhạc và đèn ở trên nôi.
20. Bế bé vừa đi vừa đu đưa nhẹ nhàng ... và thư giãn!

LÀM GÌ KHI EM BÉ KHÓC?

20 Lời khuyên của Trung tâm Quốc gia về Hội chứng Trẻ Bị Lắc

Hãy nhớ, không phải các cách đều luôn có tác dụng. Và điều đó cũng được. Có nhiều cách khác quý vị có thể thử. Khóc KHÔNG có nghĩa là có điều gì không ổn với quý vị hoặc em bé quý vị! Đôi khi cảm thấy bức bối là điều bình thường. Nếu bị bức bối, quý vị nên đặt bé ở một nơi an toàn, như nôi của bé. Quý vị có thể đi tản bộ trong vài phút, hít thở sâu để bình tĩnh lại hoặc gọi cho bạn bè nếu cần. Điều này cũng được. Em bé quý vị an toàn trong nôi.
Hãy nhớ kiểm tra bé mỗi 5-10 phút.

Hãy thử điều gì đó đơn giản:

1. Cho bé bú. Đói thường là lý do chính bé khóc.
2. Cho bé ợ. Khi đầy hơi có thể rất đau.
3. Kiểm tra tã lót của bé. Xem có cần thay?
4. Cho bé gì đó để mút như ngón tay quý vị. (Một đôi khi, quý vị có thể cho bé ngậm đầu vú giả).
5. Nhìn vào mắt bé và cười.
6. Hôn bé của quý vị.
7. Hôn nhẹ vào lòng bàn chân của bé.

Cho bé thoải mái:

8. Bọc bé gọn gàng trong một cái mền mỏng. (Điều này được gọi là quấn em bé).
9. Cho bé tắm nước ấm. Trông chừng bé của quý vị trong suốt thời gian.
10. Mát xa nhẹ nhàng trên lưng, cánh tay và chân bé.
11. Hát êm dịu. Người ở khắp thế giới hát các bài ru con, khi các em bé khóc.
12. Yên lòng bé với những lời ngọt ngào như 'Không sao đâu.' (Điều này có thể giúp an ủi cho cả quý vị và bé).
13. Áp nhẹ vào đầu bé ngân nga êm dịu.

Làm bé phân tâm:

14. Mở máy hút bụi hay máy rửa chén tạo âm thanh thư giãn 'tạp âm' (white noise). Điều này có thể làm bé phân tâm quên khóc.
15. Chờ bé trong xe chạy vòng quanh. (Đặt ghế xe an toàn của bé quay ra đằng sau).
16. Đu đưa bé trong chiếc ghế xích đu. Điều này có thể thoải mái cho cả hai.
17. Đưa bé đi chơi trong xe đẩy.
18. Đặt bé vào xích đu dành cho trẻ em có nhịp điệu đu đưa chậm.
19. Đặt bé nằm ngửa dưới trực di động đồ chơi có nhạc và đèn ở trên nôi.
20. Bế bé vừa đi vừa đu đưa nhẹ nhàng ... và thư giãn!