

# Güvenlik için...

0-12 ay



## Çocuk güvenliği önerisi

bebelerin ebeveynleri için  
0 yaşından 12 aya kadar.

GOTHIA

© 2005 The authors and Förlagshuset Gothia AB  
ISBN 91-7205-464-6

**Güvenlik için...**Stockholm İlçe Konseyi'nde çocuk sağlığı uzmanı olan Ulla Idenstedt ve Monica Dozai tarafından tamamen yenilenmiş ve güncellenmiştir. Metin tam doğruluk için İsveç Tüketici Dairesi tarafından kontrol edilmiştir.

Aynı başlıklı önceki versiyonlar, Ulusal Çocuk Çevre Konseyi/ Çocuk Ombudsman'ı tarafından yayımlanmıştır.

**Telif ihbarnamesi:** Bu broşürün içindekilerin tamamen veya kısmen yayımcısının, Förlagshuset Gothia AB, Stockholm, izni olmadan yeniden yayımlanması telif kanununca yasaklanmıştır. Bu, hem metin hem de resimler hem de yeniden basımın tüm şekilleri için geçerlidir.

Editör: Anna-Lena Pehrsson  
Kapak, resimler ve grafik tasarım: Marie Kassman

İlk sayı, ilk baskı 2005  
Basım: Grafiska Punkten, Växjö 2005

Bu broşür doğa-dostu kağıda basılmıştır.

 FÖRLAGSHUSET GOTHIA  
POST Box 15169, 104 65 Stockholm  
KUNDTJÄNST 08-462 26 70 FAX 08-462 03 22  
info.gothia@verbum.se www.gothia.nu



### **Bebekli ebeveynler için (0–12 aylık)**

Bir bebeğin ebeveyni olmak eğlenceli fakat aynı zamanda zor bir iş olabilir. Aniden, tamamen size bağılı genç bir insanın bütün sorumluluğunu üstlenmek hayatınızı alt üst edebilir. Bebeğiniz tam olarak neye ihtiyacı olduğunu söyleyemez - ne söylemeye çalıştığını anlayabilecek ilk kişi sizsiniz. Gittikçe, “acıktım!” ağlama sesinin “yorgunum!” ağlama sesinden veya “yalnızım” ağlamasından farklı olduğunu öğrenirsiniz.

Bir bebeğin ebeveyni olarak, bebeğinizin sağlığına endişelenmek de doğaldır – bebek yeteri kadar kilo alıyor mu, kolik, üşütme, hastalık, vs. Peki bebeğiniz için en büyük tehlikenin kazalar olduğunun farkına vardınız mı? Veya kazaların genellikle direkt olarak bebeğinizin gelişimiyle ilgili olduğunun?

## Bebeğiniz eşsizdir

Bebeğiniz eşsizdir. Ve bir ebeveyn olarak, bebeğinizle ilgili kimsenin bilemeyeceği eşsiz bir bilgiye sahipsiniz. Buna rağmen, bebeğinizin doğal gelişimi kazaların olmasına sebep olabilir - bebeğinizi aniden bir gün önce yapmadığı bir şeyi yapmayı öğrenebilir.

Bebeğinizin gelişimi bir oturma modelini takip eder ve hoplama ve zıplamayla olur. Fakat bu gelişmeler tam olarak gerçekleştiğinde her çocuk için zordur ve büyük oranda kişinin yapısına bağlıdır. Bazı bebekler, diğerleri hareket etmeye başlamadan önce izleme, inceleme yapıp sesler çıkarırken, hareket etmeye çabuk başlar ve oturmayı ya da yürümeyi erken öğrenirler. Ve gelişimin bir aşamasından diğerine geçerken *tüm* bebekler kazaya yapmaya eğilimlidir.

## Akılda tutmaya değer

Bu broşürün amacı sizin ciddi kazaların risklerinin farkına varmanızı sağlamaktır. Ebeveynliğin ilk birkaç ayı boyunca, sizin en gergin ve tecrübesiz olduğunuz zamanlarda, kazalar daha sık olabilir. İlk olarak, bebeğiniz hareketlerini kontrol edemeyecek, bu nedenle *bu aşamadaki en büyük risk düşme ve boğulmadır*. Buyüzden çeşitli bebek bakım rutinlerinizi gözden geçirmelisiniz böylece olabildiğince pratik ve güvenli olduklarından emin olursunuz.



## Alt değiştirme masaları



Alt değiştirme masası önemli bir yerdir ve bu bebeğiniz için, eğer etrafında bakabileceği hareketli bir cisim, asılı bir çiçek veya hafif müzik çalan bir müzik kutusu varsa daha iyi olur. Bebeğinize bakmanız için ihtiyacınız olan her Şey için yeteri kadar yeri olan iyi, sağlam bir masa kullanın. Suya kolay ulaşabilmeniz mantıklı olur.

Yeni bir masa almanıza gerek yok – bebeğinizi dūřürmeden yarısını döndürebileceğiniz kadar büyük olması gerekmektedir. Ayrıca koruma için üç yanda kalkık sağlam kenarların olması da yararlıdır.

**Bebeğinizi alt değiştirme masasına yerleştirmeden önce ihtiyacınız olan her Őeyin hazır olduğuna emin olun.**

Yeni doğan bebekler zaten oldukça hareketlidir ve birkaç ay sonra dönmeye ve etrafta hareket etmek için çabalamaya başlayabilirler. Bu yüzden bu aşamada daha fazla özen göstermelisiniz.

Asla bebeğinizi alt değiştirme masasında yalnız bırakmayın – bir saniyeliğine bile. Bebeęiniz yüksek sese tepki gösterebilir ve tüm vücuduyla ani bir hareket yapabilir ve bu hareket masadan dūřmesine neden olabilir. Basit kural bir eli daima bebeğin üstünde tutmaktır. Alt değiştirme masasından ayrılmamız gerekiyorsa, daima bebeğinizi yanınızda taşıyın veya yerde bir battaniyeye bırakın.

**Ne yazık ki, bebeklerin altını alan kiři yerden bir Őey almak veya bir Őeye ulaşmak için eğildiğinde bebekler alt değiştirme masalarından çok sık dūřer. Bebeęin alt değiştirme masasından dūřmesini önlemenin güvenli yolu, alt değiştirme alanını yere kurmaktır.**

## Banyo



Banyo yaptırma zamanı birlikte eğlenebileceğiniz ve oyun oynayabileceğiniz bir zamandır – sadece bebeği yıkamak değildir. Suda mutlu bir Şekilde oynayan bir bebekten daha mutlusu yoktur. Neredeyse tüm çocuklar suyu ve banyoyu sever.

Ayrıca küvette bebeğinizle birlikte banyo yapabilmek veya ağabeylerini ya da ablalarını bebekle birlikte banyo yaptırabilmek, tabi ki bir yetişkinle hoş olurdu.



Suyun çok sıcak olmamasını sağlamak için daima suyun sıcaklığını kontrol etmeye özen gösterin. Bunu bir banyo termometresiyle yapabilirsiniz, fakat yine de dirseğinizi suya batırarak tekrar kontrol edin. Elleriniz suyun sıcaklığını test edebilecek kadar hassas değildir.


Bebeği suya sokmadan önce suyu güzelce karıştırıncaya ve su ılık oluncaya kadar bekleyin. Bebeğin başı ve omzuna bir kolunuzla destek verin ve elinizi daima bebeğin kolunun üst tarafında güvenli bir şekilde tutun.

### **Banyo oturağı kullanma**

Bebeğiniz banyoda oturacak kadar büyüdüğünde, bir banyo oturağı kullanabilirsiniz. Şimdibir banyo oturağı alabilir ve vantuzlar kullanarak küvette takabilirsiniz ve bebeği içine oturtabilirsiniz. Asla bebeği banyoda yalnız bırakmayın, banyo oturağı kullanırken bile. Vantuzların gevşeyebileceği ve bunun bebeğin ağzının ve burnunun üzerine suya düşüp boğulmasına neden olabileceği bilinir.

**Tabi ki, bir bebeği asla banyoda yalnız bırakmamalısınız. Bir bebek 10 santimetrelik suda boğulabilir.**

### **Portatif karyolalar**

 Küçük bir bebek yatakta çok fazla vakit geçirir ve bu yüzden doğru karyolayı seçmek çok önemlidir. Başlangıç olarak, bebek bir sepette veya beşikte uyuyabilir fakat yine de yakın zamanda bir karyola ihtiyacınız olacaktır. Bebek dönmeye çalışmaya başlayınca, düşme riski artar çünkü bebek sepetleri genellikle yeteri kadar sabit değildir.

Kaldırılıp indirilebilen bir tabanı olan bir karyolayla başlamak isteyebilirsiniz. Bu tür karyola çocuk üç yaşlarına gelinceye kadar kullanılabilir.

İlgili güvenlik gerekliliklerini yerine getiren karyolalar, güvenlik standartları

ve kimlik bilgilerinin yanı sıra EN 716 işaretli olmalıdır.

İkinici el bir karyola kullanıyorsanız, yapışkanlı eklentilerin parmaklıkların gevşemesine neden olacak şekilde eskimediğinden emin olun ve tüm karyolanın tam olduğundan emin olun.

Karyoladaki kumaş kaplama köpük parmaklık koruyucu karyolayı bebek için daha rahat hale getirir. Bu ayrıca, bebek uykusunda hareket ettiğinde kol ve bacaklarının parmaklıklar arasında sıkışmasını engeller. Yine de, parmaklık karyolanın dışından bebeğin görünmesini çok fazla engellemeyecek kadar alçak (yaklaşık 20 cm) olmalıdır. Parmaklık koruyucuyu karyolanın altına yerleştirin, böylece yatağın üstünde gevşemez.

Parmaklıklar arasındaki mesafe 4.5 ile 6.5 santimetre arasında olmalıdır. Karyolanın tabanında, latalar arasındaki boşluk en fazla 2.5 santimetre olmalıdır, aksi takdirde bebeğin ayak veya elini sıkıştırma riski vardır. Karyolanın tabanlarının ve kenarlarının sıkıca takıldığını kontrol edin. Yan taraflar, yatak olmadan karyolanın en alçak konumunda karyolanın tabanından en az 60 santimetre yüksekte olmalıdır.

Karyolanın tekerlekleri varsa, ya tekerlekli ya da tekerleksiz iki bacağı veya iki tanesi kilitlenebilir tekerlekli dört bacağı olmalıdır.

Plastik kaplamalı bir yatak koruyucu kullanıyorsanız, üzerine boğulma riskini önlemek için güvenli bir şekilde sıkıştırılabilecek bir örtü serin.

**Güvenlik gereklilikleri taşınabilir karyolar için de geçerlidir.**

Karyolayı, bebeğin elektrik prizlerine, gizli kablolar ve uzatma kablolarına ulaşamayacağı bir yere yerleştirin.

Daha fazla bilgi için, İsveç Tüketici Dairesi'nin internet sitesini ziyaret edin:  
[www.konsumentverket.se](http://www.konsumentverket.se)

## **Ağızlarına bir şeyler koyma**



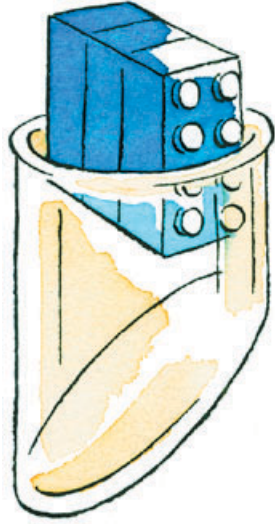
Bebeklerin çevrelerini öğrenmelerinin bir yolu da ağızlarına bir şeyler sokmak ve nesnelerin kalitelerini emerek veya ısırarak öğrenmektir. Ağıza bir şeyler sokmak, bebekler nesnelere düzgünce kavrayamadık önce yaptıkları otomatik bir reaksiyondur.

Bebeklerin merakı ve hızı her zaman artar. Bebekler yerde dolaşmaya, yardım almadan oturmaya, etrafı karıştırmaya, emeklemeye, ayağa kalkmaya

ve daha sonra küçük nesnelere toplayıp ağızlarına atmaya başlayınca, boğulma riski artar.

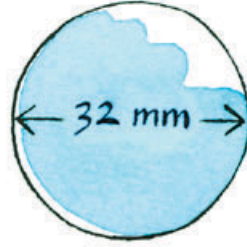
Bu süre zarfında el ve göz koordinasyonu da gelişmeye başlar. Bebekler nesnelere görür - küçük nesnelere dahil. Nesnelere kavrayabilmeye başlarlar, önce her iki elini aynı anda ve ellerinin tamamını kullanarak nesnelere tutmaya başlarlar ve daha sonra sadece tek ellerinin baş ve işaret parmaklarını kullanırlar.

Dokuz veya on aylıkken bazı bebekler nesnelere sadece baş ve işaret parmaklarıyla tutabilirler ve direkt ağızlarına soktukları küçük nesnelere hemen kavrarlar. Örneğin, bebekler genellikle akciğerlerine kaçıp sağlık sorunlarına yol açabilecek yer fıstıklarını ağızlarına atarlar.




#### Test silindiri

İsveç Tüketici Dairesi yaklaşık 3.2 santimetre çapında, üç yaşındaki bir çocuğun boğazıyla aynı boyutta plastik bir silindir geliştirdi. Silindire girebilecek küçüklükteki her şeye dikkat etmelisiniz çünkü böyle bir durumda boğulma tehlikesi vardır.



Silindiri İsveç Tüketici Dairesi'nden sipariş edebilirsiniz.

#### Kuklalar (emzikler) ve emzikler

 Bebeğinizin kuklaları ve emzikleri nasıl kullandığına dikkat edin. Eğer bebeğiniz emziğin tamamını ağızına sokuyorsa, daha büyük bir emzik tercih edin. İlgili güvenlik gerekliliklerini yerine getiriyorsa, ambalajında EN 1400 işareti bulunmalıdır.

Emziklerle, meme kısmını bebeğinize her verdiğinizde çekerek bu kısmın yeteri kadar sağlam olup olmadığını test edin. Ayrıca biberonları da aynı şekilde test etmelisiniz.

Aynı anda pek çok emzik ve meme kullanabilirsiniz. Yine de, bunları asla bulaşık makinesinde yıkamamalısınız, çünkü makine bunları eritir.

**Bozulmuş memeleri ve emzikleri atın. Emziği yerinde tutmak için bir emzik sapı kullanın, fakat asla bir kurdela veya ipe çocuğun boynuna takmayın çünkü bu durum boğulma tehlikesi taşır.**

## Pusetler ve çocuk arabaları



Bir puset veya çocuk arabasını ister yeni ister ikinci el alın, düşünülmesi gereken pek çok şey vardır. Gereklilikler listesinin başında *emniyet, sabitlik ve iyi frenler gelir*. Bu siteyi ziyaret edin [www.konsumentverket.se](http://www.konsumentverket.se) bir puset veya çocuk arabası alırken neler düşünmeniz gerektiği hakkında mantıklı önerilere ulaşacaksınız. Bebeğin ilk yılında her gün kullanılmaya karşı dayanıklı olmalıdır - yani, güneşli günlerin yanı sıra karlı ve yağmurlu hava şartlarına da uygun olmalıdır.

### Üzerinde durulacak noktalar

- ◆ Katlanabilir tüm puset ve çocuk arabalarının kazara katlanmalarını önlemek için fazladan tutulmaları gerekir. Bu yakalama işlevinin çalışıp çalışmadığını düzenli olarak kontrol edin.
- ◆ Frenlere kolay erişilebilmelidir.
- ◆ Pusetin gövdesinin şasele doğru bie şekilde takılıp takılmadığını kontrol edin.
- ◆ Çocuk arabalarıyla, arka destek katlandığında ve çocuk uzandığında çocuğun başı başlık ve arka destek arasından dışarı çıkmamalıdır. Bir baş desteği, çocuk arabası bie şeyle çarpıştığında koruma sağlar.
- ◆ Başlık ispitlerinin küçük parmakların takılmasını önlemek için yanlarda düzgün koruma sağladığından emin olun.
- ◆ Ağır nesnelere koymak için sağlam bir sepet yerleştirmek daha iyidir, çünkü tutamlara ağır çantalar asılırsa, puset devrilebilir.

Karşıdan karşıya geçerken puseti veya çocuk arabasını önünüzde itmekten kaçının çünkü bunlar sürücülerin göremeyeceği kadar alçak olabilir. Bu durum park etmiş arabalar arasında özellikle tehlikelidir.

Çocuk arabalarını araba egzozlarından uzak tutun, çünkü çocuk egzoz dumanıyla aynı hızda oturuyor olabilir. Yetişmekte olan çocuklar yetişkinlere göre egzoz dumanının zehirli etkisine karşı daha duyarlıdır.

Puseti her durdurduğunuzda frenleri takın. Bir eğimde duruyorsanız, puseti eğimin aksi istikametine park edin böylece olabildiğince düz olur. Pusetin bir otobüste düz durabilmesi için asla frenlere güvenmeyin - araca bir yandan öbür yana kayarken puset hareket edebilir.

Pusetin reflektörlerinin takılı olduğunu kontrol edin ve ayrıca fazladan birkaç tane takmak iyi bir fikirdir.

### Üzerinde durulacak birkaç nokta daha

- ◆ Başlık yukarı kalkırken başlığın altı çok sıcak olabiliyor. Elinizle başlığın altındaki sıcaklığı hissedin.
- ◆ Bebeği böcek ısırıklarından korumak için başlığın üzerine bir ağ yerleştirin. Bebeğin çekip ağzına sokmaması için ağ güvenli bir şekilde sabitleyin.
- ◆ Bebeğinizin bakması için başlığa bir şey asarsanız, bebeğinizin ağzına sokamayacağı kadar büyük bir şey tercih edin. Bebeğinizin yakalayamaması için kablonun sağlam ve güvenle bağlandığından ve 30 santimetreden fazla olmadığından emin olun.
- ◆ Tüm bebekler bazı zamanlarda aktiftir bu nedenle bir çocuk pilot bağı önemlidir.

### Güvenli oturma



Bebeğinizin erken yaşlarında bir *zıplayan beşik* kullanabilirsiniz. Bebeğiniz burada etrafı daha iyi görür. Zıplayan beşiğe oturduğunda bebek ne kadar küçükse, bir seferde üzerinde geçirdiği vakit o kadar kısa olmalıdır. Oldukça kısa zamanda bebeğinizin “dil” inden anlamayı öğreneceksiniz ve ne zaman yeterli olduğunu ona söyleyebileceksiniz.

Pek çok insan bebeklerinin evde oturabilecekleri bir yer olarak *arabalar için bebek taşıyıcısı* kullanırlar. Fakat bunlarla da, bebeğin sıklıkla konumunu değiştirmeden uzun süre oturmaması önemlidir. Sayfa 19’da bebek taşıyıcıları ve çocuk koltukları hakkında daha fazla bilgiye ulaşabilirsiniz.

Asla zıplayan bir beşiği veya bebek taşıyıcısını bir masa veya benzeri bir yerin üzerine koymayın – bebek tekmeler veya hareket ederse, koltuk yerinden oynayabilir ve yere düşebilir.

Bebek biraz daha büyüdüğünde ve kendi başına oturabildiğinde, yemek masasında yüksek bir *sandalyede oturabilir*. Başlamak için, destek olarak birkaç yastık koymak faydalı olur. Yüksek bir sandalyenin sağlam olması ve yerde güvenli bir şekilde durması gerekmektedir. Asla bir çocuğu yüksek bir sandalyede yalnız bırakmayın - çocuk ayağa kalkıp düşebilir veya ayaklarıyla masayı itebilir ve bu yüzden sandalye devrilebilir.

Sandalyeleri sabit tutmak için özel tokalar alabilirsiniz. Bebeğiniz çok hareketliyse, bir pilot bağı kullanabilirsiniz. Yine de, pilot bağının kendisi tehlikeli olabilir, çünkü bebek dolaşabilir ve pilot bağının içinde sıkışabilir.

Masadan sarkan bir koltuk kullanıyorsanız, güvenli kullanım için, koltuk, sabit masaya güvenle tutturulmalıdır. Bu tip koltuklar asla 15 kilonun üzerindeki bebekleri için kullanılmamalıdır.

## Bebek taşıyıcıları



Bebek taşıyıcıları bebeğinizin anne ve babasına yakın olmasını sağlamanın iyi bir yoludur. Bebek anne karnında geçirdiği süreden yürüme ritmini tanır ve ayrıca benzer kokuları da tanır ve güvenliği hisseder.

Erken yaştan itibaren bebek taşıyıcıları kullanabilirsiniz. Bebek pilot bağında dik oturmalıdır böylece ağırlığı doğru bir şekilde sırtınıza ve omuzlarınıza dağılabilir. Bebeği içine koyduğunuzda rahat edebileceğiniz bir model seçin.

Küçük bir bebek pilot bağında yüzü size dönük bir şekilde oturmalıdır. Bebeğin başı için ayrıca bir destek bulunması gerektiğini aklınızda tutun. Bebeğiniz pilot bağında daha fazla oturmak istemediğini anlatmaya çalıştığında bu durumu dikkate alın.

Bebeğiniz büyüdüğünde - altı veya yedi aylıktan daha fazla olduğunda - bir bebek taşıma çantası kır gezintileri ve diğer yolculuklar için faydalı olur.

## Kahve ve çay



Genellikle çocukları kucağımıza veya dizimize oturturuz. Fakat unutmayın ki asla *kucağımızda* küçük bir çocuk varken sıcak çay veya kahve içmeyin! Çocuğun haşlanma veya yanma tehlikesi vardır.

Bildiğiniz gibi, küçük çocuklar aniden ve hızla hareket ederler ve tüm vücutları ve özellikle kollarıyla hareket ederler. Bu ani hareketleri tahmin etmenizin hiçbir yolu yoktur. Kucağımızdayken bir çocuğu desteklediğiniz

şekil, çocuğa uzanacağınız mesafenin için şaşırtıcı bir şekilde uzakta olduğu anlamına gelir ve çocuk kollarını salladığında içkinizi dökebilir ve kendini yakabilir/haşlayabilir. Bu durumu akrabalarınıza ve arkadaşlarınıza da hatırlatın.

Ve sarkan sofa örtülerinden kaçının - bebeğiniz bunları çekebilir.

## Merdivenler



Yukarı ve aşağı giden merdivenler küçük çocuklar için heyecanlı bir deneyimdir hareketli olmaya başlar başlamaz. Yukarı çıkmayı aşağı inmekten daha kolay öğrenirler. Merdivenlerden düşmeyi önlemek için en iyi güvenlik önlemi merdivenin çıkışında ve inişinde birer merdiven kapısı bulunduraktır.

Merdivenleri üstünde, duvara güvenli bir şekilde sabitlenebilen bir merdiven kapısı bulundurmak kesinlikle önemlidir. Asla merdivenlerin üstüne basınçlı bir kapı koymayın, çünkü bir çocuk bunu ittiğinde, kapı yerinde kalmaz.

- ◆ Güvenlik standartlarına göre kapı, üreticinin talimatları doğrultusunda sabitlendiğinde yerden ölçüldüğünde minimum yüksekliği 65 santimetre olmalıdır.
- ◆ Kapının parmaklıkları arasındaki boşluk, dokuz santimetreden fazla olmamalıdır, çocuğun tırmanabileceği şekilde birbirini kesen parmaklıklar olmamalıdır.
- ◆ Kapı içeri doğru açılmalıdır – merdivenlere doğru açılmamalıdır – ve dışında bir yakalama yeri olmalıdır.

Merdivenlerin altında, merdiven kapısı yerine bir parça Masonite elyaf levha kullanabilirsiniz. Masonite, alt iki veya üç basamağı cilalı tarafı dışarıya bakacak şekilde tamamen kaplamalıdır. Çocuk tırmanmaya başlarsa, geriye düşer.

Çocuğunuzun tek başına girmesini istemediğiniz odalara bir merdiven kapısı takmak faydalı olur.

## Elektrik prizleri ve kablolar



Zemin oyun oynamak için en iyi yerdir. Bu nedenle yeri ve yerin hemen üstünü kontrol etmek önemlidir. Gevşek kablolardan kaçının çünkü bebeklerin bunları ağızına sokma ve ısırma riski vardır.

Ütülerinkabloları genellikle aşağı sarkar. Bebek kabloyu çekerse, sıcak ütü bebeğin üstüne düşebilir. Çaydanlıkların tezgahların kenarlarından sarkacak

kadar uzun kabloları olabiliyor. Fakat, şimdi kablosu içine sarılabilen modeller mevcut. Diğer sarkan kabloları da düşünün, örneğin masa lambalarının kablolarını.

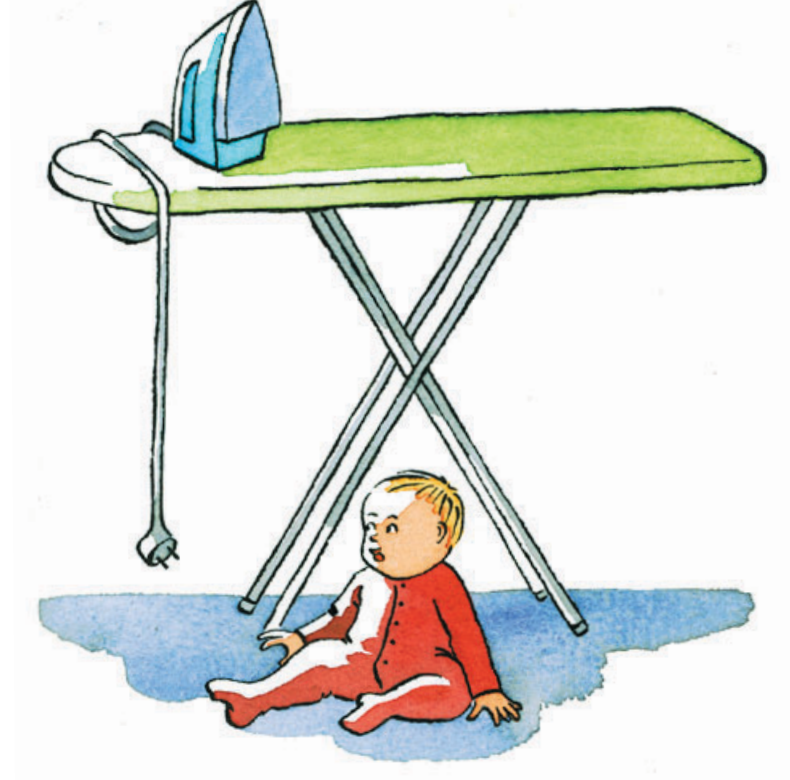
Gevşek elektrik kabloları prize takıldığında fakat cihaza bağlanmadığında tehlikelidir. Bebek kurşunu emerse, bu durum ciddi iç yanmalara neden olabilir.

Ayrıca evdeki elektrik prizleriniz için priz kapakları kullanın. Fakat unutmayın ki bunlar tamamen çocuklardan uzak tutulamaz. Bazı çocuklar biraz zamanlarını alsalar bunları çıkarabilir. Ve priz kapakları görünürde anlaşılmasa bile hatalı olabilir.

Çocuğun prize sokabileceği tüm iğne ve diğer küçük metal sivri cisimleri ortadan kaldırın. Elektriği içeren herhangi bir kazanın oldukça ciddi sonuçları olabilir.

Asla çocukların, priz kapakları olsa bile elektrik prizleriyle oynamasına izin vermeyin.

Elektrik güvenliğiyle ilgili daha fazla bilgi için, İsveç Ulusal Elektrik Güvenlik Yönetimi'nin internet sitesine girin: [www.elsak.se](http://www.elsak.se).



## Kalk... düş... tekrar kalk...



Bebek ayağa kalkmayı ve yürümeyi öğrendiğinde tüm dünyanın kapıları ona açılır. Etrafını keşfetmek için içinde bir heves doğar. Bir bebek ayağa kalkıp tam anlamıyla yürümeden önce, çok fazla düşer ve kafasını tekrar kalktığına başını keskin köşelere vurabilir. Bu nedenle *köşe korumaları kullanmak* iyi bir fikirdir, özellikle bebeğin çok fazla zaman geçirdiği yerlerde sert ve keskin köşeler varsa.

Sağlıklı çocuklar hazır olduklarında yürümeyi öğrenirler. Yürüme çalışmaları çocuk ve ebevenleri arasında önemli bir etkileşim şeklidir, bu nedenle bebek yürüteçleri gerekli değildir. Aslında, bebekler için tehlikeyi arttırırlar çünkü basamakların veya halıların kenarlarına takılabilir veya merdivenlerden düşebilir.

## Radyatörler



Bir bebek ayağa kalkmaya çalıştığında, etrafını kullanarak kendini destekleyebilir. Eğer yakında bir radyatör varsa, bebek bunu destek olarak kullanabilir. Bu nedenle radyatörlerin çok sıcak olmaması önemlidir.

Daha eski pek çok elektrikli radyatörler çok sıcak olabilir ve küçük çocuklara ciddi zararlar verebilir. Eğer radyatörün ısısını 60°C civarına indiremiyorsanız, bir radyatör koruması gereklidir. Elektrikli radyatörlerle sadece bazı korumalar kullanılabilir. Hangi korumayı kullanacağınız hakkında bilgi almak için üretici veya satıcıyla irtibata geçin.

Daha eski pek çok su dolu radyatörün koruma gerektiren keskin kenarları vardır.

## Mutfak



Mutfak heyecan verici kokular ve seslerle doludur ve muhteşem bir yerdir küçük bir bebek için. Aile burada çok fazla vakit geçirir bu yüzden bebeğiniz burada oynamak isteyecektir. Ve mutfak, bebeğin oynamaktan ve sesler çıkarmaktan çok hoşlandığı tava kapakları ve tahta kaşıklarla doludur. Bu nedenle bebeğinizin oynayabileceği bu tarz nesnelere ulaşamayacağı alçak bir mutfak dolabı temin edebilirsiniz.

Fakat bebeğiniz ayağa kalkmayı öğrendiğinde, içinde oynamak için uygun olmayan nesnelerin bulunduğu çakmacaları çekebilir. Mutfağı yerleştirmek için etkili kilitler ve sürgüler alabilirsiniz. Ayrıca çekmeceleri güvenli hale getirmek için sapları bunun için uygunsaplarına bir çubuk yapıştırın.

Fırımlar bebekler için heyecan verici bir ilgi alanı olabilir.

### Üzerinde durulacak noktalar

- ◆ Fırın duvara bir devrilme önleyicihaz kullanılarak monte edilmelidir böylece bebek fırın kapağına tırmandığında üzerine devrilmez.
- ◆ Bir ocak çıkıntısı koruyucusu kullanın bu, bebeğin tavalara ulaşmasını engeller. Cam seramik ocak çıkıntıları bile ocak çıkıntısı koruyucusuyla yerleştirilebilir.
- ◆ Daima tava saplarını içe doğru döndürdüğünüzden ve kahva yapmak için birini kullanıyorsanız uzatılmış bir filtre sapı kullandığınızdan emin olun böylece çok kolay devrilemez.
- ◆ Sıcak tabakların soğumasının uzun zaman aldığını unutmayın.
- ◆ Fırın kapağının, bebeğinizin kendini yakmaması için yalıtılmış olup olmadığını kontrol edin. Değilse, bir fırın kapağı koruyucusu almalısınız.



## Zehirli maddeler

### İlaçlar ve kimyasallar

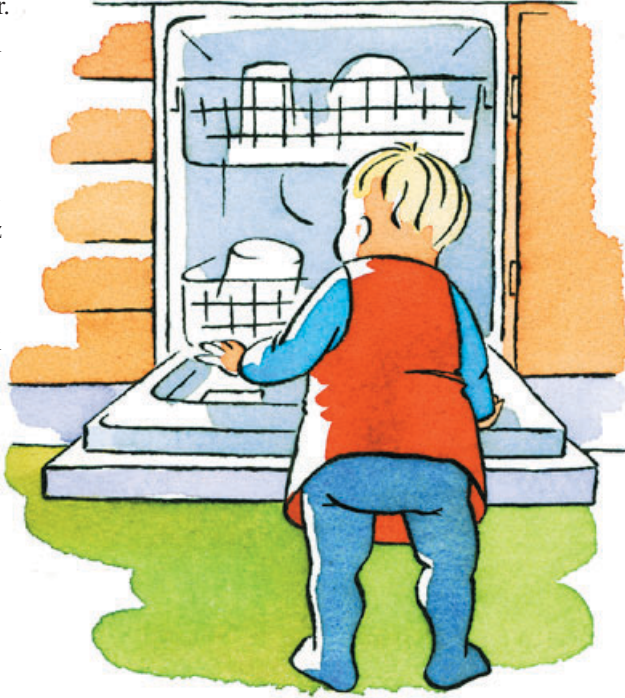


İlaçlar zehir riski taşır ve daima kilitli bir ecza dolabında tutulmalıdır. Bu, aynı zamanda demir takviyeleri ve ağrı kesiciler gibi etrafta bulunabilecek ilaçlar için de geçerlidir. Çantanızda ilaç bulunduruyorsanız, bebeğinizin erişemeyeceği yerlerde saklayın. Misafirlerin çantalarını da unutmayın!

Güçlü temizleme ürünleri gibi tehlikeli kimyasallar daima kilitlenebilir bir dolapta tutulmalıdır. Temizleme ürünlerini, örn. telefon çaldığında cevap vermek gibi kısa bir süre için bile ayrı bir yere koymayı unutmayın. Bir kazanın olması an meselesidir.

Bazı güçlü temizlik ürünleri sadece, çocukların güçlükle açabilecekleri çocuk korumalı ambalajlarda satılabilirler. Fakat bu, ambalajın tamamen çocuk korumalı olduğu anlamına gelmez - çocukların bunları açması sadece biraz daha fazla zaman alır.

Bulaşık makinesi deterjanları tahriş edicidir ve bazıları ciddi şekilde aşındırıcı olabilir bu nedenle bulaşık makinesinde deterjandan hiçbir iz kalmamasına dikkat edin.



Alev alan sıvıların çocuklar için gerçek bir tehlike teşkil ettiğini unutmayın çünkü bunlar kolaylıkla akciğerlere gidebilir ve kimyasal akciğer kızarmasına neden olabilir.

### Sigaralar



Zehirlenme riskinin oldukça düşük olduğu düşünülse de, eğer çocuklar sigaraları yerse, pekçok aile bunun için endişelenir. Genel bir kural olarak, tütün içeren ürünleri daima küçük çocukların ulaşamayacağı yüksek dolaplarda tutun ve boş kül tabaklarını uzaklaştırın.

### Pencereler



Çocuğunuz hala sandalyelere tırmanamayacak kadar küçük olsa bile, tüm pencerelerin çocukların açamaması için sürgüleri olduğundan emin olmak önemlidir. Eninde sonunda tırmanmaya başlayacaklar ve bunu gün geçtikçe daha hızlı yapmaya başlayacaklar.

**Hiçbir pencere sürgüsü veya kancası tamamen güvenli değildir, fakat küçük çocukların bunları açması zaman alır.**

### Oyuncaklar



Bir bebek nesnelere tutmayı, düşürmeye, fırlatmayı ve nesnelere vurmayı öğrendikçe, oyuncaklardan zevk almaya başlar. Bebekler erken yaşta itibaren renkleri ve sesleri ilgi çekici bulurlar.

### Her şeyle oynama

Bebekler evde kaldıracabildikleri her şeyle oynarlar. Oyun, bebek için öğrenmenin bir yoludur ve bulabildikleri “oyuncaklar” onu uzun süre eğlendirebilir. Bebeğin gelişiminde farklı nesnelere incelemek ve bunlarla neler yapabileceklerini deneyimlemek önemlidir.

Bebekleri “her şeyle” oynamasına izin vermek neyin uygun neyin uygun olmadığı hakkında önemli düzeyde bir karar verme yeteneğini gerektirir. Nesnelere oynarken, bazı şeyler kırılabilir ve bebeğinizi az da olsa incitebilir. Fakat önemli olan bebeğinizin bir şeyler keşfetme isteğinin etkilenmemesini sağlamaktır.

Basamaklardan yuvarlanabilen koltuk ve bebek yürüteçleriyle oynamak pek çok ciddi yaralanmaya sebep olabilir.

### **Tehlikeli oyuncaklar**

Çocuklar için güvenli olduklarını garanti eden oyuncaklar için belirli güvenlik standartları vardır. CE işareti, minimum güvenlik gerekliliklerinin yerine getirildiğini gösterir.

Küçük parçalara ayrılabilen veya keskin kenar ve köşeleri olan oyuncaklar, tehlikeli oyuncak olmaya yatkındır. Hiçbir küçük parça, çocukların ısırabileceği veya çekebileceği kadar gevşek olmamalıdır. Veya oyuncakların boğulma tehlikesine neden olabilecek küçük parçaları olmamalıdır. Test etmek için oyuncakları tıpkı bir emzik veya memeyi test etmek için yaptığınız gibi çekin.



Çocuğun boynuna dolayabileceği ip ya da kurdelerin kontrolünü yapın. 22 santimetreden fazla olmamalıdır.

Sadece daha büyük çocuklar için olan oyuncakların üzerinde kısa bir açıklamanın yanı sıra “Ej l mplig f r barn under 3  r” (   yaşımdan k  k k çocuklar i in uygun değildir) i areti bulunmalıdır. Ambalajı okuyun. Şimdi, oyuncuğın    yaşımdan k  k k çocuklar i in uygun olmadığı anlamına gelen bir sembol var.

Daha b y k çocuklarınıza bebek kardeŐleri yerdeyken t m k  k k oyuncaklarını kaldırmalarını  ğretin.

Üç yaşından küçük çocuklar için yapılan toplar, bebeğin ağızına girmemesi ve boğulmaya sebebiyet vermemesi için golf topundan büyük olmalıdır.

Bir test silidiri (bkz sayfa 8) küçük bir çocuğun ağızına sokabileceği ve boğulmaya sebebiyet verebilecek oyuncakları ve küçük parçaları tanımlamanıza yardımcı olur.

**Keskin kenarlı ve açık dikişli bozuk oyuncakları atın.**

## Bebeğinizi arabada koruma



İsveç kanunları bebeğinizin arabada güvenli bir şekilde bağlanmasını onu hastaneden eve götüreceğiniz zamandan itibaren sağlamak zorunda olduğunuzu belirtir.

Küçük bir bebeğin arabada güvenliğini sağlamanın en güvenli yolları, bir bebek taşıyıcısı veya arkaya dönük bir çocuk araba koltuğu kullanmaktır. Bie bebeğin başı, vücuduna nazaran daha büyük ve ağır olduğu ve boyun kasları ve iskeleti henüz tam olarak gelişmediği için, darbe esnasında yüzü öne dönükse ciddi bir yaralanma riski vardır. Arkaya dönük bir koltukta, bebeğin başı koltuğun arkasıyla yerinde tutulur ve boyna gelebilecek herhangi bir darbe azaltılmış olur.

Bebek taşıyıcısı veya çocuk araba koltuğu seçerken, amacı için onaylanmış olduğundan emin olun, örn. bir T (İsveç standardı) veya bir E (Avrupa standardı) işareti taşınmalıdır.

**Bir bebek taşıyıcısının veya çocuk araba koltuğunun hava yastığının bulunduğu ön koltuğa takılmaması ve ön koltukta kullanılmaması gerektiğini unutmayın. Bir bebek taşıyıcısı veya çocuk araba koltuğu ön koltukta kullanılacaksa, hava yastığı öncelikle kalifiye bir tamirci tarafından devre dışı bırakılmalıdır.**

Küçük bebekler bir *bebek taşıyıcısında* altı ile dokuz aylık oluncaya kadar taşınmalıdır. Bebek, taşıyıcı kemeri kullanılarak yerinde tutulmalıdır ve koltuk, arabanın sıradan emniyet kemeri kullanılarak yerinde tutulmalıdır, *ön veya arka koltukta yüzü arkaya dönükken*. Araba kontrol panelinden mesafe en azından 20 santimetre olmalıdır. Koltuğu takarken kullanım kılavuzuna uyun.

**Bebeğin sırtını dikkate alın. Bebeğin bebek taşıyıcısında çok fazla zaman geçirmesine izin vermeyin. Uzun yolculuklarda sık mola verin ve bebeğin vücut konumunu değiştirmesini sağlayın.**

Bazı İsveç ilçelerinde, yeni doğmuş bebeklerin ebeveynlerinin araba için bebek taşıyıcısı kiralaması veya ödünç alması mümkündür – bazen doğumhaneden çıkar çıkmaz. Doğum öncesi veya çocuk sağlığı merkezimize veya yaşadığımız belediyenin müşteri sorumlusuna danışın.

Bebeğiniz bebek taşıyıcısına sığamayacak kadar çok büyüdüğünde ve sürekli bir şekilde oturabildiğinde, arkaya dönük bir *çocuk araba koltuğu* kullanmanın zamanı gelmiştir, bu koltuk arabanın ön veya arka koltuğuna yerleştirilebilir. Burada da, bebek, çocuk araba koltuğunun kemeri kullanılarak yerinde tutulmalıdır ve koltuk arabanın emniyet kemeri ve özel bağlama aletleri kullanılarak yerinde tutulmalıdır.

Ön koltukta, araba koltuğu daima araba kontrol panelinin önüne yerleştirilmelidir (*asla ön camın önüne yerleştirmeyin*). Çocuğunuzun düzgün bir şekilde korunması için takma talimatlarına dikkatle uyulması önemlidir.

**Çocuğunuzu arabada koruma ile ilgili daha fazla bilgiyi İsveç Ulusal Toplumunun Yol Güvenliği internet adresinde bulabilirsiniz: [www.ntf.se](http://www.ntf.se).**

## Duman ve egzos dumanları

 Bebeğin yakınında veya arabada asla sigara içmeyin.

Tütün dumanı egzos dumanlarıyla birleştiğinde çocuklar için özellikle zararlıdır. Görme için kesinlikle önemli olmadığı sürece, yavaş hareket ederken veya durağan trafikteyken arabanın havalandırma tertibatını çalıştırmayın. Yan pencereyi açmak daha iyidir.

Asla bebeğinizi çok katlı araba parkına getirmeyin eğer bunu önleyemiyorsanız.

Egzos dumanları arabalara en yakın tehlikedir, ve çok katlı araba parklarında egzos dumanı seviyeleri oldukça yüksektir.



## Çocuklar için sigorta

Çocuklar bir kaza geçirdiğinde veya hasta olduğunda, İsveç ulusal sigortası otomatik olarak tüm çocuklar için sağlık hizmeti, hastane hizmeti ve dişçi hizmeti sağlar. Bireysel çocuk sigortası devletin sağladıklarının yanı sıra, çocuk ilerde kısmen veya tamamen sakat kalırsa çocuğu sigortalar.

Okul veya kreşe giden çocuklar belediye tarafından kazalara karşı sigortalanırlar ve çoğu belediye saate göre ayarlanır. Yine de, bazı belediyelerde bu sigorta okul saatleri dışında geçerli değildir. Kendi belediyenizdeki kuralları inceleyin.









Çocuğunuzun sigorta kapsamını genişletmek istiyorsanız, hem hastalık hem de kazalarda koruma sağlayan özel bir çocuk sigorta poliçesi seçebilirsiniz. Poliçenin kazaların yanı sıra hastalığı da kapsamaması önemlidir, çünkü daha fazla çocuk kazaların neden olduğundan daha fazla hastalıkların neden olduğu kalıcı sakatlıklardan muzdariptir.

Çocuk sigortası hakkında öneri ve bilgiyi İsveç Tüketiciler Sigorta Bürosu'dan +46 (0)8-22 58 00 nolu telefonları veya internet sitelerinden ulaşarak alabilirsiniz: [www.konsumenternasforsakringsbyra.se](http://www.konsumenternasforsakringsbyra.se)

## Kontrol listesi

### Yeni doğmuş bebekler

Evet Hayır

- |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                   |                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
|    | Alt deęiřtirme masası sabit ve bebeęin dūřmeden yarısına kadar dōnebileceęi kadar geniř veya kalkık ūç kenarı var.<br>Yerde bir alt deęiřtirme alanı ayarladım.<br>Daima bir eliřmi bebeęin ūzerinde tuttum, eęilmem veya bir Őeylere uzanmam gerektięinde ya da bebeęi alt deęiřtirme masasından kaldırdım masadan ayrılmam gerektięinde. | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|    | Karyolada hiç plastik yok bebeğin uyurken yatağında oyuncakları yok. Hareketli her Şey bebeğin erişemeyeceği yerlerde asılı.                                                                                                                                                                                                               | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|   | Banyo suyunun sıcaklığını bir termometre ve/veya dirseğimle ölçtüm.                                                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|  | Zıplayan beşik/bebek taşıyıcısı asla bir masada bebek iğindeyken durmuyor.                                                                                                                                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|  | Test etmek ięin emzikleri ve biberonları her gūn ęektim.                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|  | Sıcak iğecekler iğerken asla bebeği kuağıma oturtmadım.                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|  | Daima arabada onaylı bir bebek taşıyıcı/ęocuk araba koltuğu kullandım.                                                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|  | Frenlerin, bağlamaların ve katlama mekanizmasının ęalıřıp ęalıřmadıęını ve pusetin gōvdesinin Őaselere doğru bir Şekilde takılıp takılmadığını kontrol ettim.<br>Pusetinde bebeği asla yalnız bıraktım.                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |

## Biraz daha büyük bebekler ve çocuklar

Evet Hayır



Tüm elektrik prizleri, uzatma prizleri, kabloları, vs.nin kapakları var.  
Masa lambaları, ütüler, vs.den gevşek hiçbir fiş yere sarkmıyor.  
Tümlambalar, kablolar ve elektrikli cihazlar düzgün bir şekilde korunuyor.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



İç merdivenlere merdiven kapıları takıldı.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------



Bebeğimi aşağıdaki durumlarda sallanan beşik veya yüksek sandalyesinden alırım odadan çıkmam gerekiyorsa.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------



Radyatörlerin koruyucusu vardır veya sıcaklıkları 60°C altındadır.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------



Tüm bıçaklar ve kesici aletler küçük çocukların erişemeyeceği yerlerde.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

Pişirici duvara damlatmayan bir cihaz ile bağlıdır.  
Pişiricinin sıcak plakaları önünde koruyucu vardır.  
Fırın kapağı ısı koruyucusuna sahiptir veya kapak ısı yalıtımlıdır.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Bulaşık makinesi deterjanları, güçlü temizleyiciler, çözücüler vb. her zaman çocukların erişemeyeceği yerlerde saklanır.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

Tüm ilaçlar kilitli bir ecza dolabında çocukların erişemeyeceği bir yerde ve zeminden en az 1.5 metre yüksekte tutulmalıdır.  
Ev içerisinde zehirli birki olmamalıdır.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Sigara, çiğneme tütünü, enfiye ve kibritlerin ortada kalmamasına dikkat ederim.  
İç mekanlarda sigara içilmez.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------



Tehlikeli veya kırık oyuncaklar atılır.

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

## Güvenliğiniz için...

aynı zamanda çocuk güvenliği önerileri  
bir ile altı yaş arasında çocuklu aileler için mevcuttur.

[www.gothia.nu](http://www.gothia.nu)

