

FEYÈ BRIGHT FUTURES ► PARAN

PREMYE VIZIT SEMÈN (3 A 5 JOU)

Men kèk lide ekspè Bright Futures yo ki ka gen valè pou fanmi ou.

✓ KIJAN FANMI OU YE

- Si ou gen pwoblem kay oswa pwoblem mange, pale ak nou. Ajans kominotè ak pwogram tankou WIC ak SNAP ka bay enfòmasyon ak asistans tou.
- Espas kote moun pa fimèn kenbe timoun yo an sante. Pa fimèn oswa itilize sigarèt elektwonik. Kenbe kay ou ak machin ou san lafimen.
- Mande fanmi ak zanmi ede ou.

✓ KIJAN OU SANTI OU

- Eseye dòmi oswa repoze ou lè tibebe w' la ap dòmi.
- Pase yon ti tan ak lòt pitit ou yo tou.
- Kenbe tout bagay menm jan, pou ede fanmi ou adapte ak nouvo tibebe a.

✓ NOURI TI BEBE W' LA

- Bay tibebe a sèlman tete oswa let en bwat pou ti bebe fè jiskaske li gen anviwon 6 mwa.
- Bay tibebe a manje a lè li grangou. Gade pou wè si
 - Li mete men l' nan bouch li.
 - Li souse oswa vire tèt li pou chache bagay pou li souse.
 - Li ajite.
- Pa kontinye bay tibebe a manje lè vant li plen. Ou ka wè sa lè
 - Li vire tèt li.
 - Li fèmen bouch li.
 - Li relache bra ak men li.
- W'ap konnen ke tibebe w' la ap manje ase si li mouye plis pase 5 kouchèt epi fè omwens 3 pou pou mou chak jou epi li pran pwa kòm sadwa.
- Kenbe tibebe w' la yon fason pou nou ka gade youn lòt pandan w'ap ba l' manje.
- Toujou kenbe boutèy la. Pa janm apiye li sou yon bagay.

Si w ap bay tete

- Bay tibebe tete a chak fwa li mande tete, omwens 8 a 12 fwa pa jou.
- Yon konsiltan nan alètman matènel ka ba ou enfòmasyon ak sipò sou kòman pou bay tibebe a tete epi rann ou pi alèz.
- Kòmans bay tibebe a gout vitamin D (400 IU chak jou).
- Kontinye vitamin prenatal ak fè ou te konn pran an.
- Manje bon bagay pou kenbe ou an sante ou; evite pwason ki gen anpil mèki.

Si se lèt nan bibwon ou ap bay ti bebe a

- Bay tibebe w' la 2 oz let an bwat pou bebe chak 2 a 3 èdtan. Si li toujou grangou, ba li plis.

✓ SWEN TI BEBE A

- Chante, pale, epi li pou tibebe w' la; evite televizyon ak medya dijital.
- Ede ti bebe a reveye pou li manje: ba li yon ti tap, chanje kouchèt li, oswa dezabiye li.
- Pou kalme tibebe a: karese tèt li oswa dousman dodine li.
- *Pa janm frape oswa souke tibebe a.*
- Pran tanperati ti bebe w' la ak yon tèmomèt rektal (nan dèyè), pa nan zòrèy oswa sou po li; yon lafyè se yon tanperati rektal nan 100.4 ° F / 38.0 ° C oswa pi wo. Rele nou nenpòt lè si ou gen kesyon oswa enkyetid.
- Planifye pou ijans: gen yon twous premye swen, pran klas premye swen ak CPR (reyanimasyon kadyopilmonè) pou tibebe, epi fè yon lis nimewo telefòn.
- Lave men ou souvan.
- Evite foul moun epi pa kite lòt moun nan manyen ti bebe w' la si men yo pa pwòp.
- Pa kite ti bebe twòp tan nan solèy.

Resous itil: Liy pou Kite Fimen: 800-784-8669 | Liy Èd Pwazon: 800-222-1222

Enfòmasyon Sou Syèj Sekirite Machin: www.safercar.gov/parents | Liy Dirèk Sekirite Auto gratis: 888-327-4236

PREMYE SEMÈN VIZIT (3 A 5 JOU)—PARAN



SEKIRITE

- Sèvi ak yon chèz sekirite machin ki gen fas li ki bay sou dèyè machin nan epi mete li nan syèj dèyè machin nan.
- Fè sèten ke tibebe la toujou rete nan chèz sekirite machin li pandan vwayaj la. Si li vin rechiya oswa bezwen manje, kanpe machin nan epi retire li nan chèz la.
- Sekirite tibebe w' la depann de ou. Toujou mete senti sekirite pou janm ak zepòl ou. Pa janm kondwi apre ou fin bwè alkòl oswa lè ou itilize dwòg. Pa janm voye tèks oswa itilize yon telefòn selilè pandan w'ap kondwi.
- Pa janm kite tibebe a nan machin pou kont li. Kòmanse abitud ki anpeche ou bliye tibebe a la nan machin nan, tankou mete telefòn selilè ou sou chèz dèyè yo.
- Toujou mete tibebe dòmi sou do nan pwòp bèso li, pa nan kabann ou.
 - Tibebe w' la ta dwe dòmi nan chanm ou jiskaske li gen omwens 6 mwa.
 - Fè sèten ke bèso tibebe a oswa espas li pral dòmi a satisfè direktiv sekirite ki pi resan yo.
- Si ou chwazi itilize yon bèso ak filè, achte youn ki fèt apre 28 fevriye 2013.
- Mawonnen timoun nan pa pridan pou l' dòmi. Ou ka itilize sa pou kalme tibebe a lè li reveye.
- Pa bwè likid cho pandan w'ap kenbe tibebe a pou evite chode ou boule li.
- Evite tiyo ki gen dlo cho. Kontwole aparèy chofaj dlo a pou tanperati dlo tiyo a nan 120 ° F / 49 ° C oswa pi ba.

KI SA OU DWE ATANN NAN VIZIT 1 MWA TI BEBE W LA

Nou pral pale avek ou sou:

- Ki jan pou pran swen tibebe w' la, fanmi ou, ak tèt ou
- Pwomosyon sante ou ak rekiperasyon an
- Ki jan pou nourri tibebe w' la epi gade li grandi
- Swen ak pwoteksyon tibebe w' la
- Ki jan pou kenbe tibebe an sekirite lakay ou ak nan machin

Bagay ki konsistan ak *Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents, 4th Edition*

Pou plis enfòmasyon, ale nan <https://brightfutures.aap.org>.

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



Enfòmasyon ki nan feyè sa a pa ta dwe itilize kòm yon ranplasan pou swen medikal ak konsèy pedyat ou. Ka gen varyasyon nan tretman ke pedyat ou ka rekòmande ki baze sou reyalyte ak sikonstans endividyèl. Feyè orijinal enkli kòm pati nan *Bright Futures Tool and Resource Kit, 2nd Edition*.

Enklizyon nan feyè sa a pa vle di yon andòsman de American Academy of Pediatrics (AAP). AAP pa responsab pou kontni resous ki mansyone nan feyè sa a. Adrès sit entènèt ki pibliye yo aktyèl, men yo ka chanje a nenpòt ki lè.

American Academy of Pediatrics (AAP) pa revize oswa andose nenpòt modifikasyon ki fèt nan feyè sa a epi nan okenn ka AAP a pa dwe responsab pou nenpòt ki chanjman sa yo.

Tradiksyon sa a te posib gras ak gwo sipò manm yo, anplwaye yo, ak biznis ki fè don pou AAP Friends of Children Fund.

Haitian Creole translation of *Bright Futures Parent Handout: First Week Visit (3 to 5 Days)*. © 2019 American Academy of Pediatrics.

© 2022 American Academy of Pediatrics. Tout dwa rezève a otè a.