

FEYÈ ENFÒMASYON POU PARAN TIBEBE KI GEN LAJ 12 MWA

VAKSEN yo bay timoun ki gen yon ane :

- * Vaksen kont viris Varicella Zoster (VZV, oswa “chickenpox”). Timoun nan pa bezwen sa a si l te genyen saranpyon (varisèl) deja.
- * Vaksen kont viris ki bay Lawoujòl, Malmouton, ak Ribeyòl (oswa “German Measles”) ki rele MMR. Gen yon konbinezon vaksen ki gen ladan l vaksen MMR ak vaksen kont varisèl. Pafwa yo itilize l.
- * Vaksen kont bakteri ki rele Pneumococcus (nemokòk) (PCV-13). Jèm sa a lakoz enfekson grav tankou menenjit, nemoni, ak enfeksyon nan san, avèk tou enfeksyon ki pi kouran yo tankou enfeksyon nan zòrèy.

- * Majorite timoun yo pa gen efè segondè grav lè yon pran vaksen yo. Si yo gen efè segondè, dabitid yo minim. Lafyèw ak malèz nan plas kote yo te pran vaksen an rive souvan. Acetaminophen (Tylenol ak lòt kalite medikaman) ka ede. Kèk timoun ka genyen yon gratèl apre yo fin resevwa vaksen sa yo. Si w gen enkyetid, tanpri rele nou.

TÈS DEPISTAJ yo fè pou yon timoun ki gen yon ane :

Tès tibèkiloz nan po (pou “TB” – yo rele l “PPD test” tou). Yo fè sa sèlman kay timoun ki kapab gen gwo risk pou yo fè Tibèkiloz.

KONSÈY SOU DEVLOPMAN ak SOU EDIKASYON TIMOUN
pou timoun piti ki gen yon ane :

Bebe w la vin yon timoun !! Konpliman !!

Men kèk etap enpòtan nan devlopman ak konsèy sou edikasyon pou timoun piti nòminal ki gen yon ane :

Kominikasyon/ langaj :

- * Timoun piti ki gen yon ane yo konprann lòd senp ou pase ak pawòl senp ou di.
- * Timoun piti nan laj sa a gazouye anpil; yo rele pwòp manman yo ak papa yo Mama ak Dada (oswa Papa); kèk ladan yo ka konnen kèk lòt mo.
- * Nan kèk mwa apre yo, lè yo gen 15 mwa, prèske tout timoun piti ap adrese paran byen kòm Mama oswa Dada/Papa. Anpil ladan yo ap kòmanse konprann plis lòd epi y ap petèt kòmanse aprann kèk lòt mo.

Kapasite fizik :

- * Majorite timoun piti ki gen yon ane yo ka kanpe lè yo pran fòs sou yon bagay epi yo ka fè pa si yo kenbe yon bagay. Yo rele sa "kwazyè". Anpil timoun, men pa tout, kòmanse mache pou kont yo kounye a.
- * Timoun piti w la dwe kapab met manje nan bouch li avèk dwèt li epi li dwe kòmanse itilize yon goblè ak yon kiyè.
- * Nan kèk mwa apre yo, lè yo gen 15 mwa, pifò timoun piti ap mache pou kont yo epi y ap anmezi pou yo monte eskalye lè yo kenbe men yon moun oswa lè yo kenbe ray eskalye a. Timoun ou an pral devlope pi bon kontwòl dwèt li epi l ap kòmanse anmezi pou l manje avèk yon kiyè oswa fè madjigridji avèk yon kreyon oswa yon kreyon desen.

Sosyal/ jwèt :

- * Majorite timoun ki gen yon ane yo renmen jwe peek-a-boo (pikebou). Jwèt sa a reyèlman aprann yo yon konesans enpòtan : aprann bagay ki egziste kanmèm menm lè w pa ka wè yo. Asire w ou jwe pat-a-cake, fè "babay," epi soufle beze tou !
- * Timoun piti renmen liv ki gen imaj ! Yo pran plezi nan gade liv e yo renmen lonje dwèt sou bagay yo pandan w pale de imaj la. Sa a dwe vini yon pati ki amizan e enpòtan nan woutin lè dòmni aswè yo (apre l fin bwose dan).
- * Nan kèk mwa apre yo, majorite timoun piti yo kòmanse vin pi sosyab epi yo ka pran plis plezi nan jwèt fizik, tankou ale nan pak pou yo jwe. Timoun piti yo aprann tou nan kopye oswa nan imite konpòtman yo wè bò kote yo, sitou bagay ki ozalantou kay la tankou jwe avèk po ak kaswòl oswa materyèl kwizin ki san danje sou yo.

Konpòtman :

- * Nouvo timoun piti w la ap vin pi endepandan epi l ap vin pi renmen eksplòre. Konsa, l ap teste w pou l wè ki konpòtman w ap tolere.
- * Etabli prensip regilyèman enpòtan anpil. Lè timoun piti w la fè yon dezòd, eseye distrè li avèk yon bagay li renmen. Se pou w konsistan men fleksib. Kite timoun ou an fè chwa selon prensip ak règleman ou etabli yo.
- * Timoun piti yo renmen pou yo fè lwanj pou yo !! Di yo bagay tankou "Wi ! Se fòmèdab !" oubyen "Ou fè l !" kapab ranfòse bon konpòtman ak bon travay li fè.
- * Nan kèk mwa apre yo, timoun piti w la ka kontinye timid lè l bò kote etranje ak lè l separe de oumenm. Sa ede pou ekspozè timoun piti w la a nouvo anviwonman ak nouvo moun anmenmtan li avè w la. Anmenmtan, timoun piti yo vle fè bagay yo pou tèt yo epi souvan y ap di "non." Sonje se pou w konsistan, etabli prensip, fè

lwanj pou bon konpòtman, epi korije move konpòtman oswa ofri yon distraksyon lè yo kònpote yo mal.

NITRISYON ak KOMPÒTMAN sou ALIMANTASYON pou timoun piti ki gen yon ane :

- * Apre premye ane a, timoun piti yo pa bezwen lèt atifisyèl. Li lè pou nou pase a lèt antye (se pa lèt ki pa gen anpil grès, 1%, oswa 2% sof si doktè w la di pou w fè sa).
- * Evite ji : yon goblè pa jou ase. Nan lòt okazyon yo, ba yo lèt oswa dlo nan yon goblè oswa nan goblè ki gen tèt ak ti twou pou li bwè pa ti gòje. Pa ba yo bibwon ankò.
- * Dòmi ak yon bibwon (oswa goblè) lèt atifisyèl, lèt, oswa ji ap lakoz timoun ou an gen twou nan dan (kari) epi sa ap anpeche l aprann dòmi pandan lannwit. Pa ba yo bibwon ankò.
- * Nan laj sa a, timoun ou an ka manje pifò manje. Eseye bay timoun ou an menm manje ou manje yo. (Timoun piti yo aprann nan imite sa yo wè ozalantou yo). Evite fè manje apa pou timoun piti w la.
- * Asire w timoun piti w la chita sou tab la avèk fanmi an pou l manje epi asire w li aprann itilize yon kiyè ak yon fouchèt.
- * Nan mwa apre yo, timoun ou an ka sanble l pa manje ase. Pa enkyete w depi kwasans timoun nan bon ! Timoun piti yo grandi pi dousman pase timoun anbazaj. Nitrisyon nan dezyèm ane a se konsènan KALITE, pa KANTITE. Si w pa ko sispann itilize bibwon pou bebe, fè sa kounye a. Souvan sispann bibwon an sèk mache pi byen pase lè w eseye diminye l dousman. Ou ka oblije ofri yon bagay nan plas bibwon an - chita avèk bebe w la pandan l ap bwè nan goblè a ede souvan.

IJYÈN pou timoun piti ki gen yon ane :

- * Ou dwe bwose dan timoun piti w la anvan y al kouche. Ideyalman, kòmanse eseye bwose apre manje maten tou. Ou ka bwose avèk dlo sèlman oswa kòmanse itilize yon ti kal pat dantifris ki gen fliyòrid yon fwa pa jou. Si w gen okenn enkyetid konsènan dan timoun ou an, panse a mennen l wè yon dantis.
- * Bwè dlo tiyo w la ! Pifò komin nan zòn ou an gen dlo tiyo ki pwòp e ki san danje ki sot nan rezèvwa eta a (state la). Dlo sa a genyen fliyòrid pou bay dan w fòs. Si w pa si de dlo komin ou an bay la oswa si w pa si li gen fliyòrid, mande doktè timoun ou an. Jeneralman, dlo nan boutèy PA nesesè.

KESYON SEKIRITE pou timoun piti ki gen yon ane :

- * Toujou gen yon adilt ki gen matirite ki pou sipèvizè timoun ou an.
- * Pa janm kite timoun piti w la pou kont li nan dlo oswa tou pre dlo, menm nan beynwa.

- * Evite ris pou yo toufe. Nenpòt bagay ki ka pase anndan yon woulo papye twalèt twò piti pou yon timoun piti jwe avè l.
- * Konsève tout medikaman, pwazon, ak pwodui netwayaj yo nan yon amwa anlè, ki fèmèn a kle.

>>>SANT KONTWÒL PWAZON : 1-800-222-1222<<<

(Rele nimewo sa a si timoun ou an manje yon bagay ki ka petèt toksik.)

- * Toujou itilize yon chèz pou machin. Yo rekòmande pou timoun anbazaj ak timoun piti bay fas yo pa dèyè machin jous yo gen de zan si posib. Lè n ap bay fas yo devan, itilize yon chèz pou machin pou timoun piti sèlman. Mitan chèz dèyè machin nan se plas ki gen pi bon sekirite a. Bebe ak jenn timoun dwe TOUJOU chita sou chèz dèyè machin nan.
- * Baryè pou sekirite ki byen ajiste nan tout eskalye a pral evite yo tonbe.
- * Ou ka evite yo tonbe si w mete gri pou fenèt nan fenèt nan etaj anlè yo kote timoun ou an ka rive. Evite mete kabann oswa kanape tou pre fenèt yo nan etaj anlè yo. Sonje : TIMOUN PA KA VOLE.
- * Chache konnen si gen ris pou kay ou a gen plon. Si w lwe yon apatman, pwopriyetè a dwe konnen. Poze doktè oswa enfimiyè timoun ou an kesyon sou sa.
- * Pa fimen nan kay la ! Nou ankouraje ak tout fòs paran ki fimen yo pou yo kite fimen. Menm lafimen sou rad ou, cheve w, ak respirasyon w ka afekte timoun ou an. Mande nou enfòmasyon sou kijan pou w kite.

PWOCHEN VIZIT : a 15 mwa

ÈSKE OU VLE PLIS ENFÒMASYON?

Entènèt la ka yon sous ekselan pou enfòmasyon sou sante ak devlopman timoun. Ou dwe chèche konnen si sitwèb ou vizite yo gen bon repitasyon! Si ou gen kesyon, tanpri mande nou.

Èske ou bezwen èd pou bay tibebe tete?

Ale rankontre yon konsiltan nan zafè laktasyon ansanm ak lòt manman k ap bay tibebe tete nan Pwogram Cambridge Health Alliance Breastfeeding Support Drop-in la, ki nan 8 Camelia Avenue nan ale pou rantre nan Lopital Cambridge la. Madi ak jedi depi 10AM jiska 12PM. Li pa nesesè pou ou gen randevou!

W ap jwenn plis enfòmasyon nan sous sa yo:

Zipmilk.org	www.zipmilk.org
Massachusetts WIC Nutrition Program	(800) 942-1007
La Leche League	(800) LA LECHE
Nursing Mothers' Council	(617) 244-5102
Massachusetts Breastfeeding Coalition	www.massbfc.org
International Lactation Consultant Association	www.ilca.org
National Women's Health Information Center	(800) 994-9662

Gade enfòmasyon pou paran "*Bright Futures*" ak "*Healthy Children*" yo nan Akademi Amerikèn Pedyatri a nan:

<http://brightfutures.aap.org/pdfs/Other%203/B.ECh.PH.12month.pdf>

Tcheke enfòmasyon American Academy of Pediatrics bay pou paran yo konsènan *Healthy Children* (*Timoun an sante*) nan:

www.healthychildren.org

Jwenn plis enfòmasyon ak zouti sou sit entènèt Resous Paran CHA:

<http://www.challiance.org/Services/PediatricsResourcesforParents.aspx>

Konekte avèk nou nan Facebook:

<https://www.facebook.com/CHAPediatrics>

Revize nan mwa janvye 2014