

FEYÈ ENFÒMASYON POU PARAN TIBEBE KI GEN LAJ 15 MWA

VAKSEN:

- * DTaP #4 – anpeche tibebe gen difteri, tetanòs (“maladi machwè sere”), ak koklich (“tous aspiran”). DTaP ka bay lafyè ak doulè; asetaminofèn (Tylenol, Feverall, ak mak magazen an) kapab ede.
- * Hib #4 – (haemophilus influenzae, tip b) – anpeche tibebe gen bakteri Hib, yon jèm ki bay enfeksyon grav tankou menenjit, enfeksyon nan pasaj lè (gòj), enfeksyon nan san (“sepsis”), epi menm enfeksyon nan zòrèy.
- * HAV #1 – anpeche epatit A, yon viris ki bay enfeksyon grav nan fwa epi ki pwopaje pa mwayen manje ak dlo ki kontamine.
- * Anjeneral, yo tolere vaksen Hib ak HAV byen, epi pifò timoun pa soufri efè segondè vaksen sa yo. Si gen efè segondè, òdinèman yo pa grav. Si ou gen enkyetid, tanpri rele nou.
- * Nou ka ofri vaksen grip sezon an depi mwa oktòb jiska nan mwa mas.

TÈS POU DEPISTAJ:

Òdinèman, li pa egzijib pou fè tès. Si ou poko fè sa, gen timoun nan laj sa a ki ka fè tès sou po pou tibèkiloz (pou “TB” – yo rele li “tès PPD” tou). Yo fè sa sèlman pou kèk timoun ki ka nan pi gwo risk pou TB. Nouvo pasyan ak lòt ki nan pi gwo risk ka fè tès depistaj pou anemi (swa yon nivo emoglobin oswa globil wouj konplè) oswa anpwazonnman plon.

DEVLÒPMAN ak KONSÈY SOU KI JAN POU JWE WÒL PARAN:

Timoun piti ou la ap tounen yon eksploratè!

Pale/langaj:

- * Timoun ki gen laj 15 mwa kapab suiv lòd senp (pa egzanp, "Montre m nen ou").
- * Timoun laj sa a di Manman ak Dada (oswa Papa) pou moun egzak la; òdinèman yo konnen twa a sis mo.
- * Timoun laj sa a ap lonje dwèt yo pou pale sou yomenm epi pou eseye jwenn atansyon.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, vè laj 18 mwa, prèske tout timoun pitit kòmanse aprann mo nouvo epi yo pale pi plis. Di li ti fraz kout pou ou ka ede li, aprann li mo nouvo, itilize mo pou dekri jès li fè yo, epi dekri santiman li yo.

Kapasite fizik:

- * Pifò timoun laj 15 mwa kapab mache ak bese poukont yo. Genyen ki kapab monte eskalye yon mach alafwa pandan yo kenbe men ou.
- * Timoun piti ou la dwe kòmanse manje poukont li ak yon kiyè oswa ak dwèt li yo, epi li dwe bwè nan gode sèlman (regilye oswa “gode ak kouvèti ki gen yon bèk”, pa ba li bibwon ankò!!). Pa etone si li fè yon gagòt. Ou ka ede li mete kiyè manje a kote kiyè a dwe ale a, nan bouch li! Pran pasyans ak gagòt yo.
- * Gen kèk timoun k ap kòmanse fè majigridi ak yon kreyon.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, pifò timoun piti ap kòmanse kouri byen epi monte eskalye pandan yo kenbe men yon moun oswa pandan yo kenbe balistrad. Timoun piti ou la ap devlope pi bon kontwòl dwèt li yo epi l ap kapab manje poukont li ak yon kiyè oswa fè majigrid ak yon kreyon regilye oswa yon kreyon koulè. Anpil ladan yo ap kapab choute yon boul oswa mete anpil blòk youn sou lòt.

Sosyal/jwe:

- * Pifò timoun laj 15 mwa renmen jwe koukou. Anreyalite sa aprann yo yon talan enpòtan: yo aprann objè yo toujou egziste menm lè ou pa ka wè yo Nan laj sa a, gen kèk timoun k ap konnen kijan pou di “alo” oswa “babay” epi k ap renmen moun ba yo akolad ak bo yo, epi yo fè yon jwèt ak sa.
- * Timoun pitit renmen liv ki gen desen ladan yo! Yo renmen gade liv yo epi lonje dwèt yo sou objè yo pandan w ap dekri foto a. Sa dwe vin yon amizman epi yon pati enpòtan nan woutin pou al dòmi (apre yo bwose dan yo) epi ou kapab itilize li pou aprann yo mo nouvo.
- * Timoun piti kapab aprann imite konpòtman yo wè ozanlantou yo tou, sitou bagay ki nan kay la, tankou jwe ak pwelon ak chodyè oswa veso kwizin ki pa gen danje ladan yo.
- * Timoun piti ap vin pi sosyal ak fizik tou. Bay pitit ou opòtinite pou li jwe deyò. (Sonje byen sekirite ak sipèvizyon enpòtan tout tan, sitou nan lakou kote y ap jwe). Nan kay la, timoun pitit ap renmen blòk ak jwèt pou mete youn sou lòt, jwèt ki rantre youn nan lòt ak objè ki ka ouvri fèmen.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, nan laj 18 mwa, timoun piti ou la ap kontinye elaji konpetans sosyal li yo. Di “alo” ak “babay” epi enterese lòt moun ap vin yo woutin pou li. L ap kòmanse renmen lè li deyò nan lakou pou jwe kote ki gen glisad, ranp, epi lòt bagay pou grenpe, epi pou li avèk lòt timoun.

Konpòtman:

- * Timoun pitit ou la ap vin pi endepandan epi l ap renmen eksplòre. L ap teste ou pou li wè ki konpòtman w ap tolere. Prepare pou di “Non”. Nan laj 15 a 18 mwa, sa kòmanse vin yon mo prefere pandan timoun piti yo ap eseye defini tèt yo kòm yon moun apa. Yo rele sa “konpòtman pa opozisyon”.
- * Li enpòtan pou etabli limit tout tan. Lè timoun piti ou ap konpòte l mal, eseye distrè li ak yon bagay li renmen. Sonje byen: se oumenm ki etabli prensip yo. Ou dwe lojik men fleksib. Kite timoun piti a fè chwa nan limit oswa prensip ou etabli yo. Disiplin dwe gen pou wè ak sa ou aprann li, pa pinisyon.
- * Timoun piti renmen pou yo fè yo konpliman!! Lè ou di bagay tankou “Wi! Se trè byen!” oswa “Ou fè li!” kapab ranfòse bon konpòtman an ak sa li fè ki byen an. W aprann timoun piti ou la kisa ou atann nan limenm.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, nan laj 18 mwa, timoun pitit a ka toujou timid nan mitan moun li pa konnen ak lè li separe avèk ou. Timoun piti ou la ka twouve li pi fasil pou adapte nan nouvo anviwonman yo si ou rete avèk li nan premye moman yo. An menm tan, timoun piti yo ap vle fè zafè yo poukont yo pi plis epi byen souvan y ap di “Non” oswa fè yon kriz kòlè. Eseye pa reyaji aleksè, lè sa rive. Si ou fè nenpòt reyaksyon emosyonèl (swa fache oswa enkyete), w ap ranfòse kriz kòlè a. Si ou twouve w ap fache anpil oswa w ap fristre, pran kèk minit pou kalme ou anvan ou reyaji pou sa pitit ou ap fè a. Ou ka limite nesosite ki genyen pou pitit ou di non oswa pou li fè yon kriz kòlè, si ou fè ansòt pou anviwonman kote l ap jwe a pa gen danje epi ou ba li chwa nan jwèt pou l jwe yo ak distraksyon.

NITRISYON ak KONPÒTMAN NAN MANJE:

- * Kounyeya, pifò timoun dwe bwè lèt antye (pa lèt ki pa gen anpil grès ladan) lè y ap pran repa. Ofri yo bwason ki pa gen sik ladan, dlo pi bon, lè yo swaf nan lòt moman. Amwenke pitit ou bwè 32 ons oswa plis lèt fòtifye ak vitamin D chak jou, l ap bezwen vitamin D anplis. Pou timoun ki pa kapab bwè lèt, ou dwe chèche konnen si lòt altènatif tankou lèt soja fòtifye ak vitamin D. Si ou enkyete pitit ou pap jwenn ase vitamin D, tanpri mande nou.
- * Evite ji: yon gode pa jou sifi. Nan lòt moman, ba yo lèt oswa dlo nan yon gode regilye oswa yon gode ak yon kouvèti ki gen yon bèk ladan. Pa ba li bibwon ankò.
- * Dòmi ak yon bibwon (oswa menm yon gode ak kouvèti ki gen bèk ladan) lèt nan bwat, lèt regilye, oswa ji ap lakòz kavite nan dan pitit ou epi sa anpeche li aprann dòmi tout lannuit. Pa ba li bibwon ankò.
- * Nan pwèn sa a, pitit ou ka manje pifò manje. Eseye sèvi pitit ou menm manje ou manje yo. Evite fè repa apa pou timoun piti ou la.

- * Pitit ou dwe chita a tab avèk fanmi a pou repa yo epi li dwe aprann itilize yon kiyè ak fouchèt. Sonje byen timoun piti ap toujou renmen itilize dwèt yo; kifè, pran prekasyon ak moso manje ki twò piti pou yo ka pa trangle. Evite manje ki piti, ki di, tankou pistach ak sirèt ki ka danje pou trangle.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, pitit ou ka sanble li pap manje ase. Pa enkyete! Timoun piti grandi pi lantman pase tibebe. Depi kwasans timoun nan ak globil wouj li yo bon, l ap manje ase nan manje ki bon yo. Nitrisyon nan dezyèm ane a gen pou wè ak KALITE, pa KANTITE. Si ou poko sispann itilize bibwon, fè sa **kounyeya**. Byen souvan, sispann bibwon an toudenkou fonksyone pi byen pase si ou eseye diminye itilizasyon bibwon an tikras pa tikras. Ou kapab bezwen ofri yon bagay nan plas bibwon an – byen souvan, chita ak pitit ou pandan l ap bwè nan yon gode itil anpil. Ou dwe kòmanse bay pitit ou manje nouvo epi aprann abitud li manje ki bon pou sante, sitou ak goute yo.

IJYÈN:

- * Pifò timoun pitit ap gen kèk dan kounyeya. Ou dwe bwose dan timoun piti a anvan li ale dòmi. Li pi bon pou kòmanse eseye bwose dan apre dejene epi apre manje-midi tou. Ou ka kòmanse itilize yon ti kantite patdantifris ki gen fliyori ladan yon fwa pa jou. Si ou gen nenpòt enkyetid pou dan pitit ou, panse pou mennen li al wè yon dantis. (Dantis timoun yo ap renmen wè timoun piti touswuit yo gen dan).
- * Bwè dlo tiyo! Pifò vil nan zòn kote ou rete a gen dlo tiyo ki pwòp epi pa gen danje nan dlo tiyo ki soti nan rezèvwa leta yo. Dlo sa a gen fliyori ladan pou fè dan ou yo fò. Si ou pa sèten sou dlo vil kote ou rete a oswa si li gen fliyori ladan, mande doktè pitit ou. Òdinèman, dlo nan boutèy PA nesesè.

KESYON SEKIRITE:

- * Toujou gen yon adilt ki gen matirite k ap sipèvize pitit ou.
- * Pa janm kite timoun piti ou san pa gen yon moun k ap siveye li nan dlo oswa toupre dlo, pa menm nan basen.
- * Evite danje pou li pa toufe. Nenpòt bagay ki kapab rantre nan yon woulo papye ijyenik twò piti pou yon timoun piti jwe avèk li.
- * Timoun piti ap grenpe epi kenbe kèk objè. Fè atansyon pou ou pa kite likid cho kote timoun piti ka jwenn yo: pwelon ki gen manch sou tèt fou, tas kafe cho, eksetera... Kenbe timoun piti yo lwen chemine, aparèy pou chofaj, ak lòt ti aparèy piti tankou fè pou repase rad ak fè pou fè bouk nan cheve. Kenbe objè ki ka pran dife, tankou alimèt ak brikè fèmen ak kle oswa kote timoun piti pa ka jwenn yo.

- * Kenbe tout medikaman, pwazon ak pwodui pou netwayaj anwo nan yon bifèt epi fèmèn bifèt la ak kle.

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

(Rele nimewo sa a si pitit ou manje yon bagay ki ka gen danje ladan.)

- * Toujou itilize yon chèz pou sekirite nan machin. Timoun piti dwe chita devan-dèyè nan yon machin jiskaske yo gen laj dezan (2 an). Ou dwe itilize yon chèz pou machin ki dimansyon timoun piti a. Pifò timoun laj sa a ap twò gwo pou chèz tibebe yo. Mitan chèz dèyè a se kote ki gen plis sekirite. Timoun piti dwe TOUJOU chita nan chèz dèyè nan machin lan.
- * Mete baryè ki gen sekirite ki byen ajiste nan tout tèt eskalye pou anpeche tibebe tonbe.
- * Ou ka anpeche tibebe ou tonbe si ou mete pwoteksyon nan fenèt ki nan etaj anwo yo kote pitit ou kapab rive. Evite mete kabann oswa sofa tou pre fenèt nan etaj anwo yo. Sonje byen: TIMOUN PA KAPAB VOLE.
- * Chèche konnen si gen danje plon lakay ou. Si ou lwe yon apatman, mèt kay la dwe konnen. Mande doktè pitit ou oswa enfimyè a si ou gen kesyon sou sa.
- * Pa fimen nan kay la! Nou ankouraje anpil pou paran ki fimen yo kite fimen. Menm lafimen ki sou rad ou, nan cheve ou, epi nan souf ou kapab afekte pitit ou. Mande nou enfòmasyon sou kijan pou sispann fimen.

PWOCHEN VIZIT: Laj 18 mwa pou yon konsiltasyon/egzamen fizik epi, si li nesèsè, pou lòt pwoblèm, maladi, ak blesi.

Nou va pale sou langaj ak lòt devlopman, pwoblèm nan konpòtman, nitrisyon, ak enkyetid pou sekirite. Panse sou kesyon yo epi eseye ekri yo pou ou ka mande nou Sonje byen pou ou pote lis la avèk ou!

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.

Tcheke enfòmasyon ki nan sitwèb American Academy of Pediatrics pou paran yo konsènan *Bright Futures (Avni Briyan)* ak *Healthy Children (Timoun an sante)* nan:

<http://brightfutures.aap.org/pdfs/Other%203/B.ECh.PH.15month.pdf>

<http://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