

FEYÈ ENFÒMASYON POU PARAN TIBEBE KI GEN LAJ 18 MWA

VAKSEN:

Òdinèman nou pa bay vaksen nan vizit sa a. Pafwa, timoun piti ki te rate yon vaksen (plizyè vaksen) ka ratrape nenpòt dòz ki te manke nan vizit sa a. Nou ka ofri vaksen grip sezon an depi mwa oktòb jiska nan mwa mas.

TÈS DEPISTAJ ki fèt nan laj 18 mwa:

Nou kapab fè tès pou anemi (globle wouj ki ba) oswa anpwazonnman plon pou kèk timoun nou panse ki ka nan pi gwo risk.

DEVLÒPMAN ak KONSÈY SOU KI JAN POU JWE WÒL PARAN:

Pitit ou se yon timoun piti!! Anviwonman pa li a pa gen limit. Èske ou pare?

Men kèk etap nan devlòpman ak konsèy sou kouman pou jwe wòl paran pou timoun nòmal ki gen ennan (1 an).

Pale/langaj:

- * Pifò timoun ki gen 18 mwa kapab suiv lòd senp epi konprann sa ou di yo.
- * Timoun piti nan laj sa a gazouye anpil epi yo konnen omwen 5 oswa 6 mo anplis “manman” oswa “dada” (oswa “papa”). Yo ka idantifye pati nan kò yo.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, nan laj 24 mwa, prèske tout timoun piti ap kapab konprann plis lòd senp epi aprann mo nouvo. Nan laj 24 mwa, pifò ap kòmanse itilize fraz ki gen de (2) mo ladan yo.

Kapasite fizik:

- * Pifò timoun piti ki gen 18 mwa kapab mache byen poukont yo. Yo dwe kòmanse kouri, monte eskalye pandan yo kenbe men yon moun.
- * Timoun piti nan laj sa a kòmanse montre pi plis kowòdonasyon epi yo ka choute yon boul epi mete anpil blòk youn sou lòt.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, nan laj 24 mwa, pifò timoun piti ap kapab manje poukont yo ak yon fouchèt oswa kiyè, monte oswa desann san moun pa ede yo, ede mete rad sou yo, epi vire paj yon liv.

Sosyal/jwe:

- * Pifò timoun piti nan laj sa a kòmanse pi entegre nan pwennvi sosyal. Yo renmen salye moun, bay akolad epi bo, fè "babay" epi jwe ak lòt timoun.
- * Timoun piti renmen fè jwèt kote yo pretann ak imite tou, epi yo ka kòmanse kapab jwe poukont yo pandan ti moman kout. Pa egzanp, yo pretann fè yon koutfil ak yon telefòn jwèt, oswa yo pretann y ap pase vakyòm pandan w ap netwaye kay la.
- * Timoun piti 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 tounen yon amizman ak yon pati enpòtan nan woutin pou al dòmi (apre yo bwose dan). Aprann timoun piti ou mo nouvo epi eseye kite timoun piti ou la vire paj yo tou.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, pifò timoun piti kòmanse vin pi entegre nan pwennvi sosyal epi yo ka kòmanse montre senpati ak konfò pou lòt moun. Epitou, timoun piti kapab menm kòmanse reponn yon jan ki apwopriye lè ou korije yon move konpòtman!

Konpòtman:

- * Timoun pitit ou la ap vin pi endepandan epi l ap renmen eksplore. Timoun piti ou la ap teste ou pou li wè ki konpòtman w ap tolere. Sonje byen li enpòtan pou gen yon anviwonman ki pa gen danje pou jwe. Pitit ou ap vle rantre nan bifèt, ouvri pòt/tiwa, epi grenpe pou jwenn objè. (Gade nan seksyon **Kesyon Sekirite**, pi ba la a).
- * Anpil timoun piti laj sa a kontinye di “non” si ou entèfere nan sa y ap fè. Se sa yo rele “konpòtman pa opozisyon” epi li nòmal nan laj sa a.
- * Li enpòtan pou etabli limit tout tan. Lè timoun piti ou ap konpòte l mal, eseye distrè li ak yon bagay li renmen. Ou dwe lojik men fleksib. Kite timoun piti a fè chwa nan limit oswa prensip ou etabli yo.
- * 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. Pandan tan ap pase, timoun piti ou la ap reyaji pi plis sou kalite konpliman oswa koreksyon sa a pou konpòtman li. Kenbe la! Ou dwe toujou fè sa!
- * Gen timoun piti ap reyaji lè pou yo pran yon “ti tan pou kalme” yo pou move konpòtman. Sa vle di retire timoun piti a nan sa l ap fè a, òdinèman fè li chita yon lòt kote. Tan pou kalme a fonksyone pi byen si li fèt tousuit, epi si li brèf. Pa plis pase youn oswa 2 minit! Ou dwe ofri timoun piti ou la yon esplikasyon senp sou rezon ki fè li dwe pran tan pou kalme a. Pa egzanp, di “pa bay kou; tan pou kalme.” Pa atann pou timoun piti a sonje leson an tousuit. Kantite tan atansyon an dire a kout anpil nan laj sa a!
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, nan laj 18 mwa, timoun piti a ka toujou timid nan mitan moun li pa konnen ak lè li separe avèk ou.

Li itil pou rete ak timoun piti ou la nan premye moman yo nan anviwonman nouvo yo oswa ak moun nouvo. Atann pou konpòtman pa opozisyon ak kriz kòlè kontinye. Eseye pa reyaji ak kòlè. Li pi bon pou inyore kriz kòlè pandan w ap anpeche piti ou fè tèt li mal. Ofri li konfò oswa fache ap ankouraje li fè plis kòlè oswa plis move konpòtman. Distraksyon ak atire atansyon li sou yon lòt bagay ap toujou fonksyone. Ofri pitit ou lòt altènatif.

NITRISYON ak KONPÒTMAN NAN MANJE:

- * Lèt enpòtan pou kalsyòm ak vitamin D. Gen timoun ki ka nan risk pou yo twò gwo epi yo dwe chanje pou lèt ki pa gen anpil grès ladan. Ou dwe fè pitit ou bwè lèt ansanm ak repa li yo. Pou timoun ki pa kapab bwè lèt, ou dwe konnen lòt altènatif tankou lèt soja yo fòtifye ak vitamin D. Timoun piti ki pa bwè omwen 32 ons lèt fòtifye ak vitamin D chak jou ap bezwen vitamin D anplis. Si ou enkyete pitit ou pap pran ase vitamin D, yon miltivitamin oswa yon
- * 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 lèt (oswa menm yon gode ak kouvèti ki gen bèk ladan) oswa ji ap lakòz kavite nan dan pitit ou epi sa ka anpeche li aprann dòmi tout lannuit. Pa ba li bibwon ankò! Pou prèske tout timoun laj sa a, li pa nesesè pou ba li manje lannuit.
- * 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 an pou repa yo epi li dwe aprann itilize yon kiyè ak fouchèt.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, pitit ou ka sanble li pap manje ase. Pa enkyete depi kwasans pitit ou bon! Timoun piti grandi pi lantman pase tibebe. Nitrisyon nan dezyèm ane a gen pou wè ak KALITE, pa KANTITE. Òdinèman timoun piti pa manje tout bagay. Reflech sou “tout sa k ap fèt” la epi pa konsantre ou sou okenn repa anpatikilye oswa sou okenn jou anpatikilye. Apeti yo chanje chak jou epi yo varye dapre nivo aktivite timoun lan. Konsantre sou chwa manje ki bon pou sante ak konpòtman nan manje. Pa gen pwoblèm pou rete ak manje prefere a pandan yon peryòd tan kout (tankou youn oswa 2 semèn) depi ou kontinye ofri lòt altènatif epi ou ba li manje nouvo.

IJYÈN:

- * 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 bwose dan yo ak dlo sèlman oswa ou ka kòmanse itilize yon tikras patdantifris ki gen fliyori ladan yon fwa pa jou. Kòmanse aprann timoun piti ou pou li krache patdantifris la apre li bwose

- dan li. Pa eseye fè pitit ou rense bouch li ak dlo paske pifò timoun piti annik vale li. Si ou gen nenpòt enkyetid pou dan pitit ou, panse pou mennen li al wè yon dantis.
- * 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 rezèwva 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.
 - * Nan pwochen mwa k ap vini yo, l ap enpòtan pou idantifye yon dantis pou pitit ou. Mande ekip ki pran swen pitit ou a, si ou bezwen sijesyon.
 - * Gen timoun piti ki kapab apwoche yon etap enpòtan lè li gen laj 2 an. kòmanse montre timoun lan pwòprete (ale nan twalèt). Pa prese. Pa gen anpil timoun ki pare anvan laj 2 an. Anpil timoun pa aprann ale nan twalèt jiskaske yo gen 3 an. Siy ki fè konnen pitit ou ka pare se kapab paske li montre yon enterè, li kapab di ou li bezwen fè pipi oswa li bezwen fè pou pou ANVAN sa rive, epi li gen yon kouchèt sèch lematen. Anpil timoun piti remen gen pwòp “chèz twalèt” pa yo, ou kapab mete kèlkeswa kote yo ka ye a, pa nesesèman nan saldeben an. Lòt timoun, sitou sa ki gen frè ak sè ki pi gran, ka prefere kalite chèz twalèt ou kapab mete sou yon twalèt regilye. Pou plis enfòmasyon sou aprann ale nan twalèt poukont li, gade <http://www.healthychildren.org/English/ages-stages/toddler/toilet-training/Pages/default.aspx>.

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

>>>SANT POU KONTRWÒL 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 machin jiskaske yo gen laj 2 an. 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 fimèn nan kay la! Nou ankouraje anpil pou paran ki fimèn yo kite fimèn. Menm lafimèn ki sou rad ou, nan cheve ou, epi nan souf ou kapab afekte pitit ou. Mande nou enfòmasyon sou kijan pou sispann fimèn.

PWOCHEN VIZIT: laj 24 mwa (2 an) pou yon konsiltasyon/egzamen fizik epi, si li nesèsè, pou lòt pwoblèm, maladi, ak blesi.

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.18month.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