

FEYÈ ENFÒMASYON POU PARAN TIBEBE KI GEN LAJ 6 MWA

VAKSEN:

- * DTaP #3 – anpeche tibebe gen difteri, tetanòs (“maladi machwè sere”), ak koklich (“tous aspiran”). DTaP ka bay lafyèw ak doulè; asetaminofèn (Tylenol, Feverall, ak mak magazen an) kapab ede.
- * Polyo #3 – anpeche tibebe gen polyo, yon maladi viral grav ki lakòz paralizi.
- * Epatit B #3 – anpeche tibebe gen epatit B, yon viris ki bay enfeksyon nan fwa epi ki lakòz kansè nan fwa.
- * Hib #3 (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.
- * PCV-13 #3 – anpeche tibebe gen 13 kalite bakteri nemokosik, yon jèm ki bay enfeksyon grav, tankou menenjit, nemoni, ak enfeksyon nan san, epi lòt maladi ki pi kòmen tankou enfeksyon nan zòrèy.
- * Wotaviris #3 – ede anpeche tibebe gen wotaviris, yon viris ki bay dyare grav. Kounyeya, vaksen sa a pa egzijib pou gadri oswa lekòl, men li rekòmande anpil.
- * Influenza #1 (flou) – anpeche tibebe gen grip sezon, yon maladi viral grav (yo bay pandan sezon grip, òdinèman pandan mwa oktòb jiska mwa mas).

- * Nou ankouraje anpil pou manm fanmi k ap viv ak tibebe pran vaksen pou grip sezon ak pou koklich. Tanpri kontakte doktè prensipal ou.

DEVLÒPMAN ak KONSÈY SOU KI JAN POU JWE WÒL PARAN:

Pale/langaj:

- * Tibebe ki gen laj sa a souri epi yo ri tou yon jan pou yo ka reponn.
- * Tibebe ki gen laj sa a kòmanse fè son vwayèl (“ooh”) ak lòt bri tibebe fè. Gazouye se yon amizman!
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, tibebe ou la ka kòmanse gazouye plis epi li ka kòmanse fè son ki sanble ak son konsòn oswa di mo tankou “papa” (men san li pa konnen kisa yo vle di).

Motè

- * Kounyeya, pifò tibebe ka vire.
- * Gen anpil ladan yo ki ka chita avèk sipò.
- * Tibebe laj sa a kòmanse rale jwèt epi pran yo. Genyen k ap kòmanse transfere objè soti nan yon men pou mete yo nan lòt la.

- * Gen anpil ki kòmanse kapab sipòte kèk pwa sou janm yo.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, vè laj 9 mwa, tibebe ou la ka kòmanse rale epi leve kò li pou li kanpe.

Sosyal/jwe:

- * Tibebe laj sa a renmen imite son.
- * Yo kòmanse jwi jwèt tankou tchatcha, wondèl, jwèt ki fè kri pèsan, nounous, ak poupe. Nan laj sa a, tibebe mete jwèt nan bouch yo pou yo ka jwe ak jwèt yo epi yo manyen jwèt yo ak men yo. Pou ou ka jwe aktivman ak tibebe ou, itilize miwa, fè jimnastik atè, epi jwèt ki gen koulè vif pou yo kenbe.
- * Tibebe renmen tande mizik tou – chante pou tibebe ou! Li liv ki gen foto ladan ak tibebe ou la tou!
- * Gen tibebe k ap kòmanse amize yo lè y ap fè koukou.

Konpòtman:

- * Gen tibebe ki ka kòmanse pè moun yo pa konnen. Yo rele sa “anksyete pou moun yo pa konnen”. Pase yon ti tan ap ede tibebe ou la pandan tranzisyon, pa egzanp lè ou mennen li nan yon nouvo gadri.
- * Tibebe ap devlope pi bon abitud dòmi, lè ou itilize yon woutin. Mete tibebe ou la dòmi pandan je li klè oswa lè dòmi vle pran li, sou do li, epi nan yon bèso ki an sekirite nan menm lè a chak jou pou li fè kabicha ak lannwit. Eseye pou se pa nan machin sèlman oswa nan chèz pou pouse tibebe, li kabicha. Kòmanse eseye kreye yon sitiasyon kote dòmi ka pran pitit ou san li pa bezwen èd ou oswa yon sison oswa lòt èd. Pa ba li biwon sou kabann!
- * *Solve Your Child's Sleep Problems (Rezoud pwoblèm dòmi pitit ou)*, yon liv Dr. Richard Ferber ekri, kapab itil anpil pou ede ou aprann enfòmasyon sou abitud tibebe ak timoun piti genyen pou dòmi menm jan ak *Healthy Sleep Habits, Happy Child (Abitid dòmi ki bon pou lasante, Timoun kè kontan)* yon liv Dr. Marc Weissbluth ekri. Epi tou, eseye *Good Night, Sleep Tight (Bòn nwit, dòmi byen)*, yon liv Kim West ekri.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, vè laj 9-12 mwa, ou ka remake tibebe ou la kòmanse pè separe ak paran li oswa moun prensipal ki okipe li a.

NITRISYON ak KONPÒTMAN NAN MANJE:

- * Si w ap bay tibebe a tete toujou, se byen! Planifye pou ponpe epi stoke lèt manman an.
- * Kontinye itilize lèt manman oswa lèt nan bwat ki gen fè ladan jiskaske tibebe a gen laj ennan (1 an). Pitit ou dwe bwè apeprè 24 a 32 ons pa jou. Si li sanble li bezwen plis poutèt li grangou, kapab se paske li pa jwenn ase nan lòt kalite manje yo.

- * Li lè pou chanje bibwon pou gode. Bay tibebe a yon gode ki gen yon kouvèt ak bèk ki gen dlo ladan si tibebe a sanble li swaf. Tank ou chanje pou gode ki gen kouvèti ak bèk pi bonè, tank li pi fasil. Pa janm mete biwon oswa gode tibebe a nan aparèy mikwo-onn.
- * Ou dwe kòmanse bay tibebe ou 2 a 3 repa manje solid pou tibebe chak jou. Se yon bon moman pou kòmanse itilize yon chèz wo pou bay tibebe a manje.
- * Dyèt tibebe a dwe gen ladan sereyal (ki gen fè ladan), fwi, legim ak vyann. Vyann se pi bon sous fè pou yon tibebe, epi kounyeya se moman kote tibebe ou la bezwen jwenn anpil fè nan sa li manje yo. Fè enpòtan pou devlopman sèvo ak pou pwodiksyon globil wouj.
- * Tibebe bezwen fliyori pou dan li yo. 2 a 6 ons (oswa plis) dlo tiyo ki gen fliyori ladan pa jou bay tibebe ou la ase fliyori pou li ka gen dan ki an bòn sante. Li kapab jwenn sa nan dlo tiyo, dlo tiyo ki filtre, oswa lèt nan bwat ki prepare ak dlo tiyo. Dlo nan boutèy ka pa bay ase fliyori. Mande doktè tibebe ou oswa enfimyè a, si ou gen kesyon sou sa. Si dlo ou genyen an pa gen fliyori ladan, doktè ou ka ba ou yon preskripsyon pou gout fliyori. Epitou, lè dan tibebe ou la ap soti, ou dwe netwaye yo regilyèman lè li pral dòmi ak yon bwòsdan pou tibebe oswa ak yon ti sèvyèt. Dantis predyatri yo rekòmande pou itilize yon ti kantite patdantifris tou pitit ki gen fliyori ladan menm pou timoun piti.
- * Nan pwochen mwa k ap vini yo, nan laj 9 mwa, ou dwe etabli yon orè regilye ki gen 3 repa ladan chak jou epi kòmanse bay tibebe a goute nan mitan lajounen ak nan mitan apremidi. Kantite lèt manman ak lèt nan bwat la dwe diminye paske yo vin mwen enpòtan kòm sous pou nitrisyon. Ou dwe deja chanje bibwon an pou gode tibebe.

KESYON SEKIRITE:

- * Mande lòt moun èd si ou bezwen. Envite zanmi lakay ou oswa rantrè nan yon gwoup paran. Mande enfòmasyon sou resous ki itil si ou poukont ou. Ou kapab pale avèk nou konsènan sekirite ak enkyetid sosyal.
- * Toujou itilize yon gadyèn oswa yon moun ki gen matirite, ki fòme pou sa, epi ki reponsab pou okipe tibebe ou la
- * Pou tibebe a ka pa trangle, bay tibebe ou la manje ki moun anpil ak pire sèlman. Mete tout objè piti ak sache plastik lwen tibebe ou la.
- * Desann matla bèso a jis anba nèt lè tibebe ou la kòmanse kanpe. Itilize yon bèso ki gen ba, ki gen yon espas 2 3/8 pous oswa mwens ki separe yo. Lè tibebe ou nan bèso a, ou dwe monte bò ki kapab bese a. Sonje byen tibebe ki gen laj sis (6) mwa dwe toujou dòmi sou do pou redui risk ki genyen pou SIDS (lanmò nan bèso).
- * Pa itilize dra ki pa byen ajiste oswa nounous nan bèso a.

- * Panse pou itilize yon pak pou lè ou pa kapab kenbe tibebe ou la. Itilize yon pak ki fèt ak tisi ki tankou filè ki tise an kawo ki gen mwens pase $\frac{1}{4}$ pous ant yomenm.
- * Tibebe ou la ka vire kounyeya. Pa janm kite li poukont li sou yon sofa, kabann oswa tab ou abiye li.
- * Se lè sa a pou mete lakay ou an sekirite pou yon tibebe. Nou rele sa “pwoteksyon pou timoun”. Pitit ou ap kapab delapase epi rantr nan tout bagay toutalè. Medikaman, atik pou netwayaj, ti objè piti ki ka fè yo toufe (senk kòb wouj, agraf pou tache papyè, eksetera), bagay ki kapab kase, kòd elektrik ak priz elektrik, tout bagay sa yo sanble ak jwèt pou yon tibebe. Mete bagay sa yo nan bifèt ki fèmèn ak kle kote tibebe pa ka jwenn yo. Mande yon lis atik pou sekirite.
- * Mete tanperati aparèy pou chofe dlo a sou 120 degre F oswa pi ba pou anpeche tibebe yo boule. Pa bwè bwason cho pandan ou kenbe tibebe ou. Vire manch pwelon yo sou anndan lè w ap kuit manje sou tèt fou a. Pa kite fè cho kote tibebe ou la ka pran yo, epi etenn yo lè ou fin sèvi avèk yo.
- * Pa janm kite tibebe ou poukont li nan dlo pou benyen, pa menm nan yon chèn pou benyen oswa wondèl pou benyen.
- * Li egzijib pou gen yon chèn pou machin epi chèn la dwe vire devan-dèyè jiskaske tibebe a gen laj 2 an. Mitan chèn dèyè a se kote ki pi bon an.
- * Twotinèt ki gen wou gen DANJE ladan yo. Yo pa ede yon timoun aprann mache epi ou pa dwe itilize yo.
- * Enstale yon barye sekirite ki byen plase nan tout tèt eskalye kote pitit ou gen aksè. Pa mete sofa ak kabann pre ankadreman fenèt nan etaj anwo lakay ou.
- * Pa fimen nan kay la! Nou ankouraje anpil pou paran ki fimen yo kite fimen. Menm lafimen ki sou rad ou, nan cheve ou, ak nan respirasyon ou ka afekte sante ak devlopman pitit ou. Mande nou enfòmasyon sou kijan pou sispann fimen.
- * Chèche konnen si lakay ou gen penti ki gen plon ladan oswa si gen danje pou ekspozè ak plon. Mande mètkay la, si ou pa konnen. Mande nou si ou gen kesyon sou sa epi ou dwe fè nou konnen si ou bay tibebe ou la nenpòt remèd fèy oswa medikaman tradisyonèl, sitou si se aletranje remèd yo fèt.

PWOCHEN VIZIT: Laj 9 mwa pou yon konsiltasyon/egzamen fizik epi, si li nesèsè, pou lòt pwoblèm, maladi, ak blesi.

Nou va pale sou kijan pou etabli yon òganizasyon ak kijan pou aprann tibebe ou la pou li konpòte li byen, kijan pou kòmanse ba li nouvo manje epi pou etabli yon woutin lè pou manje, pou ede tibebe ou la aprann,

chèz pou sekirite nan machin, ak pi plis enfòmasyon konsènan sekirite lakay ou. Eseye panse a twa kesyon pou poze. Ekri yo epi 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.

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

Èd pou anpwazonnman: 1-800-222-1222

Enspeksyon chèz pou sekirite timoun: 1-866-SEATCHECK

Tcheke enfòmasyon American Academy of Pediatrics bay pou paran yo konsènan *Bright Futures (Avni Briyan)* nan:

<http://brightfutures.aap.org/pdfs/Visit%20Forms%20by%20Age%20110/6%20Month/A.Inf.PH.6month.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