

# Child Safety Checklist

Keep your home safe for babies and children. Share this checklist with anyone who cares for your child. **Keep emergency phone numbers, such as doctor, fire department, poison control (1-800-222-1222) and 911, close to the phone.** Teach your older children how and when to call 911 or other emergency phone numbers.

## Watch Your Child Closely

- Never leave your baby or young child alone:
  - ▶ at home
  - ▶ in a bathtub
  - ▶ in a car, even when your child is sleeping
  - ▶ on a raised surface such as a bed, changing table or sofa
- Do not leave your baby or young child alone with other children or pets

## Safety with Baby Care

- Do not let anyone drink hot liquids or smoke while holding your baby
- Place your baby on his or her back every time to sleep

# बाल सुरक्षा जाँचसूची

अपने घर को शिशुओं और बच्चों के लिए सुरक्षित बनाएँ। आपके बच्चे की देखभाल करने वाले किसी भी व्यक्ति को यह चैक लिस्ट दें। आपातकालीन फोन नंबर, जैसे कि डॉक्टर, अग्नि शमन विभाग, विष नियंत्रण (1-800-222-1222) और 911, फोन के नज़दीक रखें। अपने बड़े बच्चों को यह सिखाएँ कि 911 या अन्य आपातकालीन फोन नंबरों पर कब और कैसे फोन करना है।

## अपने बच्चे की ध्यानपूर्वक निगरानी करें

- अपने शिशु या छोटे बच्चे को अकेला न छोड़ें:
  - ▶ घर पर
  - ▶ एक बाथटब में
  - ▶ कार में, तब भी जब आपका बच्चा सो रहा हो
  - ▶ एक ऊँची सतह पर जैसे कि बिस्तर, चेंजिंग टेबल या सोफा पर
- अपने शिशु या छोटे बच्चे को अन्य बच्चों या जानवरों के साथ अकेला न छोड़ें।

## बच्चे की देखभाल के साथ सुरक्षा

- अपने बच्चे को उठाए हुए किसी व्यक्ति को गरम तरल पदार्थ न पीने दें या सिगरेट न पीने दें।
- बच्चे को सुलाने के लिए हर बार पीठ के बल लिटाएँ।

- Do not lay your baby on a waterbed, pillow or other soft surface that could suffocate him or her.
- Never prop a bottle during a feeding.

### **Clothing Safety**

- Remove drawstrings in clothing.
- Use flame retardant sleepers and pajamas.
- Do not put necklaces, rings or bracelets on babies.
- Never tie a ribbon or cord around your baby's neck to hold a pacifier.

### **Nursery and Equipment Safety**

- Buy baby furniture with the Consumer Product Safety Commission (CPSC) or the Juvenile Products Manufacturers Association (JPMA) label.
  - ▶ Choose a crib with slats no more than 2 3/8 inches apart and railing that measure 26 inches high from the mattress frame. Be sure the adjustable side rail latches securely when up.
  - ▶ Choose playpens that have mesh with less than 1/4 inch spaces. Make sure the material is securely attached to the top rail and bottom.
- Use a crib mattress that fits snugly.

- अपने बच्चे को कभी पनगढ़े (वॉटर बेड), सिरहाने या अन्य नरम सतहों पर न लिटाएँ जिनमें उसके दम घुट जाने का खतरा हो।
- दूध पिलाते समय कभी बोतल को कहीं टिकाएँ नहीं।

## कपड़ों की सुरक्षा

- कपड़ों में से नाड़ा निकाल दें।
- अग्नि रोधी सोने के कपड़े और पाजामों का इस्तेमाल करें।
- शिशुओं को कभी हार, अंगूठियाँ या कंगन न पहनाएँ।
- शमक को अपनी जगह पर टिकाने के लिए कभी भी अपने शिशु के गले में एक रिबन या तार न बाँधें।

## नर्सरी (बच्चे का कमरा) और उपकरणसुरक्षा

- ग्राहक उत्पाद सुरक्षा आयोग (CPSC) या बाल-उत्पाद उत्पादक संघ (JPMA) के लेबल वाला फर्नीचर ही खरीदें।
  - ▶ एक ऐसे लकड़ी की पट्टी वाले बिस्तर का चयन करें जो 2 3/8 इंच से अधिक दूर न हों और जिसकी रेलिंग का माप गढ़े के फ्रेम से 26 इंच ऊँचा हो। सुनिश्चित करें कि समायोजित होने वाली साइड रेल कुंडियाँ जब ऊपर उठी हों तो पूरी तरह बन्द हों।
  - ▶ ऐसी प्लेपेन का चयन करें जिसमें 1/4 इंच से कम जगह वाली जाली लगी हो। सुनिश्चित करें कि उसका कपड़ा पूरी तरह से ऊपर और नीचे की रेलिंग के साथ जुड़ा हुआ हो।
- बिस्तर में ऐसे गढ़े का उपयोग करें जो कि सुरक्षित ढंग से फिट बैठता हो।

- Never place pillows, padding, bumpers, toys or other items in your baby's crib. Babies can suffocate on these items
- Do not use baby walkers. Each year babies are seriously injured from falls while in walkers

## **Safety in All Rooms of the House**

- Put safety latches on all cabinets and drawers that contain sharp or breakable objects, chemicals or medicines.
- Put outlet covers on all electrical outlets.
- Put a baby gate at the top and bottom of all stairways.
- Cover corners and sharp edges of furniture with corner protectors.
- Keep items such as electrical cords and plants out of children's reach.
- Put screens around fire places, hot radiators, stoves, kerosene or space heaters.
- Lock or latch windows properly. Keep blind and drapery cords wrapped and out of reach to prevent accidental hanging.

## **Kitchen Safety**

- Keep hot drinks and foods, knives, cleaning products, plastic bags, and electrical objects out of children's reach.
- Keep pot handles facing inward on the stove.
- Choose a high chair with a wide sturdy base and a tray table that attaches to both sides. Use the safety strap to hold your baby securely in the chair. Keep the chair away from the stove, windows and counters where unsafe items can be pulled off.

- अपने बच्चे के पालने में सिरहाने, पैड, बम्पर, खिलौने या अन्य पदार्थ कभी न छोड़ें। इन चीजों में बच्चे का दम घुट सकता है।
- बेबी वॉकरों का इस्तेमाल न करें। हर साल बच्चों को वॉकर में होने पर गिरने से गंभीर रूप से चोट लगती है।

## घर के सभी कमरों में सुरक्षा

- ऐसी सभी अलमारियों और दराज़ों में सुरक्षा कुंडियाँ लगवाएँ जिनमें तीखे या टूटने वाला सामान, रसायन या दवाईयाँ रखी हों।
- सभी विद्युत निकासों पर निकास कवर लगाएँ।
- सभी सीढियों के ऊपरी ओर और निचले हिस्से पर बेबी गेट लगवाएँ।
- फर्नीचर के कोनों और तीखे किनारों को कॉर्नर प्रोटेक्टर से ढक दें।
- बिजली की तारों और पौधों जैसी चीजों को पहुँच से बाहर रखें।
- फायर प्लेस, गरम रेडियेटर, स्टोव, कैरोसीन या स्पेस हीटर्स के आस-पास स्क्रीन लगाएँ।
- खिड़कियों को अच्छी तरह से ताला या कुंडी लगाएँ। ब्लाइंड्स और पर्दों की तारों को बांध कर और बच्चों की पहुँच से दूर रखें ताकि दुर्घटनावश लटकने से बचा जा सके।

## रसोईघर की सुरक्षा

- गरम पेय पदार्थों, चाकूओं सफाई करने वाले उत्पादों, प्लास्टिक बैगों, और बिजली के उपकरणों को बच्चों की पहुँच से दूर रखें।
- स्टोव पर केतली के हैंडलों को अन्दर की तरफ कर के रखें।
- एक ऐसी ऊँची कुर्सी का चयन करें जिसका आधार मजबूत हो और उसमें एक ऐसी ट्रे टेबल हो जो दोनों ओर से जुड़ी हो। अपने बच्चे को उस कुर्सी में सुरक्षित रूप से बिठाने के लिए सुरक्षात्मक फीते का उपयोग करें। कुर्सी को स्टोव, खिड़कियों और काउंटर से दूर रखें जहां असुरक्षित चीजे खींची जा सकती हैं।

## Water Safety

- Adjust the temperature on the water heater to 120 degrees Fahrenheit or less.
- Check that the bath water is warm, not hot, before putting your baby or young child in the water. Use only a small amount of water in the bathtub.
- Use a baby tub for at least the first 5 months. Then use a tub seat when your baby is able to sit without help.
- Never leave your baby or young child alone in the bathtub, hot tub or backyard pool – even for a second.** If the telephone or doorbell rings, ignore it or take your child with you to answer it. Young children can drown very quickly in a small amount of water.

## Medicine Safety

- Store medicines and vitamins out of children's reach in a locked drawer or cabinet.
- Never give home remedies or medicine to your child without first checking with a doctor.
- Check with a doctor or pharmacist for the right medicine dose for your child's age or weight.

## पानी से सुरक्षा

- पानी के हीटर का तापमान 120 डिग्री फारेनहाइट या उससे कम रखें।
- अपने शिशु या छोटे बच्चे को पानी में डालने से पहले जाँच लें कि नहाने का पानी कुनकुना है पर गर्म नहीं।  
बाथटब में केवल थोड़े सा पानी का इस्तेमाल करें।
- कम से कम शुरूआत के 5 महीने में बेबी टब का इस्तेमाल करें। और फिर जब आपका बिना सहारे के बैठना शुरू कर दे तो एक टब सीट का इस्तेमाल करें।
- अपने शिशु या छोटे बच्चे को बाथटब, गर्म टब या बैकयार्ड पूल में कभी अकेला न छोड़ें - एक सेकंड के लिए भी नहीं। यदि टेलीफोन या दरवाजे की घंटी बजे तो उसे नज़रअंदाज कर दें या उसका जवाब देने के लिए अपने बच्चे को साथ ले जाएँ। छोटे बच्चे थोड़े से पानी में भी बहुत जल्दी डूब सकते हैं।

## दवाईयों की सुरक्षा

- दवाईयों और विटमिनो को बच्चे की पहुंच से दूर एक तालाबन्द दराज़ या अलमारी में रखें।
- अपने बच्चे को पहले डॉक्टर से जाँच किये बिना घरेलू नुस्खे या दवाईयाँ न दें।
- अपने शिशु की आयु और वजन के मुताबिक दवा की उपयुक्त खुराक के बारे में एक डाक्टर या औषधि विक्रेता से बात करें।



## **Toy Safety**

- Always buy flame resistant, washable, non-toxic toys.
- Check toys to be sure they are for the right age for your child.
- Keep small objects, balloons, and plastic bags away from your baby or young child. If objects can fit into a toilet paper roll, they are too small for your baby or young child.
- Teach your child to wear a bike helmet when using a bike, scooter, skateboard and other wheeled toys. Helmets reduce the risk of serious head injury.

## **Car Safety**

- Always use approved child safety seats for your child's age and weight. Place babies in a rear-facing seat until 2 years old or until they reach the highest height and weight allowed by the manufacturer – usually about 35 pounds.
- Install safety seats in the back car seat.
- Check with your local children's hospital, health department or fire department to have someone check that the seat is in the car the right way.
- Never hold a baby or child on your lap while riding in a car or truck.
- Everyone in the car should wear a seat belt.

## खिलौनों की सुरक्षा

- हमेशा आग रोधी, धोएँ जा सकने योग्य, विष रहित (नॉन टॉक्सिक) खिलौने ही खरीदें।
- खिलौने आपके बच्चे की उम्र के मुताबिक सही हों यह निश्चित करने के लिए जांच लें।
- छोटी चीजों, गुब्बारे और प्लास्टिक बैगों को अपने शिशु या छोटे बच्चे की पहुंच से दूर रखें। यदि कोई चीज टायलेट पेपर रोल में फिट बैठती है तो वह आपके शिशु या छोटे बच्चे के लिए बहुत छोटी है।
- अपने बच्चे को एक बाइक हेलमेट पहनना सिखाएँ जबकि एक साइकिल, स्कूटर, स्केटबोर्ड और पहिए वाले अन्य खिलौनों का इस्तेमाल कर रहे हों। हेलमेट पहनना गंभीर सिर की चोटों के खतरे को कम करता है।

## कार की सुरक्षा

- हमेशा अपने बच्चे की आयु और वजन के मुताबिक अनुमोदित बाल सुरक्षा सीटों का इस्तेमाल करें। शिशुओं को पीछे की तरफ मुँह वाली सीटों पर बिठाएँ जब तक कि बच्चा 2 साल का या निर्माता द्वारा बताई गई उच्चतम लम्बाई और वजन तक न पहुंच जाएँ।
- कार की पिछली सीट पर सुरक्षा सीटों को लगाएँ।
- गाड़ी में सीट सही तरीके से रखी गई है इसकी जांच अपने बच्चों के स्थानीय अस्पताल, स्वास्थ्य विभाग या अग्नि शमन विभाग के किसी प्रतिनिधि से कराएँ।
- गाड़ी या ट्रक में सफर करते समय एक शिशु या बच्चे को अपनी गोद में कभी न बिठाएँ।
- कार में बैठे हरेक व्यक्ति को सीट बेल्ट पहननी चाहिए।

## **Fire Prevention**

- Keep matches and lighters out of your child's reach.
- Install smoke alarms on every floor of your home. Be sure to place alarms near rooms where you and your children sleep.
- Check smoke alarm batteries each month and change them every six months.
- Plan more than one escape route from each room in the house and pick a place for everyone to meet outside. Practice this plan with your children.
- Teach your child about fire safety.

## **Other Safety Measures**

- Carbon monoxide (CO) is a colorless, odorless gas that can kill. Install a CO detector on each floor of your home. CO comes from unvented space heaters, blocked chimneys, leaking furnaces, gas water heaters, wood or gas stoves, gasoline powered equipment such as generators and car exhaust from attached garages.
- Contact your local health department to learn about lead poisoning dangers if you live in a home or use a daycare that was built before 1978. Painted toys or furniture that are older or come from another country may also have lead in them. Children under 6 years old are at the most risk for lead poisoning.
- Keep guns and other firearms out of your home. If they must be in the home, unload them and put them in a locked place. Keep the keys out of children's reach. Store the gun in a separate place from the bullets.

## अग्नि से बचाव

- माचिस और लाइटरो को बच्चे की पहुंच से दूर रखें।
- अपने घर की प्रत्येक मंजिल पर स्मोक अलार्म लगवाएँ। जहाँ आप और आपका बच्चा सोते हैं उन कमरों के पास अलार्म लगवाना सुनिश्चित करें।
- स्मोक अलार्म की बैटरियों को हर महीने जांचें और उन्हें हरेक छह महीनों पर बदल दें।
- घर के प्रत्येक कमरे से बचकर निकलने के लिए एक से ज़्यादा रास्ते रखने की योजना बनवाएँ और हरेक के बाहर मिलने के लिए एक जगह निर्धारित करें। अपने बच्चों के साथ इस योजना का अभ्यास करें।
- अपने बच्चे को अग्नि सुरक्षा के बारे में शिक्षित करें।

## अन्य सुरक्षा उपाय

- कार्बन मोनोक्साइड (CO) एक रंगहीन, गंधहीन गैस है जो मार सकती है। अपने घर की प्रत्येक मंजिल पर CO डिटेक्टर लगवाएँ। CO वायु न निकल सकने के मार्ग वाले स्पेस हीटरो, रूकी हुई चिमनियों, लीक होने वाली भट्टियों, गैस वॉटर हीटरो, लकड़ी या गैस हीटरो, जुड़े हुए गैरेजों में गैसोलीन से चलने वाले उपकरणों जैसे कि जेनेरेटर और कार निकासों से आती है।
- यदि आप 1978 से पूर्व निर्माण हुए एक घर में रहते हैं या एक डेकेयर का उपयोग करते हैं तो सीसे से होने वाली विषक्तता के खतरों के बारे में जानने के लिए अपने स्थानीय स्वास्थ्य विभाग से सम्पर्क करें। रंगे हुए खिलौने और फर्नीचर जो पुराने हैं या दूसरे देश से आए हैं उनमें भी सीसा हो सकता है। 6 साल से छोटे बच्चों को सीसे से विष फैलने का सबसे ज़्यादा खतरा होता है।
- बन्दूकों और अन्य हथियारों को अपने घर से दूर रखें। यदि उनका घर में रहना ज़रूरी है तो उन्हें खाली करें और एक तालाबन्द स्थान में रखें। चाबियों को बच्चों की पहुंच से दूर रखें। बन्दूक को गोलियों से अलग स्थान पर रखें।

- Consider taking an infant/child CPR course and first aid class.
- Teach your child how to cross the street safely.
- Put sunscreen on your child. Put a hat on babies less than 6 months old.

**Talk to your children’s doctor or nurse if you have any questions or concerns about their safety.**

2006 – 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org) for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Wexner Medical Center at The Ohio State University, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children’s Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

- शिशु/बच्चे के लिए CPR कोर्स और प्राथमिक उपचार कक्षा लेने पर विचार करें।
- अपने बच्चे को सुरक्षित ढंग से सड़क पार करना सिखाएँ।
- अपने बच्चे को सनस्क्रीन लगाएँ। 6 महीने तक के बच्चों को हैट लगाएँ।

यदि आपके बच्चों की सुरक्षा संबंधी कोई प्रश्न या चिंताएं हों तो अपने बच्चों के डाक्टर या नर्स से बात करें।

2006 – 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org) for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Wexner Medical Center at The Ohio State University, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Child Safety Checklist. Hindi.