

Je, nitajuaje kama mtoto wangu anasongwa na pumzi tu au anasongwa shingoni?

Watoto wachanga na watoto wanaotembea wanaweza kusongwa kwa urahisi kwa sababu njia zao za hewa ni ndogo na bado wanajifunza kula.

Hapa kuna baadhi ya vidokezo vya kuzuia kusongwa:

Muda wote mwangalie mtoto wako anapokula au kunywa

Muulize mtoto wako kukaa chini anapokula au kunywa

Usisaidie ikiwa mtoto wako anasongwa na pumzi; inaweza kusababisha kusongwa. Mwache atatue tatizo mwenyewe.



Ondoa mifupa na ngozi kutoka kwenye nyama na samaki



Ili kufikia mwongozo kamili wa kidijitali 'Kuanza Kuanzisha Chakula Kigumu' hadi Kupikia Familia Nzima' tembelea melton.vic.gov.au/startingsolids au changanua msimbo wa QR



Toa njugu au mbegu
zilizosagwa, kupondwa au
kutengenezwa kuwa aina siagi
(zisizo nzima)

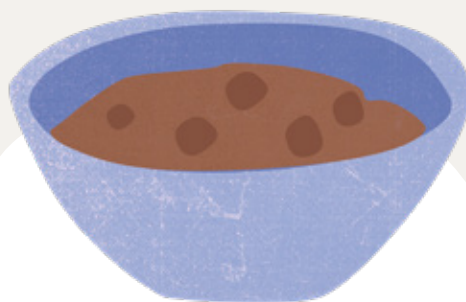
Sambaza siagi (kama siagi
ya karanga) katika tabaka
nyembamba



Daima tumia kamba za
usalama wakati mtoto
wako yuko kwenye
kiti cha juu



Kata matunda na mboga
ndogo za mviringo kwa urefu
wa nusu (bluberi, zabibu,
nyanya za cherry, njegere)



Fanya matunda na mboga
ngumu ziwe salama kwa
kusugua, kupika au kuziponda

Ishara za kusongwa na pumzi:

Uso wa mtoto wako unaweza kubadilika na kuwa mwekundu sana



Mtoto wako anaweza kufungua mdomo wake, kusukuma ulimi wake nje na kukohoa



Mtoto wako atatoa **sauti kubwa**

Kusongwa na pumzi ni jambo la kawaida na husaidia kuzuia kusongwa halisi.

KUMBUKA:

→ kubwa na nyekundu, ziache ziende mbele.

→ kimya na bluu, anahitaji msaada kutoka kwako.

IKIWA MTOTO WAKO ANASONGWA, ANAHITAJI MSAADA WAKO MARA MOJA.

Dalili za kusongwa:

Uso wa mtoto wako unaweza kugeuka kuwa bluu



Mtoto wako **atanyamaza** na kutotoa sauti

Kusongwa si jambo la kawaida na ni hatari.



Kwa habari zaidi, tembelea:

Kuzuia Kusongwa & Hatari: Watoto | Mtandao wa Kulea Watoto



Kwa habari zaidi, tembelea:

Huduma ya kwanza kuzuia kusongwa kwa watoto wachanga: kwenye picha | Mtandao wa Kulea Watoto



Kwa habari zaidi, tembelea:

Kuzuia kusongwa na hatari za kusongwa | Mtandao wa Kulea Watoto