မွေးကင်းစ ကလေးများ- အစကတည်းက ဘေးကင်းစွာ ကားစီးပါ

သင့်မွေးကင်းစ ကလေးအတွက် ကားထိုင်ခုံကို ပထမဆုံးတပ်ဆင်ရန် အကြံပြုချက် 10 ချက်

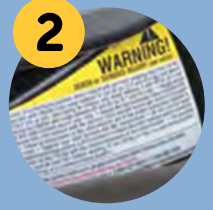
OHSU

DOERNBECHER CHILDREN'S Hospital

1 2 နှစ်

အော်ရီဂွန်ပြည်နယ် ဥပဒေများအရ **ပေါင် 40အောက်ကလေးများ**သည် သိုင်းကြိုးပါသော ကားထိုင်ခုံကို အသုံးပြုရမည်ဖြစ်ပြီး အသက် 2 နှစ်မပြည့်မချင်း **အနောက်ဘက်သို့ မျက်နှာမူ၍** ထိုင်ရမည်။

2



သင့်ကလေးသည် ကားထိုင်ခုံ၏ **အရပ်အမြင့်နှင့် ကိုယ်အလေးချိန် ကန့်သတ်ချက်နှင့်** ကိုက်ညီကြောင်း သေချာပါစေ။

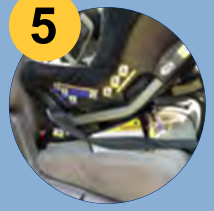
3

မျှော်လင့်ထားသော အဆင့်တွေက ဘာလဲ။
အနည်းဆုံး အလေးချိန် **4 ပေါင်နှင့်အောက်ရှိသော** ကားထိုင်ခုံကို ရွေးချယ်ပါ။

4

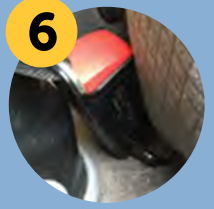
နောက်ဘက်မျက်နှာမူသည့် ကားထိုင်ခုံကို ရှေ့ပိုင်း လေအိတ်၏ အရှေ့တွင် **ဘယ်တော့**မှ မထားပါနှင့်။

5



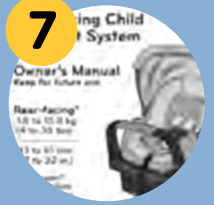
အနည်းဆုံး အသက် 13 နှစ်မပြည့်မချင်း သင့်ကလေးအတွက် ဘေးအကင်းဆုံးနေရာမှာ **အနောက် ထိုင်ခုံ** ဖြစ်သည်။

6



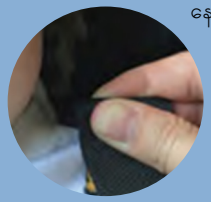
ကားထိုင်ခုံ ခါးပတ်သို့မဟုတ် သော့အိမ်ကို သုံးပြီးအနောက် ထိုင်ခုံတွင်နောက်ဘက်မျက်နှာမူသော ကားထိုင်ခုံကို အမြဲတပ်ဆင်ပါ။

7



သင့်ကားထိုင်ခုံသည် မှန်ကန်သော နောက်မှီထောင့်အနေအထားတွင် ရှိကြောင်း သေချာပါစေ။ ၎င်းအတွက် အပြင် အခြား အရေးပါသော အချက်အလက်များကို သိရှိရန်ကား **ပိုင်ရှင် လက်စွဲစာအုပ်ကို စစ်ဆေးပါ။**

8



သိုင်းကြိုးကို လျော့ရဲမနေစေရန် **အံဝင်ခွင်ကျတပ်ဆင်ပါ။** ပုခုံးနေရာတွင် သိုင်းကြိုး ရှည်နေ၍ လက်ဖြင့် ခေါက်နိုင်သည့် အခြေအနေမျိုး **မဖြစ်ရပါ။**

9

နောက်ဘက်မျက်နှာမူသည့် ထိုင်ခုံများတွင် သိုင်းကြိုးသည် ပခုံး**နေရာတွင်ဖြစ်စေ၊ ယင်းအောက်တွင်ဖြစ်စေ** ရှိနေရမည်။

10

ရင်ဘတ်ချိတ်ကို လည်ပင်းနှင့် ဝေးဝေးထားပြီး **ဂျိုင်းအောက်**တွင်ထားပါ။

DCH 3079927 1/21

မေစရာ ရှိပါသလား။ **OHSU Doernbecher** ဘေးကင်းရေး စင်တာက ကူညီနိုင်ပါသည်။ သင့်ကားထိုင်ခုံကို အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ရ ကလေးခရီးသည် ဘေးကင်းရေး ကျွမ်းကျင်သူက စစ်ဆေးရန်အတွက် ရက်ချိန်းစီစဉ်ရန် ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

OHSU Doernbecher ဘေးကင်းရေး စင်တာ
503-418-5666 I safety@ohsu.edu
www.doernbecher.com/carseatoutreach

ခုံမြှင့်ထိုင်ခုံများသည် ကလေးကြီးများအတွက် ဖြစ်ပါသည်

သင့်ကလေးနှင့်အတူ ဘေးကင်းစွာ ခရီးသွားရန် အဆင့် 6 ဆင့်

OHSU

DOERNBECHER CHILDREN'S Hospital

1

ခုံမြှင့်ထိုင်ခုံများသည် **ပေါင် 40** ကျော်သော ကလေးများ သို့မဟုတ် ရှေ့ဘက်မျက်နှာမူသော ကားထိုင်ခုံအတွက် ကိုယ်အလေးချိန် ကန့်သတ်ချက် ရောက်နေသော ကလေးများ အတွက် ဖြစ်ပါသည်။

2

ပေါင်သိုင်းခါးပတ်**ကို အောက်ချပြီး ပေါင်ပေါ်တွင် ချပ်ချပ်ရပ်ရပ် ပတ်ပါ။**

3

ပုခုံးသိုင်းခါးပတ်ကို **ရင်ဘတ်ပေါ်ဖြတ်၍** သိုင်းပါ။

4

ပေါင်းသိုင်းခါးပတ်သာ ပါသော ခုံမြှင့်ထိုင်ခုံကို **ဘယ်တော့မှ အသုံးမပြုပါနှင့်။**

5

လူကြီးထိုင်ခုံခါးပတ်ဖြင့် မှန်ကန်စွာ အံဝင်ခွင်ကျ မ ပတ်နိုင်မချင်း ကလေးများသည် ခုံမြှင့်ထိုင်ခုံကို ဆက်လက် အသုံးပြုသင့်သည်။

6

အနည်းဆုံး အသက် 13 နှစ်မပြည့်မချင်း သင့်ကလေးအတွက် ဘေးအကင်းဆုံးနေရာမှာ အနောက် ထိုင်ခုံ **ဖြစ်သည်။**

မေစရာ ရှိပါသလား။ **OHSU Doernbecher** ဘေးကင်းရေး စင်တာက ကူညီနိုင်ပါသည်။ သင့်ကားထိုင်ခုံကို အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ရ ကလေးခရီးသည် ဘေးကင်းရေး ကျွမ်းကျင်သူက စစ်ဆေးရန်အတွက် ရက်ချိန်းစီစဉ်ရန် ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

OHSU Doernbecher ဘေးကင်းရေး စင်တာ
503-418-5666 I safety@ohsu.edu
www.doernbecher.com/carseatoutreach

DCH 21369511 1/21

သူတို့က ထိုင်ခုံခါးပတ်အတွက် သင့်ဖြစ်ပြီလား။

အောက်ပါ မေးခွန်းငါးခုအတွက် “ဟုတ်သည်” ဟု ဖြေဆိုပြီး အဖြေရှာပါ။

DOERNBECHER CHILDREN'S Hospital

OHSU

1

သင့်ကလေးသည် **ပျော့တိ ပျော့ခွေ မနေဘဲ** ကားထိုင်ခုံ ပေါ်တွင် ကျောမှီကာ ထိုင် နိုင်နေပြီလား။

2

သင့်ကလေးသည် ပုခုံးသိုင်း ခါးပတ်ကို **သူ သို့မဟုတ် သူမ၏ ပုခုံးနှင့် ရင်ဘတ် တွင် နေရာတကျထားရှိပြီး ထိုင်နိုင်နေပြီလား။**

3

သင့်ကလေးသည် ၎င်း၏တင်ပါးနှင့် ကျော ကို ကားထိုင်ခုံ၏ နောက်မှီ တွင် မှီထားလျက် **ထိုင်ခုံ၏ အစွန်းတစ်ဖက်တွင် ဒူး ကွေး၍**ထိုင်နိုင်နေပြီလား။

4

သင့်ကလေးသည် ပေါင် သိုင်းခါးပတ်ကို **အောက် ချပြီး ပေါင်အပေါ်ပိုင်းကို ချပ်ချပ်ရပ်ရပ် ပတ်ကာ ထိုင်နိုင်နေပြီလား။**

5

သင့်ကလေးသည် ကားစီး နေချိန် တစ်လျှောက်လုံး **အနေအထား မှန်ကန်စွာဖြင့် သက်သောင့်သက်သာ ထိုင် နိုင်နေပြီလား။**

အနည်းဆုံး အသက် 13 နှစ် မပြည့်မချင်း သင့်ကလေး အတွက် ဘေးအကင်းဆုံး နေရာမှာ အနောက် ထိုင်ခုံ ဖြစ်သည်။

မေစရာ ရှိပါသလား။ **OHSU Doernbecher** ဘေးကင်းရေး စင်တာက ကူညီနိုင်ပါသည်။ သင့်ကားထိုင်ခုံကို အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ရ ကလေးခရီးသည် ဘေးကင်းရေး ကျွမ်းကျင် သူက စစ်ဆေးရန်အတွက် ရက်ချိန်းစီစဉ်ရန် ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

OHSU Doernbecher ဘေးကင်းရေး စင်တာ
503-418-5666 I safety@ohsu.edu
www.doernbecher.com/carseatoutreach

DCH 21369538 1/21

အမြဲ ဘေးကင်းစွာ ကားစီးရန်အတွက် အကြံပြုချက် 10 ချက်

ကားထိုင်ခုံ 4 ခုံတွင် 3 ခုံကို အသုံးပြုထားသည့် ပုံစံမှာ မှားယွင်းနေပါသည်...သင်လည်း မှားနေပါသလား။

OHSU

DOERNBECHER CHILDREN'S Hospital

2 နှစ်

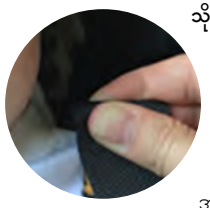
အော်ရီဂွန်ပြည်နယ် ဥပဒေအရ အသက် 2 နှစ်မပြည့်မချင်း ကားထိုင်ခုံတွင် **အနောက်ဘက် သို့ မျက်နှာမူ၍** ထိုင်ကာ လိုက်ပါစီးနင်းရမည်။

သင့်ကလေးသည် ကားထိုင်ခုံ၏ သတ်မှတ် **အရပ် အမြင့်နှင့် အလေးချိန် ကန့်သတ်ချက်များ**နှင့် ကိုက်ညီကြောင်း သေချာပါစေ။

40 ပေါင်

အော်ရီဂွန်ပြည်နယ် ဥပဒေများအရ **ပေါင် 40 အောက်** ကလေးများသည် သိုင်းကြိုးပါသော ကားထိုင်ခုံကို အသုံးပြုရမည်။

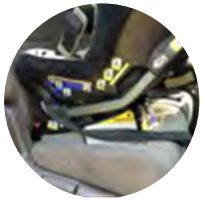
ကားထိုင်ခုံ ခါးပတ် သို့မဟုတ် သော့အိမ်ကို သုံးပြီး **အနောက် ထိုင်ခုံ** တွင် ကားထိုင်ခုံများကို အမြဲတပ်ဆင်ပါ။



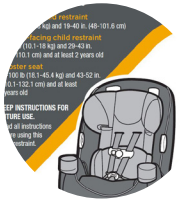
သိုင်းကြိုးကို လျှော့ရဲမနေ စေရန် အံဝင်ခွင်ကျတပ်ဆင်ပါ။ ပုခုံးနေရာတွင် သိုင်းကြိုး ရှည်နေ၍ လက်ဖြင့် **ခေါက်နိုင်သည့်** အခြေအနေမျိုး **မ**ဖြစ်ရပါ။

အနောက်သို့ မျက်နှာမူထားသော ကားထိုင်ခုံတွင် သိုင်းကြိုးများသည် ပုခုံး **တွင်ဖြစ်စေ၊ ပုခုံးအောက် တွင်ဖြစ်စေ ရှိရမည်ဖြစ်ပြီး** အရှေ့သို့ မျက်နှာမူထားသော ကားထိုင်ခုံများတွင်မူ ပုခုံး**တွင်ဖြစ်စေ၊ ပုခုံးအထက် တွင်ဖြစ်စေ ရှိရပါမည်။**

ရင်ဘတ်ချိတ်ကို လည်ပင်းနှင့် ဝေးဝေး ထားပြီး **ကျိုင်းအောက်** တွင်ထားပါ။



အနည်းဆုံး အသက် 13 နှစ်မပြည့်မချင်း သင့်ကလေးအတွက် ဘေးအကင်းဆုံးနေရာ **မှာ အနောက် ထိုင်ခုံ** ဖြစ်သည်။



သင့်ကားထိုင်ခုံနှင့် ယာဉ်ထုတ်လုပ်သူတို့၏ **လမ်းညွှန်ချက်များကို အ**မြဲလိုက်နာပါ။

နောက်ဘက်မျက်နှာမူ သည့် ကားထိုင်ခုံကို ရှေ့ပိုင်း လေအိတ်၏ အရှေ့တွင် ဘယ်တော့မှ မထားပါနှင့်။

မေစရာ ရှိပါသလား။ OHSU Doernbecher ဘေးကင်းရေး စင်တာက ကူညီနိုင်ပါသည်။ သင့်ကားထိုင်ခုံကို အသိအမှတ်ပြုလက်မှတ်ရ ကလေးခရီးသည် ဘေးကင်းရေး ကျွမ်းကျင်သူက စစ်ဆေးရန်အတွက် ရက်ချိန်းစီစဉ်ရန် ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။

OHSU Doernbecher ဘေးကင်းရေး စင်တာ
503-418-5666 I safety@ohsu.edu
www.doernbecher.com/carseatoutreach

DCH 21369484 1/21