

# Barnets säkerhet och trygghet när det är 0–3 månader

## Sömn och säng

Ett litet barn sover tryggast på rygg.  
Håll barnet varmt.  
Kolla att barnet kan röra på sina händer.

Täck inte barnets ansikte.  
Det är säkrare för barnet  
att sova i sin egen säng  
än i föräldrarnas säng.

Sängen ska stå stadigt.  
Var extra försiktig med gamla vaggor  
som kan gunga.  
De kan vara farliga.  
Kolla alltid att en gammal säng är säker.  
Sängen får inte ha sådana delar  
som barnet kan skada sig på.

Kolla också att barnet inte kan  
fastna i sängkläderna eller bli i kläm.  
Det får inte finnas plast i en spjäsäng.  
Om du hänger leksaker (mobiler) ovanför sängen  
ska de hänga så högt uppe  
att barnet inte kan nå dem.



## Skötbordet

Det är tryggast att byta blöjor på golvet.  
Om du byter blöjor på ett skötbord  
ska du alltid hålla i barnet.  
Se till att allt du behöver finns nära dig  
när du byter blöja eller klär på barnet på skötbordet.  
Barnet kan plötsligt vända sig.  
Då finns det risk för att det faller i golvet.

Skötbordet ska stå stadigt.  
Bordet ska ha kanter i huvudändan  
och på båda sidorna.  
Lämna aldrig barnet ensamt på skötbordet.



## Vagnen

Vagnen ska vara hållbar  
och trygg att använda.  
Hjulen ska vara stadiga.  
Fäst reflexer på vagnen.  
Använd alltid bromsen  
när vagnen står stilla,  
eller när du inte håller i handtaget.  
När barnet ligger i vagnen  
ska det ha kläder som är lagom varma.

## Bad

När du badar barnet ska du ha allt du behöver nära dig. Kontrollera noggrant att vattnet är lagom varmt. Badvattnet ska vara cirka 37 grader.

Fyll badkaret med vatten innan du lägger barnet i badkaret. Håll din egen hand under barnets huvud och ta ett stadigt tag om armen.

## Babysitter

Babysittern ska alltid stå på golvet. Kolla att barnet är fastspänt. Babysittern ska vara stadig och stå stadigt på golvet. Använd inte babysittern om barnet väger mera än vad som rekommenderas för stolen.

**Tips:** Placera barnet och babysittern på en filt på golvet.



## Napp

Välj en napp som passar för barnets mun och ålder. När du har köpt en napp ska du koka den innan barnet börjar använda den.

När barnet får tänder sliter tänderna på nappen. Kolla varje gång att nappen är hel innan du ger den till barnet. Kasta bort nappen om den ens är lite trasig. En trasig napp kan vara farlig och barnet kan kvävas.

Nappkedjan får vara högst 22 cm lång. Den får inte nå runt barnets hals.

## **Bil**

I bilen ska barnet alltid sitta i en bilbarnstol med säkerhetssele fastspänd. Också under korta resor.

Använd endast godkända babyskydd eller bilbarnstolar. Installera stolen i bilen enligt instruktionerna. Koppla bort airbagen om det finns en airbag där babyskyddet placeras. Om babyskyddet placeras i framsätet ska det vara minst 20 cm mellan instrumentbrädan och babyskyddets bärhandtag.

Använd babyskydd ända tills barnet är så stort att huvudet når utanför babyskyddets övre kant. Då ska babyskyddet bytas till en större bilbarnstol.

I bilen sitter barnet tryggt med ansiktet bakåt. Låt barnet sitta med ansiktet bakåt så länge det är möjligt, helst till cirka fyra års ålder. Kolla alltid att barnet är ordentligt fastspänt i bilstolen innan du startar bilen. Lämna aldrig barnet ensamt i bilen.