"My baby keeps on crying... I just want the crying to stop."

pennsylvania
DEPARTMENT OF HEALTH

Please...Never Shake A Baby!

Sometimes people shake babies when they won't stop crying.

Crying is a baby's way of communicating.

Hints to help a crying baby:

Be patient and see what your baby needs. Try these ideas:

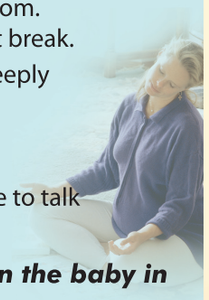
- stay calm
- pick up the baby
- check the baby's diaper
- feed the baby
- burp the baby
- offer the baby a pacifier or toy
- see if the baby is too hot or cold

If these don't work try this:

- take the baby to a quiet room
- hold the baby against your chest and walk or rock gently
- take the baby for a ride in a car or stroller
- put the baby in an infant swing

If nothing works, call your Health Care Practitioner.

Lay the baby down on its back in a crib. Go to another room. Then give yourself a short break.



- Breathe slowly and deeply
- Listen to music
- Read
- Exercise
- Call a friend or relative to talk
- Call for help

Go back and check on the baby in 5 or 10 minutes.

Shaken Baby Syndrome

Shaking a baby or young child - even for a short time - can cause serious injuries such as:

- blindness
- mental retardation
- seizures
- cerebral palsy
- hearing loss
- paralysis
- broken bones
- speech or learning disabilities
- and even **death**

Babies and young children have large heads compared to the size of their bodies. When you shake a baby, it causes its head to snap back and forth. This can cause the blood vessels in the brain and eyes to rip and bleed and destroy brain cells. That is why shaking a baby or young child can lead to serious and often permanent damage. These head injuries are called Shaken Baby Syndrome.Violently shaking a baby will result in Shaken Baby Syndrome, a serious form of **child abuse**.

REMEMBER

Never shake a baby or young child.

CALL

For more information Pennsylvania Department of Health

1-877-PA HEALTH (1-877-724-3258)

REMEMBER

Sometimes babies cry no matter what you do.

If you think your baby has been shaken...

Go to the closest hospital emergency room. Signs of injury that could be caused from shaking include:

- irregular, difficult, or stopped breathing
- extreme crankiness
- seizures or vomiting
- tremors or shakiness
- limp arms and legs
- no reaction to sounds or acts lifeless
- difficulty staying awake

Stop-Calm Down-Get Help.

24 HOUR CRISIS HOTLINE

CALL

1-800-4A CHILD (800-422-4453)

This 24 hour crisis hotline offers support, information, literature and referrals. Or, look in your phone book for the number of your county's crisis hotline.

Make good decisions in selecting the people who watch your child.

Share this pamphlet with all the people who watch your child.

Pub HD0426P
Revised 01/09

"طفلي لا يكف عن البكاء...
أريد فقط أن يتوقف البكاء"

pennsylvania
DEPARTMENT OF HEALTH

رجاء... لاتهز طفلك رضيعا أبدا!

أحيانا يهزّ الناس الأطفال الرضّع حينما لايتوقفون عن البكاء

البكاء هو وسيلة الطفل للاتصال.

إرشادات لمساعدة الطفل الباكي:

كن صبوراً وتعرف على ما يحتاج اليه طفلك. وجرب هذه الإرشادات:

- كن هادئا
- التقط الطفل
- اختبر حفاظة الطفل
- أطعم الطفل
- ساعد الطفل على التجشؤ
- أعط الطفل لعبة أو لهّاية.
- تفقد هل الطفل حار أو بارد بصفة زائدة

إذا لم تفلح هذه الأمور، حاول القيام بما يلي:

- اصطحب الطفل الى غرفة هادئة
- احمل الطفل على صدرك وامش أو أرجح الطفل بلطف
- اصطحب الطفل في نزهة بالسيارة أو عربة الطفل
- ضع الطفل في أرجوحة الرضيع

إذا لم تفلح أي من هذه الامورُ اتصل بممارس الرعاية الصحية.

ضع الطفل على ظهره في سريره. اذهب إلى غرفة أخرى. ثم أعط نفسك استراحة قصيرة.

- تنفس ببطأ وعمق
- استمع إلى الموسيقى
- إقرأ
- قم بممارسة تمارين بدنية
- اتصل بصديق أو قريب للحديث
- اطلب المساعدة

إرجع و تفقد الطفل بعد 5 أو 10 دقائق.

متلازمة هز الرضيع

إن هز رضيع أو طفل صغير - حتى ولو لفترة قصيرة - يمكن أن يسبّب إصابات خطيرة مثال:

- العمى
- التأخر العقلي
- نوبات صرع
- الشلل المخي
- فقدان السمع
- الشلل
- كسور في العظام
- صعوبات في الخطاب أو في التعلّم
- وقد يسبب **توملا ببسي**

إن الرضّع والأطفال الصغار لهم رؤوس كبيرة مقارنة بحجم أجسامهم. وعندما تهزّ طفلاً رضيعاً، فهذا يسبّب ارتداد رأسه الى الأمام و الخلف. و هذا يمكن أن يسبّب تمزق الأوعية الدموية في المخ و العيون ونزفها، كما يمكن أن يدمر خلايا المخ. ولذلك فإن هزّ رضيع أو طفل صغير يمكن أن يؤدّي إلى ضرر خطير، يكون في كثير من الأحيان دائم. وهذه الإصابات التي تحدث في رأس الطفل تسمى متلازمة هز الرضيع. وبالتالي فإن هز طفل رضيع بقسوة سيؤدّي إلى متلازمة هزّ الرضيع، وهي صورة خطيرة من صور **إيذاء الأطفال**.

تذكر

تذكر الاتصال

لاتهز رضيعا أو طفلاً صغير أبداً.
لمزيد من المعلومات
وزارة الصحة بنسلفانيا

1-877- صحة بي أي
(1-877-724-3258)

تذكر

في بعض الأحيان يبكي الأطفال مهما فعلت لهم.

إذا كنت تعتقد أن طفلك قد تعرض للهزّ...

إذهب إلى غرفة الطواريء في أقرب مستشفى.
اعراض الإصابة التي يمكن أن تنتج عن هز الطفل تتضمّن:

- عدم انتظام التنفس أو صعوبته أو توقفه
- النزق الشديد
- نوبات الصرع أو التقيؤ
- الارتجاف أو الارتعاش
- ارتخاء الأذرع والأرجل
- لا ردّ فعل إلى الأصوات أو تكون أفعال الطفل خالية من الحسّ
- الصعوبة في البقاء مستيقظاً

توقّف-كن هادئا-احصل على مساعدة

الخط الساخن للأزمات يعمل24 ساعة

اتصل

1-800-4- للطفل
(800-422-4453)

هذا الخط الساخن للأزمات الذي يعمل على مدار 24 ساعة يوفر الدعم، والمعلومات والمطبوعات والإرشاد إلى الأماكن التي يمكن الإحالة إليها. ، أو ابحث في دليل هاتفك عن رقم خط الأزمة في مقاطعتك.

اتّخذ قرارات صائبة في اختيار من يعتنون بطفلك.

قم بتوزيع هذا الكتيب على كل من يقومون بالعناية بطفلك.

رقم المطبوعة HD0426P
روجع في 01/09