

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



**pennsylvania**  
DEPARTMENT OF HEALTH



**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**.

**Never shake a baby or young child.**

**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.*

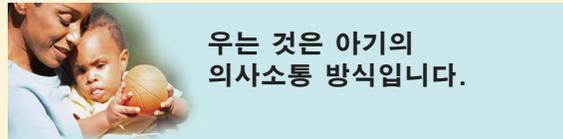
**Make good decisions in selecting the people who watch your child.**



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

**Please... Never Shake A Baby!**

**“우리 아기가  
계속 울어요...  
아기가 제발 울음을  
그치면 좋겠어요.”**



**우는 것은 아기의  
의사소통 방식입니다.**

**우는 아기를 달래려면:**

인내심을 가지고 아기가 무엇을 원하는지 알아 내세요. 다음 방법을 써 보세요:

- 마음을 진정하세요
- 아기를 안으세요
- 기저귀를 살피세요
- 먹을 것을 주세요
- 트림을 시키세요
- 젖꼭지나 장난감을 주세요
- 아기가 너무 덥거나 춥지 않은지 살피세요



**그래도 아기가 계속 운다면 다음 방법을 사용해 보세요:**

- 아기를 조용한 방으로 옮겨 가세요
- 아기를 품에 안고 걸어 다니거나 살살 어른서 달래 주세요
- 아기를 자동차나 유모차에 태워 산책을 하세요
- 아기를 아기 그네에 태우세요

**그래도 울음이 그치지 않으면, 해당 병원이나 의료진에 연락하세요.**

아기를 아기 침대에 등을 대도록 눕히세요. 이제 다른 방으로 가세요. 그리고 잠시 휴식을 취하세요.

- 천천히 심호흡을 하세요
- 음악을 들으세요
- 독서를 하세요
- 가벼운 운동을 하세요
- 친구나 친척에게 전화를 걸어 이야기를 나누세요
- 누군가에게 도움을 요청하세요

**5분이나 10분 후 다시 아기를 살펴 보세요.**



**흔들린 아기 증후군**

아기나 어린이를 잠깐이라도 흔드는 행동은 다음과 같은 심각한 손상을 초래할 수 있습니다:



- 시력 상실
- 정신 지체
- 경기(발작)
- 뇌성마비
- 청력 손상
- 마비
- 뼈 부러짐
- 언어 또는 학습 장애,
- 심한 경우 **사망**

아기와 어린이는 몸에 비해 머리가 큼니다. 아기를 흔들게 되면 머리가 앞뒤로 젖혀집니다. 그러면 두뇌 속의 혈관과 눈이 파열되어 출혈이 발생하고 뇌세포가 파괴됩니다. 이런 이유로 아기나 어린이를 흔들면 심각하고 때로는 영구적인 손상을 초래할 수 있습니다. 이러한 두뇌 손상을 '흔들린 아기 증후군'이라고 일컫습니다. 아기를 심하게 흔들면 이 증후군이 발생하며 이는 심각한 어린이 학대로 간주됩니다.

**반드시  
아기나 어린이를 절대 흔들지 마세요.  
전화 주십시오**

**추가 정보  
펜실베이니아 주  
보건부**

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



**때로는 아기를 아무리 달래려고 해도 울음을 그치지 않는 경우가 있습니다.**

**만일 여러분의 아기가 흔들렸다고 생각된다면...**

가까운 병원의 응급실로 바로 가십시오. 아기가 흔들려서 발생한 손상으로 인해 나타날 수 있는 징후는 다음과 같습니다:

- 불규칙한 호흡, 호흡 부전 또는 정지
- 매우 심한 짜증
- 경기(발작) 또는 구토
- 몸의 떨림
- 팔과 발의 절뚝거림
- 소리에 대해 반응이 없거나 몸에 기운이 없음
- 깨어 있기 힘들어 함

**멈추어-진정하고-도움을 청하세요.**



**전화 1-800-4A CHILD  
(800-4224453)**

24시간 운영되는 위기 핫라인 전화에서는 여러분이 필요로 하는 도움, 정보, 관련 자료, 전문가 소개 등의 서비스를 제공합니다. 또는 옐로우북에서 거주하시는 카운티의 위기 핫라인 전화번호를 찾으실 수도 있습니다.

**아이를 돌보는 사람을 구하실 때에는 신중을 기하십시오.**



**이 팸플릿을 여러분의 아이를 돌보는 모든 분들에게 나누어 주세요.**

**아기를 절대 흔들지 마십시오!**