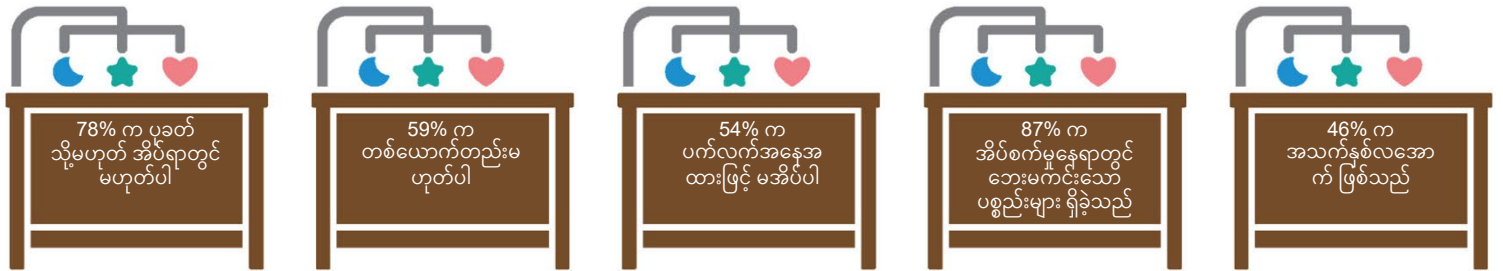
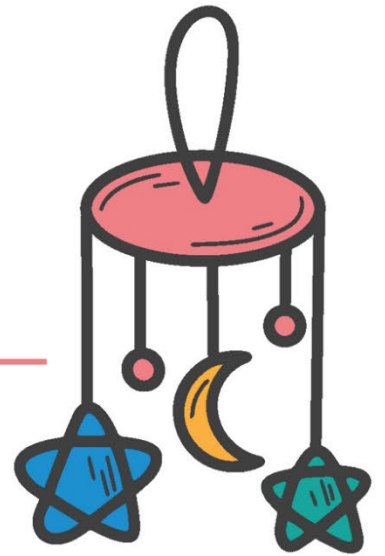


သင့်ကလေးအား အသက်ရှူရန် နေရာလွတ်ပေးပါ

တစ်မှေးအိပ်ချိန်တိုင်း။ ညဘက်တိုင်း။ အချိန်တိုင်း။

အိပ်စက်မှု အခြေအနေ ABC ကို အသုံးပြုခြင်း- တစ်ယောက်တည်း၊
ပက်လက်အနေအထားဖြင့် ပုခတ်ထဲတွင် ထားခြင်းက ကလေးကို
အသက်ရှူရန် နေရာပေးပြီး မွန်းကျပ်မှု ဖြစ်နိုင်ခြေကို လျှော့ချပေးပါသည်။



ရင်းမြစ်- Marion ကောင်တီ အစိုးရကျန်းမာရေးဌာန FIMR ကိစ္စရပ်အလိုက် ပြန်လည်သုံးသပ်ရေး အဖွဲ့ 2018-2022 (n=79) Indianapolis, Indiana

အိပ်စက်မှု အခြေအနေ၏ ABC က သင့်ကလေးအား အသက်ရှူရန် နေရာလွတ် ဘာလို့ ပေးတာလဲ

- သင့်ကလေးသည် အသက် 4 လမှ 6 လအရွယ်အထိ နှာခေါင်းဖြင့်သာ အသက်ရှူပါသည်။
- အဆုတ်ထဲသို့ အောက်ဆီဂျင် ရှူသွင်းသည့် သင့်ကလေး၏ လေလမ်းကြောင်း အရွယ်အစားသည် အအေးသောက်ပိုက် အပေါက်ဝထက် ပိုကျဉ်းပါသည်။
- ပက်လက်အနေအထားဖြင့် အိပ်ခြင်းက အိပ်စက်ချိန်အတွင်း သင့်ကလေး၏ လေလမ်းကြောင်းကို ပွင့်စေပါသည်။



ABC ဖြင့် သင့်ကလေးအား အသက်ရှူရန်
နေရာလွတ်ပေးပါ။ ၎င်းက ဘေးကင်းရေးကိစ္စပါ။

နောက်ထပ် အချက်အလက်အတွက်-
TConard@MarionHealth.org

အိပ်စက်ရာနေရာမှ ခေါင်းအုံးများ၊ စောင်များ၊ လူများနှင့် အခုများကို ဖယ်ရှားခြင်းသည် သင့်ကလေးအား အသက်ရှူရန် နေရာလွတ်ပေးပါသည်။

ကလေးတစ်ဦးနှင့်အတူ အိပ်ရာ မျှဝေခြင်းသည် အိပ်စက်မှုဆိုင်ရာ ရုတ်ချည်း နှိမ့်ကလေး သေဆုံးခြင်းအတွက် အန္တရာယ်ကို တိုးလာစေသည်ဟု လေ့လာမှုများအရ သိရပါသည်။ ပုခတ်ကို အသုံးပြုခြင်းနှင့် သင့်အခန်းကို မျှဝေခြင်းက သင့်ကလေးကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။

ရုတ်ချည်း နှိမ့်ကလေးများ ဆုံးရှုံးမှုရှိသည့် မိသားစုအများစုတွင် ကလေးများအတွက် ပုခတ် သို့မဟုတ် ဆော့ဗိုလ်သောပုခတ် ရှိသော်လည်း မသုံးခဲ့ကြပါ။

