



Gode råd til

Børns sikkerhed

Hvordan undgår du ulykker

Børns sikkerhed
Sikkerhedsstyrelsen

Illustrationer:
Lise Andersen, Punch Design

Her kan du få mere at vide

Børneulykkesfonden
børneulykkesfonden.dk

Dansk Røde Kors
rodekors.dk

Forbrugerrådet
fbr.dk

Forsikringsoplysningen
forsikringsoplysningen.dk

Fyrværkerikampagnen
fyrvaerkeri.dk

Giftlinjen
giftlinjen.dk

**Informationscenter for
Miljø og Sundhed**
forbrugerkemi.dk

Miljømærkerne Blomsten og Svanen
ecolabel.dk

Miljøstyrelsen
mst.dk

Rådet for Sikker Trafik
sikkertrafik.dk

Sundhedsstyrelsen
sst.dk

Videncenter for Allergi
videncenterforallergi.dk

Sikkerhedsstyrelsen
sik.dk

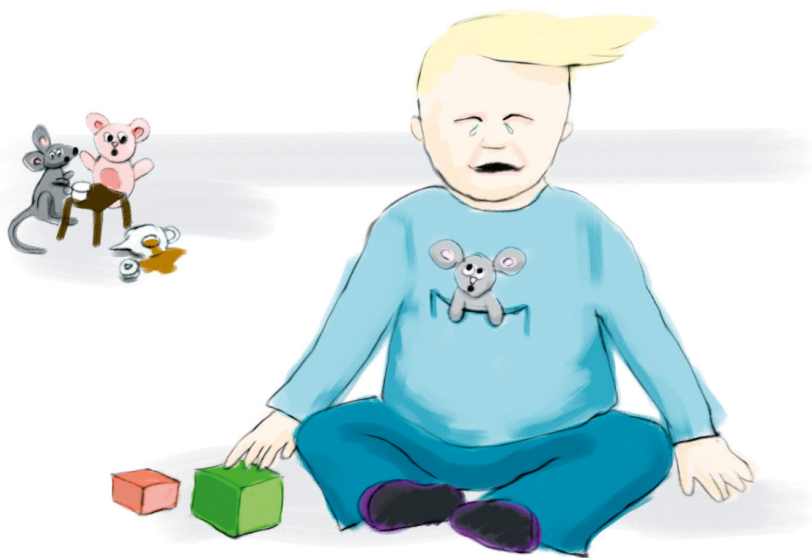
Sikkerhedsstyrelsen har ansvaret for overvågning af teknisk sikkerhed inden for bl.a. el, gas, vvs og kloak, legetøj og generel produktsikkerhed. Du kan fx holde dig opdateret om farlige produkter til børn på www.sik.dk

Forord

Pas på – ikke pylre

I Johannes Møllehaves bog "Så forskellige sind" skriver han:

"Jeg undrer mig ofte over, hvordan mine børn har overlevet deres barndom."



En sådan undren kan man sagtens fylde med som forældre. Hjemmet og den umiddelbare nærhed af hjemmet udgør rammen for det lille barns verden, og der kan være lurende farer på færde, som kan skade barnet, hvis ikke man tager de nødvendige forholdsregler.

Det er en naturlig del af barnets udvikling at udforske og udfordre sin omverden. På den måde lærer barnet hele tiden nyt og bliver dygtigere og dygtigere til at forstå konsekvenserne af sine handlinger og adfærd. Det er vigtigt, at barnet frit får lov til at lære og udvikle sig. Man skal derfor ikke overbeskytte og omklamre sit barn, men det er vigtigt at sikre, at barnets udvikling sker under trygge rammer.

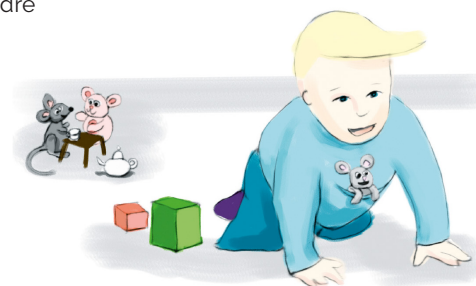
I Sikkerhedsstyrelsen arbejder vi for at skabe tryghed i hjemmet. Vi stiller blandt andet krav til installationer og tekniske produkter, så de er så sikre som muligt. Men vi kan ikke forhindre ulykker ved kun at stille krav.

Derfor arbejder vi også med at påvirke mennesker til selv at tænke i sikker adfærd og omgang med produkter. Og når det drejer sig om børn, er det primært forældre, bedsteforældre og andre voksne, der har ansvar for børn, vi fokuserer på.

"Børns sikkerhed" er et forsøg på at give et godt indblik i, hvordan man tænker et skridt foran og dermed forudser og undgår ulykker. Det handler om at skabe tryghed for vores børn.

Vi håber, at mange vil finde brochuren inspirerende, og at de vil påtage sig rollen som ambassadører for trygheden i hjemmet.

Venlig hilsen
Sikkerhedsstyrelsen



Indholdsfortegnelse



Indenfor

Badeværelset	8
Køkkenet	10
Stue og soveværelse	12
Døre og vinduer	14
Snore og kæder i rullegardiner, persiennner og foldegardiner	14
Trapper	15
Høje stole	16
Skråstol/autostol inde	16
Vugge	17
Seng og køjeseng	18
Dyne og hovedpude	19
Madrassen	19
Børn og kemi	20
Legetøj	22
Mærkning	22
Emballage	22
Smådele	23
Magneter	24
Ftalater	24
Børnesminke	25
Nikkel	26
Laserlegetøj	26
Hobbyprodukter	26
Snore i legetøj	27
Støj	27
Batterier	28
Produkter, der kan forveksles med legetøj	28
Farlige produkter	28
Få styr på strømmen i dit hjem	29

Udenfor

Solcreme	33
Vand i haven	34
Sandkassen	35
Legeredskaber	36
Cykel, løbehjul og rulleskøjter	38
Tænk på tøjet, når børnene leger	40
Transport	41
Slynge og bæresele	41
Barnevogn	42
Over gaden med barnevogn/klapvogn	43
Barnevognssele	43
Myggenet og regnslag	44
Babylift og kørepose	44
På indkøb	45
Sutter og suttekæder	46
Cykelstol	47
Børn i bilen	48
Børn og fyrværkeri	49
Ulykkesforsikring	50
Børn og forgiftning	52
Hvis uheldet er ude	54

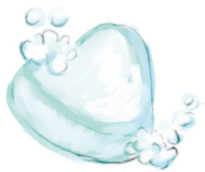
Indenfor



Badeværelset

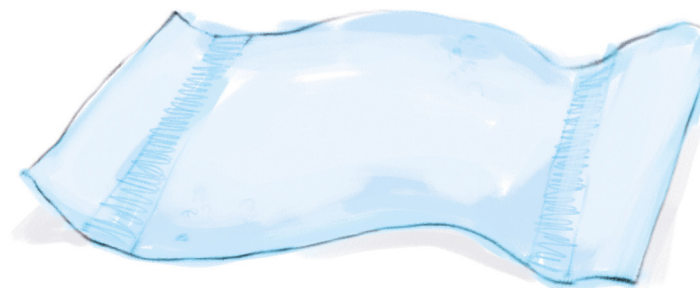
Faldulykker

Børn ligger sjældent stille, og det er desværre ikke ualmindeligt, at de falder ned fra puslebordet. Derudover gør vand på fliser og i bunden af badekarret det svært at holde balancen, og man glider nemt.



Det kan du gøre:

- Sørg for, at puslebordet er indrettet, så du med en hånd på barnet kan nå skiftetøj, håndklæde etc.
- Tag dit barn med dig. Læg det i sengen eller på gulvet, hvis du går fra puslepladsen for at hente noget i et andet rum eller åbner døren for gæster.
- Opbevar aldrig bleposer, så dit barn kan nå dem.
- Læg en skridsikker måtte i badekarret eller brusenichen.
- Brug et termostatstyret blandingsbatteri, der kan afspærres ved ca. 40 grader. Det kan forebygge skoldningsulykker.
- Gå aldrig fra dit barn, når det sidder i badekarret. Tag barnet med, hvis du er nødt til at gå, også hvis telefonen ringer. Få centimeter vand på bunden af badekarret er nok til, at dit barn kan drukne.
- Lad dit barn bruge en skammel, der står godt fast, så det kan nå håndvasken. Sæt eventuelt et spejl op i børnehøjde.
- Opbevarer du rengøringsmidler og kemikalier i badeværelset, bør du placere dem uden for dit barns rækkevidde.



Køkkenet

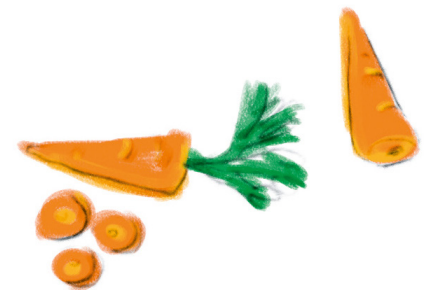
Køkkenet kan være et farligt opholdssted for små børn. Selvom du tager dine forholdsregler, kan det hurtigt gå galt, hvis kniven smutter eller gryden vælter. Mens dit barn er lille, kan du sætte et gitter i døråbningen til køkkenet og lægge barnet på et tæppe eller i en kravlegård lige på den anden side.

Når dit barn selv kan bevæge sig rundt i køkkenet og gerne vil hjælpe til med madlavningen, kan du forhindre ulykkerne ved at tage en række forholdsregler.



Det kan du gøre:

- Det sker, at børn skærer fingeren på en kniv, når grøntsagerne skal snittes. Det bør ikke afskrække dig fra at lade dit barn hjælpe til, men lad det ikke bruge de skarpeste knive.
- Sæt en skuffespærre på de skuffer, hvor de skarpe knive og sakse ligger eller placér dem uden for dit barns rækkevidde på en vægmagnet eller i en knivblok.
- Træk stikket ud på blenderen og de andre køkkenmaskiner, når de ikke er i brug.
- Stil elkedlen og kaffemaskinen bagerst på køkkenbordet, og sørg for, at ledningen ikke når ud over bordkanten. Undlad at bruge stikket på fronten af komfuret.
- Sæt en beskyttelsesskærm på komfuret, så dit barn ikke kan nå de varme plader eller hvide gryderne ned.
- Brug de bagerste plader på komfuret, hvis du ikke har en beskyttelsesskærm.
- Gå aldrig fra en tændt kogeplade.
- Lad være med at opbevare aviser, blade og andre ting på komfuret på grund af brandfare.
- Sæt et gitter for ovnruden eller vælg en ovn, hvor lågen ikke bliver så varm. Børns reaktionstid er længere end voksnes, og derfor er børn for længe om at trække hånden til sig, når de brænder sig. Vær opmærksom på, at miniovne kan blive meget varme.
- Vælg et komfur med ovnlås. Den sikrer, at dit barn ikke kan åbne ovnen og bruge lågen som trappe op til gryderne.
- Vælg et komfur med tippesikring, så komfuret ikke vælter, hvis dit barn skulle kravle op på ovnlågen.
- Opbevarer du rengøringsmidler og kemikalier i køkkenet, bør du placere dem uden for dit barns rækkevidde.



Stue og soveværelse

Mange ting frister små, vågne pilfingre. Men også når dit barn sover, er der god grund til at tænke på sikkerheden.

Set med et barns øjne kan hjemmets stue være fyldt med spændende ting. Men det kan være en farlig legeplads for dit barn, hvis du ikke tager dine forholdsregler.



Det kan du gøre:

- Se dit hjem i børnehøjde ved at gå ned på alle fire. Fjern det, som kan skade dit barn, fx smådele, som barnet kan sluge, olielamper, tunge ting, som står udsat, fyldte askebægre mm.
- Stil varme drikke, så dit barn ikke kan nå dem. Bruger du en termokande, så vælg en med skruelåg.
- Afskærm brændeovn, pejs og biopejs med gitter, og stil strygejernet på plads efter brug, så dit barn ikke kan brænde sig på de varme overflader.
- Vær opmærksom på, at fx halogenspots og opladere også kan blive meget varme. Placér dem, så dit barn ikke kan nå dem.
- Stil tændte stearinlys uden for dit barns rækkevidde. Lær dit barn at have respekt for åben ild, og lad ikke lighterer eller tændstikker ligge fremme.
- Fastgør hjemmets reoler foroven, så de ikke kan vælte ned over barnet.
- Du kan sætte hjørnebeskyttere på bordene for at undgå skarpe hjørner.

Døre og vinduer

Du kan relativt nemt undgå, at dit barn klemmer fingrene i husets døre, eller at det får overbalance og falder ud ad åbne vinduer.

Det kan du gøre:

- Brug dørstopper eller klemmesikringer på dørene, så de ikke smækker i.
- Montér en børnesikret haspe på altandør og vinduer, så de kun kan åbnes nogle få centimeter.
- Stil ikke møbler tæt på vinduer, så dit barn kan klatre op.
- Børn bør aldrig opholde sig alene i rum med åbne vinduer.

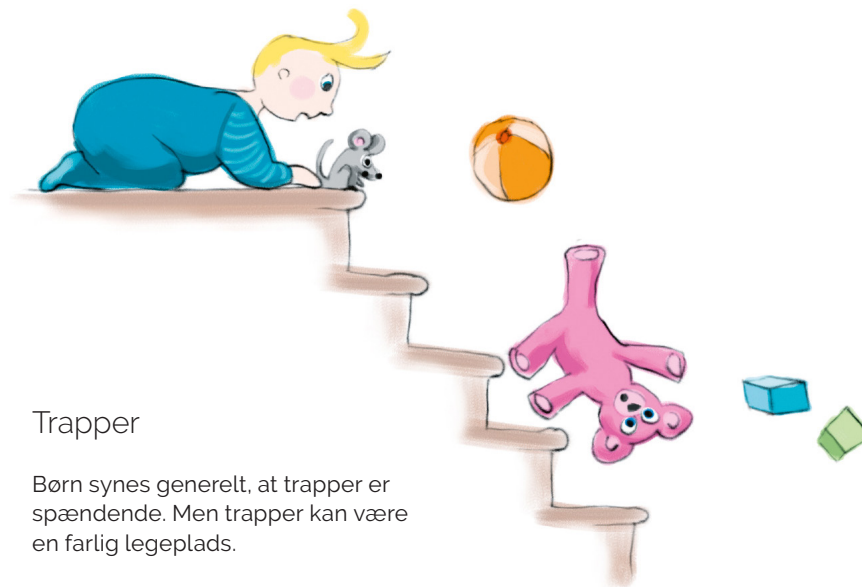


Snore og kæder i rullegardiner, persienner og foldegardiner

Snore kan udgøre en kvælningssfare for dit barn.

Det kan du gøre:

- Bind snore og kæder op, så dit barn ikke kan nå dem.
- Følg produktets sikkerhedsanvisninger, når du køber nye rullegardiner, foldegardiner eller persienner. Selv korte snore og små løkker kan udgøre en kvælningssfare for børn.



Trapper

Børn synes generelt, at trapper er spændende. Men trapper kan være en farlig legeplads.

Det kan du gøre:

- Opsæt gitter både oven for trappen og neden for trappen.
- Brug et trappegitter, der kun kan åbnes indad, så dit barn ikke så let kan få det åbnet.
- Vælg et gitter, der skal fastgøres i dørkarmen. Tjek, om træet i karmen er i orden. Mærk, om gitteret sidder fast ved at rive i det
- Undgå saksegitre. Børn bruger dem som stige, så de kan kravle over. Gitrene er ustabile og har V-formede åbninger, der giver risiko for kvælningsulykker.
- Blænd åbne trappetrin med plader.
- Lær dit barn at kravle op og ned ad trappen. Dit barn kan måske undgå et alvorligt fald, hvis det er øvet i at kravle på trappen.
- Montér evt. et ekstra gelænder i børnehøjde. Så har dit barn noget at støtte sig til, når det selv skal gå på trappen.

Høje stole

Sørg for, at dit barn sidder godt og sikkert i den høje stol.

Det kan du gøre:

- Sørg for, at stolen står stabilt.
- Vælg en stol med mavebøjle og skridtstrop, så dit barn ikke kan glide ud.
- Det er en fordel, hvis stolen har en fodstøtte, du kan justere i højden.
- Hvis stolen har hjul på alle ben, skal de have en låsemekanisme.
- Hold altid øje med dit barn, når det sidder i en højstol.



Skråstol/autostol inde

Begræns den tid, dit barn sidder i stolen.

Sæt aldrig stolen på et bord. Det er godt at lægge dit barn på et tæppe på gulvet, gerne på maven, så det ikke sidder passivt i skråstolen. Det styrker barnets motorik.

Læg aldrig dit barn alene på en sækkestol eller en ammeput.

Barnet kan risikere at blive kvalt.



Vugge

Hvis din baby skal sove i en vugge, kan du tage nogle helt generelle forholdsregler.

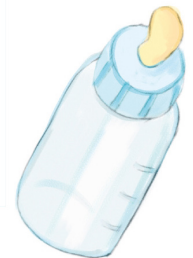


Det kan du gøre:

- Hvis vuggen kan gynges eller svinges, skal du være opmærksom på, at større børn og voksne kan få fingre eller tæer i klemme.
- Vuggen skal stå stabilt og ikke vælte, når den gynger fra side til side.
- Svingfunktionen og eventuelle hjul skal kunne låses fast.
- Hvis vuggen hænger i loftet, skal du sikre, at den hænger stabilt og er sat fast, så den ikke falder ned.

Risikoen for vuggedød kan formindskes ved at følge disse anbefalinger:

- Læg altid dit spædbarn til at sove på ryggen.
- Ryg ikke under graviditeten – og udsæt ikke dit barn for tobaksrøg efter fødslen.
- Undgå, at dit spædbarn får det for varmt, når det sover.



Kilde: Sundhedsstyrelsen

Seng og køjeseng

Du kan læse om de gældende sikkerhedskrav til barnesenge på www.sik.dk. Der er dog nogle helt generelle forholdsregler, du kan tage.

Det kan du gøre:

- Der må ikke være pynt, skruer eller lignende på sengen, som dit barn kan pille af og sluge.
- Fjern siden på tremmesengen, når dit barn selv kan kravle over. Så forhindrer du, at det klatrer op og falder ud.
- Stil ikke andre møbler, fx reoler eller borde, tæt på sengen. De kan bruges som stige, når dit barn vil ud af sengen.
- Sørg for, at sideafskærmningen på dit barns køjeseng er solid og høj, så dit barn ikke falder ud.



Dyne og hovedpude

- Lad dit barn sove med en tynd babydyne, der passer til sengen, og som barnet kan sparke af sig og ikke bliver viklet ind i og kvalt i.
- Barnet skal ikke have en hovedpude. Så kan det lettere bevæge hovedet under søvn.
- Undgå desuden løse tæpper, legetøj og andet, som barnet kan vikle sig ind i, mens det sover.

Madrassen

Madrassen skal være relativt fast og gå helt ud til kanten af sengen. Undgå brug af plastik, da det giver risiko for, at dit barn kan blive kvalt.

Kilde: Sundhedsstyrelsen





Børn og kemi

Kemiske stoffer indgår i de fleste af de produkter, vi omgås i vores hverdag. Man kan ikke forbyde alle kemikalier, så vi skal lære at omgås potentielt sundhedsskadelige produkter på en fornuftig måde. Børn er særligt følsomme. De indånder, spiser og drikker mere i forhold til deres kropsvægt end voksne. Små børns adfærd er også anderledes. De er fx i tættere kontakt med gulve og med jord, og de sutter på ting.

Indsatsen over for hormonforstyrrende stoffer er højt prioriteret i både Danmark og EU. EU har udarbejdet en liste over stoffer, der anses for at være hormonforstyrrende eller potentielt hormonforstyrrende. Du kan læse mere om stofferne på Miljøstyrelsens hjemmeside www.mst.dk.

Kemiske stoffer kan fremkalde allergi i huden. Denne type allergi kaldes kontaktallergi og kan vise sig ved allergisk kontakteksem. Hvis man udvikler kontaktallergi, varer den ved resten af livet. Derfor er der god grund til at beskytte dit barn lige fra fødslen.



Det kan du gøre:

- Brug så lidt kosmetik og pleje-produkter, herunder cremer og parfume, som muligt, mens du er gravid eller ammer.
- Undgå at bruge produkter på spraydåse, og lad være med at male, mens du er gravid eller ammer.
- Vask alle ting til din baby før brug. Også tøj og legetøj af stof og plastik. Følg altid fabrikantens anvisninger.
- Fravælg legetøj, der lugter kemisk eller parfumeret.
- Brug ikke creme, sæbe og lignende til din baby dagligt.
- Undgå brug af vådservietter.
- Legetøj til børn under 3 år, og produkter, der er beregnet til eller forventes at blive puttet i munden, må ikke indeholde ftalater.
- Køb miljømærkede produkter uden parfume og farvestoffer.
- Naturprodukter er ingen garanti mod sundhedsskadelige stoffer. Produkter, der indeholder natur-ekstrakter, kan, ligesom syntetiske duftstoffer, forårsage for eksempel allergi.

Legetøj

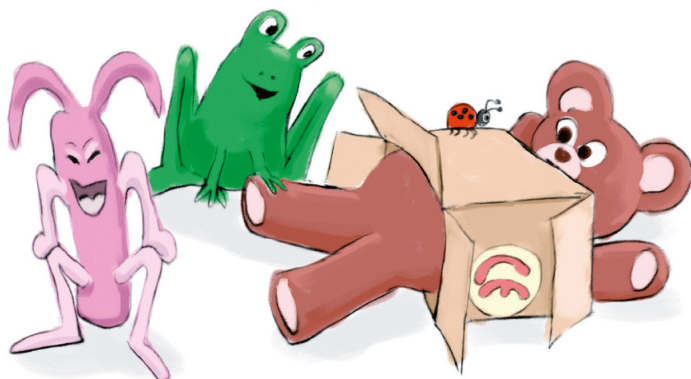
Det er producenter og importører, som er ansvarlige for, at alle produkter er sikre at bruge, når de anvendes efter hensigten. Det gælder også for legetøj. Men når du køber eller får legetøj til dit barn, er det altid en god idé selv at tjekke det, inden du giver det til dit barn. Her kan du læse, hvad du især skal være opmærksom på.

Mærkning

Alt legetøj skal være CE-mærket. Fabrikanten mærker legetøjet for at vise myndighederne, at alle krav i legetøjsdirektivet er overholdt. Hvis CE-mærket mangler, lever legetøjet med stor sandsynlighed ikke op til sikkerhedskravene. CE-mærket kan sidde på legetøjets emballage eller på produktet.

Emballage

Emballage er ikke beregnet til leg. Den kan indeholde plastikposer eller andet blødt plast, der kan udgøre en kvælningsskade. Den kan også indeholde smådele, der kan sluges.



Det kan du gøre:

- Fjern emballagen, før du giver legetøjet til dit barn.
- Før du smider emballagen ud, bør du sikre dig, at der ikke er advarsler eller andre informationer, fx rengøringsanvisninger, du bør gemme.

Smådele

Legetøj til børn under 3 år er underlagt skærpede krav. Legetøjet må ikke indeholde smådele, som kan sluges eller sætte sig fast i luftvejene og i værste fald kvæle barnet.

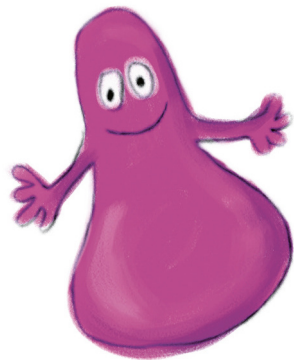
Det kan du gøre:

- Legetøjet skal kunne holde til, at små børn er hårde ved det. De må ikke kunne hive eller vride smådele af.
- Selvom en voksen holder øje, kan små børn godt putte ting i munden, uden at det opdages.
- Mindre stykker legetøj og små dele af legetøj, fx skruer, perler, balloner, byggeklodser og små bolde kan være farlige for børn under 3 år. De små ting kan sætte sig fast i luftvejene.
- Der er årligt mange skadestuebesøg på grund af smådele i kropsåbninger.
- Lad ikke små børn lege med ældre søskendes legetøj. Tag altid anbefalinger om alder og advarsler på legetøjet meget alvorligt.



Magneter

Du skal være ekstra opmærksom på dit barns sikkerhed, hvis det leger med magnetlegetøj. Hvis barnet sluger to magneter, kan delene finde sammen i hver sin tarmslynge og dermed i yderste konsekvens slide hul på væggene mellem tarmene.



Ftalater

I Danmark har der siden 1999 været forbud mod alle ftalater i legetøj og småbørnsartikler til børn under 3 år. I 2005 er der kommet yderligere begrænsning på indhold af ftalater i legetøj og småbørnsartikler. Nogle ftalater er hormonforstyrrende, mens andre mistænkes for at være det. Afgivelsen af stofferne sker løbende, når dit barn leger med legetøjet. Kassér derfor brugt, blødt plastlegetøj til dit barn under 3 år, hvis det er købt inden 2005.

Børnesminke

Al børnesminke skal være forsynet med en indholdsdeklaration og samtidig være forsynet med et CE-mærke. Det vil sige, at sminken skal overholde både kosmetiklovgivningen og reglerne på legetøjsområdet. Børnesminke kan indeholde parfume og farvestoffer, der kan være allergifremkaldende.



Det kan du gøre:

- Brug ikke sminke til dit barn under 15 måneder.
- Vær opmærksom på, at ikke al sminke må bruges i hele hovedet. Måske er farvestofferne kun tilladte til brug på kinderne, men fx ikke omkring øjnene.
- Brug en fed uparfumeret creme under sminken. Vær omhyggelig med at fjerne sminke og ansigtsmaling igen.



Nikkel

Kontakt med nikkel kan forårsage allergi, som varer hele livet. Nikkel findes også i produkter til børn. På grund af risikoen for allergi findes der EU-regler for, hvor meget nikkel der må afgives fra produkter, der er beregnet til at komme i kontakt med huden. Du kan købe en nikkeltest på apoteket.

Laserlegetøj

Generelt bør du være varsom med at købe laserudstyr til dit barn. Giv kun børn laserlys, der er markedsført som legetøj. Så undgår du de stærkere og mere farlige stråler.

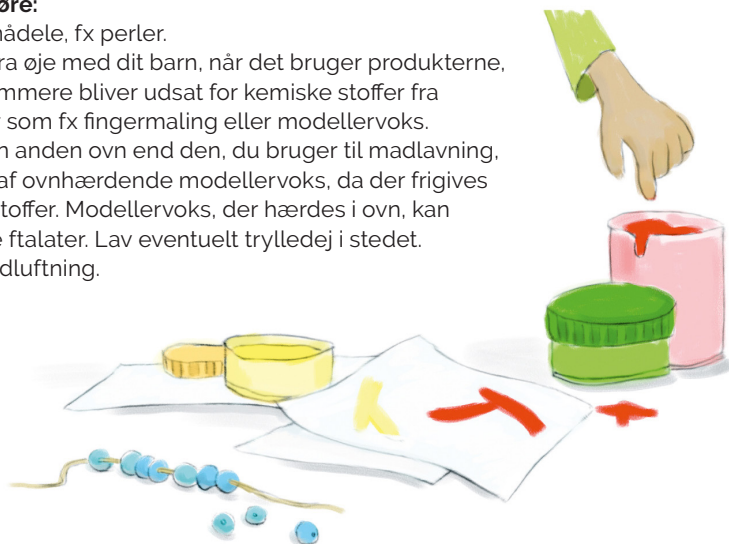
Lys aldrig med laser direkte i øjnene. Det kan give permanente skader, hvis laseren er for skarp.

Hobbyprodukter

Vær opmærksom, når dit barn bruger hobbyartikler.

Det kan du gøre:

- Pas på smådele, fx perler.
- Hold ekstra øje med dit barn, når det bruger produkterne, da det nemmere bliver udsat for kemiske stoffer fra produkter som fx fingermaling eller modellervoks.
- Anvend en anden ovn end den, du bruger til madlavning, ved brug af ovnhærdende modellervoks, da der frigives kemiske stoffer. Modellervoks, der hærdes i ovn, kan indeholde ftalater. Lav eventuelt trylledej i stedet.
- Sørg for udluftning.



Snore i legetøj

Snore i legetøj må ikke være så lange, at dit barn kan få snoren om halsen som en løkke og risikere at blive kvalt.



Støj

Vær opmærksom på legetøjets støjniveau. Impulsstøj, som er en høj og kortvarig lyd, er den farligste støj, fx knaldhættepistoler. Lyden varer under et sekund, og derfor kan øret ikke nå at indstille sig på støjen. Men også legetøj med et varigt højt støjniveau kan skade dit barns hørelse. Vær specielt opmærksom, hvis barnet tager legetøjet helt op til øret.



Batterier

Batterier er farlige for dit barn, da de kan sluges og sætte sig fast i luftvejene. De indeholder desuden stærkt giftige forbindelser, som kan lække, når de udsættes for mavesyre.

Det kan du gøre:

- Opbevar batterier uden for dit barns rækkevidde.
- Sørg for, at du eller en anden voksen skifter batterierne.



Produkter, der kan forveksles med legetøj

Flere produkter, der ikke er legetøj, er lavet, så de appellerer til børn, fx elprodukter udformet som tegneseriefigurer. Produkter tilsluttet stikkontakter er ikke legetøj. Dit barn risikerer at få alvorlige stød og forbrændinger, hvis det leger med produkterne.

Farlige produkter

Sikkerhedsstyrelsen informerer om farlige produkter på www.sik.dk. Her kan du finde en beskrivelse af produkterne, og du kan se, hvilken afgørelse der er truffet, og hvordan du skal forholde dig.



Få styr på strømmen i dit hjem

Når du børnesikrer dit hjem, er det vigtigt, at du også husker elsikkerheden. Små pilfingre kan komme slemt til skade, hvis der ikke er styr på strømmen.

Det er lovpligtigt at have installeret en fejlstrømsafbryder (RCD) i sit hjem; de mest almindelige typer er en HFI eller en HPFI. Fejlstrømsafbryderen er nødbremsen, der sikrer, at strømmen bliver afbrudt, hvis der er fejl i dine elapparater, eller du får et elektrisk stød. En fejlstrømsafbryder kan derfor i sidste instans redde liv.

Har du en HFI-afbryder, som er en ældre udgave af fejlstrømsafbryderen, bør du overveje at skifte den til en udgave, der er bedre tilpasset udviklingen af vores elektriske apparater, som for eksempel computere, opvaskemaskiner etc.

Det kan være en god idé at få en autoriseret elinstallatør til at kigge på din fejlstrømsafbryder, hvis den er mere end 10 år gammel.



Det kan du gøre:

- Test din fejlstrømsafbryder jævnligt (tryk på testknappen minimum to gange om året).
- Tjek jævnligt dine elektriske apparater. De holder ikke evigt, og slitage kan betyde, at apparatet ikke længere er sikkert at bruge.
- Følg altid produkternes brugsanvisninger.
- Din vaskemaskine, tørretumbler etc. bør have jordforbindelse.



- Stikkontakt og stikprop skal passe sammen. Forsøg ikke at mase en stikprop i en kontakt.
- Antallet af stikkontakter skal passe til familiens behov. Overvej at få lavet flere kontakter, hvis du bruger mange forlængerledninger for at få strøm til dine elapparater.
- Fastgør dine ledninger til væggen eller fodpanelet, så man ikke falder i dem.
- Få udskiftet ledninger, hvor isoleringen er mørnet. Det kan være en god idé at få en autoriseret elinstallatør til at foretage en isolationsmåling, hvis du har gamle stofledninger i den faste elinstallation. Mørnede stofledninger kan være brandfarlige.
- Få udskiftet gamle, løse og slidte stikkontakter til nye med pillesikring.
- Hold dig fra ulovligt arbejde på dine elinstallationer. Hvis el bruges forkert, kan det være farligt for både mennesker, dyr og ejendele.
- Husk røgalarmer i hjemmet, og tjek jævnligt, at de virker. Det er en god idé at holde brandøvelser med dit barn.
- Lær dit barn, at strøm kan være farlig.

På www.sik.dk kan du finde oplysninger om, hvilket elarbejde du selv må udføre. Spørg altid en elinstallatør, hvis du er i tvivl.



Udendørs

Det er ikke kun inden for hjemmets fire vægge, at børn prøver deres kræfter af. Ude i haven frister værktøj, grill, haveredskaber og farvestrålende insekter og planter.

Det kan du gøre:

- Læg eller hæng haveredskaber, så de er uden for dit barns rækkevidde.
- Læg værktøj og tilbehør på plads efter brug.
- Træk altid stikket ud af kontakten, når du forlader hækkeklipperen og andre elektriske haveredskaber.
- Hold opsyn med grillen, så længe den er varm. Når maden er færdig, kan du flytte grillen til et sted, hvor børnene ikke kommer.
- Vær opmærksom på, at en grillstarter er varm i meget lang tid. Stil den uden for børns rækkevidde, indtil den er kølet helt af.
- Vær opmærksom, hvis du bruger levende lys, har bålsted eller bruger olielamper i haven. Dit barn kan brænde sig eller drikke af olien.
- Undlad at plante giftige buske og træer, som kan virke tillokkende på børn. Vær også opmærksom på giftige svampe og bær.
- Hvis dit barn bliver stukket af en hveps eller en bi, kan du lægge isterninger i en klud og afkøle stikket, det lindrer smerten. Kløen kan du eventuelt dæmpe med et lokalbedøvende eller kløestillende middel.



Solcreme

Solcreme er vigtigt – især til børn. Solskoldning i barndommen øger risikoen for hudkræft senere i livet.

Det er vigtigt at følge de generelle solråd:

- Lad ikke helt små børn opholde sig i direkte sol.
- Brug let sommertøj, hatte og parasoller.
- Brug som minimum solcreme med faktor 15, der beskytter mod både UVA og UVB stråler.



Vand i haven

Det er altid populært med vandlege, når man nyder sommeren i haven. Men vær opmærksom.

Det kan du gøre:

- Har du et badebassin, en kunstig sø eller lignende, skal du altid være opmærksom, når der er børn i nærheden. Afskærm eventuelt vandet med et hegn eller overdæk bassinet.
- Lad ikke børn være alene ved bassinet. Selv få centimeter vand er nok til, at dit barn kan drukne, hvis det falder og ikke kan rejse sig op.



Sandkassen

Sandkassen er et populært opholdssted for børn. Det kan ikke undgås, at børnene smager på sandet, og derfor bør du sikre dig, at det ikke indeholder dyreekskrementer eller kemiske stoffer.

Det kan du gøre:

- Husk at dække sandkassen til for at undgå dyreekskrementer.
- Af hygiejniske grunde bør sandet skiftes hvert år.
- Får dit barn sand i øjnene, skal du skylle med vand. Kan du ikke skylle det ud, skal du kontakte lægen.
- Brug ikke sveller eller trykimprægneret træ til sandkassen.



Legeredskaber

Børn falder af gyngen, klatrestativet, rutschebanen eller legehuset. Der står en trampolin i mange haver, og den er et godt og sjovt legeredskab, men der sker desværre også mange ulykker. Børn kan hoppe ind i hinanden eller falde ned fra trampolinen.

Det kan du gøre:

- Lav et godt faldunderlag.
- Grus og grovsand er godt, men der skal være rigeligt af det. Dine fødder skal synke ned, når du går på det.
- På bark skal fødderne ikke synke ned, men underlaget skal føles blødt.
- Strandsand er en dårlig løsning. Det består nemlig kun af små korn, der "pakker". Brug kun strandsand, hvis du blander det med grus.
- Tjek om gyngephængen sidder ordentligt fast. Efterspænd jævnlige.
- Leddene på gyngens kæder skal være så store, at et barn ikke kan få fingrene i klemme. Det er en god idé at trække kæderne igennem et stykke plastikslange. Det er også rarere at holde om.



- Lær barnet, at det er farligt at gå ind foran en, der gynger.
- Tjek stolperne, der er gravet ned i jorden. Grav et spadestik ned og stik en skruetrækker ind i stolpen. Hvis træet giver efter, og skruetrækkeren går ind i træet, skal stolpen skiftes ud.
- Pas på hovedklemfælder. Der må ikke være åbninger, hvor barnets krop kan smutte igennem, men hvor hovedet kan risikere at hænge fast. En rettesnor kan være, at åbningen skal være mindre end 13 cm eller større end 23 cm.
- Afskærm siderne på rutschebanen eller klatrestativet, så dit barn ikke falder ned.
- Tov, wirer, hængebroer og andre bevægelige dele bliver slidt. Tjek dem regelmæssigt.

Hop med hovedet, når I bruger havetrampolinen.

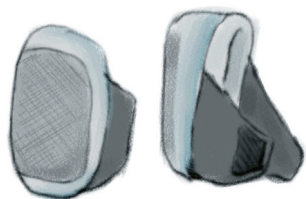
Husk de 5 gode råd:

- Hop altid én ad gangen.
- Brug sikkerhedsnet.
- Slå aldrig saltomortaler.
- Børn under seks år skal have en voksen ved trampolinen.
- Husk at give trampolinen et sikkerhedstjek jævnlige.



Cykel, løbehjul og rulleskøjter

Børn lærer ikke at cykle ved at sidde bagpå den voksnes cykel eller ved at køre i bil. Børn skal have lov til selv at øve sig, og så sker det, at de falder. Overvej, hvornår dit barn er parat til at få egen cykel, rulleskøjter eller løbehjul. Ifølge færdselsloven må børn under 6 år ikke cykle uden at være under ledsagelse og kontrol af en person, der er fyldt 15 år.



Det kan du gøre:

- Når dit barn er parat til den tohjulede, så vælg en cykel uden støttehjul, men med fodbremse. Hjælp dit barn med at lære at cykle, og køb ikke cyklen, før dit barn har prøvet den.
- Giv dit barn cykelhjelm på.
- Køb en CE-mærket cykelhjelm.
- Lad dit barn prøve hjelmen, inden du køber den. Den skal dække panden og sidde så stramt, at den ikke kan skubbes tilbage i nakken.
- Husk at skifte hjelmen ud, hvis den bliver beskadiget. Ikke alle skader kan ses, men hjelmen skal skiftes, hvis den har fået et hårdt stød.

- Husk, at du som voksen er rollemodel – brug derfor også selv cykelhjelm.
- Lad kun barnet have cykelhjelm på, når det cykler, ruller eller kører på løbehjul. Har det hjelm på under leg på legepladsen, i skolegården eller haven, kan hjelmen hænge fast i noget, som gør, at barnet kan blive kvælt i remmen.
- Lær dit barn at færdes i trafikken. Tag cyklen til børnehaven eller skole. Øvelse gør mester.
- Der bør være enhåndsbremse på cyklen. Håndbremsen må ikke være for stram, og den skal sidde, så barnet kan nå den uden at slippe styret.
- Når dit barn bruger rulleskøjter og løbehjul, er det også vigtigt, at det har hjelm på. En cykelhjelm kan fint bruges her. Husk også knæ-, albue- og håndledsbeskyttere.



Tænk på tøjet, når børnene leger

Det er ikke fordi, du skal tænke på, om tøjet bliver beskidt eller går i stykker. Du skal derimod overveje, om tøjet udgør en kvælningsrisiko. Selv ganske korte snore, bindebånd og løkker kan udgøre en risiko.



Det kan du gøre:

- Undlad at give dit barn halstørklæde på, når det leger.
- Tøj til børn op til syv år må ikke have bindebånd eller snore i hoved- og halsområdet.
- Undgå generelt tøj med lange, løse snore eller bindebånd, også til større børn.
- Undgå pyntetørklæder til børn.



Transport

Mange ulykker sker i hjemmet. Men tænk også på sikkerheden, når du skal ud af huset.

Slynge og bæresele

Så længe dit barn er helt lille, kan det være en fordel at bære barnet i en slynge eller i en bæresele. På den måde kan du have begge hænder fri, mens dit barn samtidig er helt tæt på dig. Du skal dog sikre dig, at selen passer til både dig og dit barn.

Det kan du gøre:

- Indstil selen korrekt, så dit barn sidder rigtigt, og din ryg og dine skuldre belastes mindst muligt.
- Sørg for, at dit barn kan få luft.
- Tjek, at spænder m.m. kan klare et vist træk og er korrekt låst, så dit barn ikke falder ud.



Barnevogn

Når du skal anskaffe barnevogn, klapvogn eller kombivogn, skal du være opmærksom på, at ældre, brugte vogne måske ikke overholder de sikkerhedskrav, vi har i dag.

Det kan du gøre:

- Det er vigtigt, at der medfølger brugsanvisninger, og at du nøje følger dem, da en eventuel fejlmontering og forkert brug kan få alvorlige følger.
- Produktet skal være konstrueret solidt, og der må ikke være steder, hvor dit barn kan få fingrene i klemme.
- Der må ikke være skarpe kanter, hvor dit barn kan skære sig, stikke sig eller hænge fast. Smådele, som fx aftagelige skruer skal sidde godt fast.
- Der må ikke være åbninger, som kan udgøre en risiko for kvælning af dit barn.
- Der må ikke være fare for, at dit barn kan falde ud.
- Stellets sammenklapningsmekanisme skal have to trin, så det kræver to af hinanden uafhængige bevægelser at udløse det.
- Vær altid opmærksom på, om kassen er fastgjort til stellet.



Over gaden med barnevogn/klapvogn

Barnevogne og klapvogne er så lave, at bilister kan have svært ved at se dem, især hvis der er parkerede biler langs fortovs-kanten. Undgå derfor at skubbe vognen foran dig, når du skal over gaden, hvis der ikke er frit udsyn. Gå hellere ved siden af vognen.

Kilde: Sundhedsstyrelsen

Barnevognssele

Det er vigtigt, at dit barn får en sele på i barnevognen, når det er omkring 5 til 6 måneder, hvor det begynder at kunne sidde selv og rejse sig.

Det kan du gøre:

- Selen skal sidde tæt til kroppen, og størrelsen skal kunne indstilles i takt med, at dit barn vokser.
- Selen skal være grundigt og stramt spændt fast til barnevognens bund.
- Husk, at selvom dit barn har sele på, skal du holde øje med det.



Myggenet og regnslag

Bruger du afskærmning, som fx myggenet, regnslag eller lignende skal du sikre dig, at dit barn kan få ilt nok. Det er også vigtigt, at dit barn ikke kan få trukket afskærmningen ind i vognen, da det kan udgøre en kvælningssikro.

Det kan du gøre:

- Sørg for, at afskærmningen er trukket godt ned over alle kanter på barnevognen.
- Regnslaget er beregnet til at sidde på vognen under transport, når det regner – ellers ikke.

Babylift og kørepose (fx Voksi, Trille og Slee-bee)

Ulykker, hvor babyer falder ud af liften, sker ofte, fordi de voksne kun får fat i det ene håndtag eller mister grebet.



Det kan du gøre:

- Tjek, at remmene går hele vejen ned under bunden på liften eller køreposen.
- Vær opmærksom på, at du lægger dit barn midt i liften eller i køreposen, og at du har fat i begge håndtag, når du løfter den.
- Sørg for at finde et ligevægtspunkt, hvor dit barns hoved ikke peger ned mod jorden. Dette er særligt vigtigt ved køreposer, hvor der ikke er faste sider.

På indkøb

På indkøbsturen kan det være fristende at sætte liften med dit barn tværs over indkøbsvognen, så der er plads til varer nede i vognen. Men liften står ikke særligt stabilt og kan risikere at vælte ned.

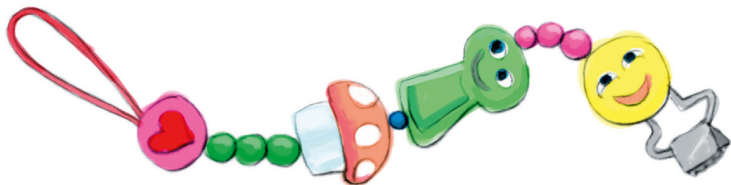
Det kan du gøre:

- Anbring liften sikkert nede i indkøbsvognen. Eller tag barnevognen med ind i forretningen og læg varerne under barnevognen.
- Hæng ikke indkøbsposer på barnevognens styr. Vognen kan få overbalance og vælte. Brug kurven under vognen.
- Indkøbsvognen er ikke beregnet til leg. Dit barn skal sidde i det sæde, der er beregnet til børn, og hænder og fødder skal blive inden for vognen.



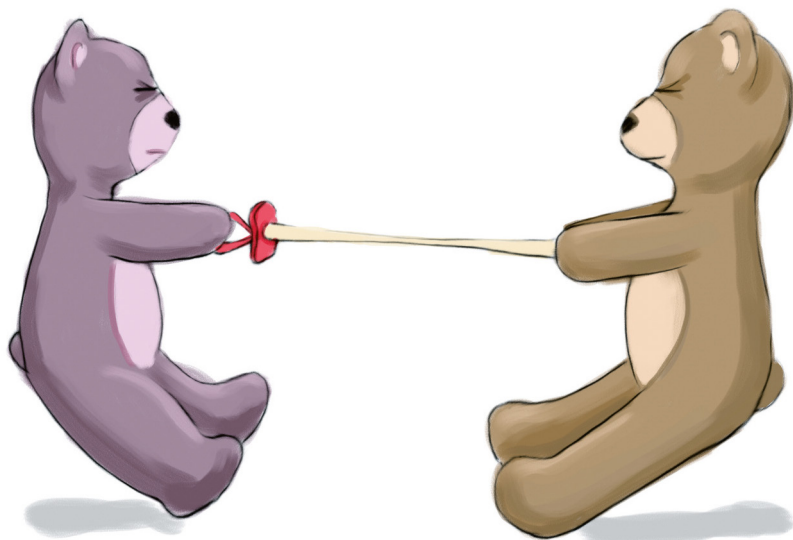
Sutter og suttekæder

Hvis dit barn bruger sut, bør du også tænke på sikkerheden.



Det kan du gøre:

- Vær opmærksom på, at sutter kan blive møre. Du bør jævnligt tjekke sutterne ved at hive i dem.
- Skold sutterne dagligt. De kan ikke tåle at komme i opvaske-maskinen.
- Når du er på farten, er det nemt og bekvemt at sætte dit barns sut fast i en suttekæde. Det er vigtigt, at suttekæden er maks. 22 cm, så den ikke udgør en kvælningsfare for dit barn. Der må heller ikke være løse smådele på suttekæden.
- Lad ikke barnet bruge suttekæden, når det ligger i en vugge, seng eller krybbe.

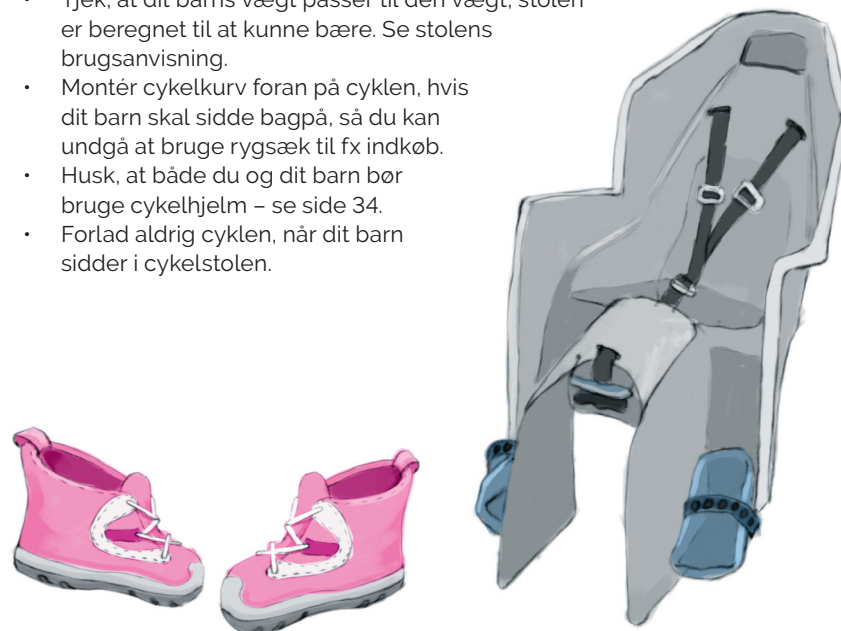


Cykelstol

Hvis dit barn skal med på din cykel, skal det være spændt ordentligt fast. De skader, man oftest ser, skyldes, at barnet har fået foden i klemme i hjulet på den voksne cykel, eller at cyklen er væltet.

Det kan du gøre:

- Tag først dit barn med på cyklen, når det kan sidde selv.
- Tag din cykel og dit barn med, når du køber en cykelstol, så du kan se, om den passer.
- Ved at placere dit barn foran, får du en bedre balance på cyklen. Barnet har et godt udsyn, og du kan bruge både rygsæk og bagagebærer.
- Stolen skal være spændt fast på cyklens stel. Det er mere sikkert, end hvis den er spændt fast på bagagebæreren.
- Vælg en stol, som sikrer, at dit barns fødder ikke kan komme ind i hjulet.
- Tjek, at selerne til at spænde dit barn fast i stolen er H- eller Y-formede. Det er de mest sikre.
- Tjek, at dit barns vægt passer til den vægt, stolen er beregnet til at kunne bære. Se stolens brugsanvisning.
- Montér cykelkurv foran på cyklen, hvis dit barn skal sidde bagpå, så du kan undgå at bruge rygsæk til fx indkøb.
- Husk, at både du og dit barn bør bruge cykelhjelme – se side 34.
- Forlad aldrig cyklen, når dit barn sidder i cykelstolen.



Børn i bilen

Alle i bilen, både børn og voksne, skal være spændt fast. Dit barn skal være fastspændt i godkendt udstyr, fx babystol, autostol eller selepude, der passer til dets alder og vægt.

For at udstyret skal virke efter hensigten, skal det monteres korrekt. Forkert monteret sikkerhedsudstyr kan være årsag til alvorlige kvæstelser eller i værste tilfælde dødsfald.

Det kan du gøre:

- Tag både dit barn og bilen med hen til forretningen, når du skal købe autostol mv. Vælg en stol, som dit barn sidder godt i, og som passer til bilen.
- Tjek, at monteringsvejledningen er til at læse og forstå.
- Montér stolen, så den bliver spændt fast så stramt som muligt. Husk også at justere selen, når du spænder dit barn fast. Selen skal være spændt så stramt, at du kun akkurat kan få din hånd ind imellem selen og dit barn.
- Vær opmærksom på, at bagudvendte autostole ikke må monteres på forsædet, uden at airbaggen er frakoblet.

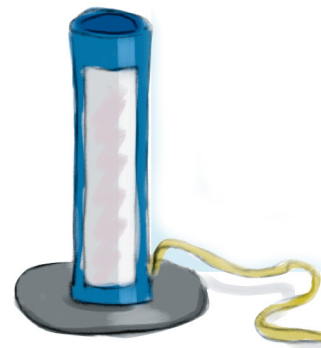


Børn og fyrværkeri

Da der er krudt i fyrværkeri, skal det altid omgås med stor forsigtighed. Flere fyrværkeriforhandlere reklamerer med såkaldte 'børneposer', men indholdet er ikke ufarligt og må kun købes af personer over 18 år. Sørg for, sammen med dit barn, at lave faste regler for hvor, hvordan og hvornår I fyrer fyrværkeri af. Lær dit barn at have respekt og overholde afstandskravene, som står på fyrværkeriartiklerne.

De fem fyrværkeriråd

1. Brug altid beskyttelsesbriller. Også selvom, du 'kun' er tilskuer.
2. Brug kun godkendt og aldrig hjemmelavet eller ulovligt fyrværkeri.
3. Hold aldrig tændt fyrværkeri i hånden. Knap halvdelen af alle fyrværkeriskader går ud over hænder eller fingre.
4. Hold sikkerhedsafstanden og læn dig ikke ind over fyrværkeriet.
5. Gå aldrig tilbage til en fuser. Fusere er uberegnelige og skal fjernes med skovl og spand.



Ulykkesforsikring

Det er vigtigt at tegne en privat ulykkesforsikring for dit barn. Forsikringen dækker erstatning efter et ulykkestilfælde, der medfører dødsfald eller varigt mén på typisk mindst 5 pct., ligesom forsikringen også kan have en tandskadedækning.

En del forældre glemmer at ulykkesforsikre deres børn. I nogle tilfælde, fordi de tror, at deres forsikring også omfatter deres børn. Men en ulykkesforsikring omfatter kun de personer, der er nævnt i forsikringsbetingelserne.

Det kan du gøre:

- Sørg for, at ulykkesforsikringen også omfatter tandskadedækning, da der er risiko for skade på tænderne, hvis dit barn falder og slår tænderne.
- Husk, at unge over 18 år skal forsikres som voksne.
- Læs mere om ulykkesforsikring på www.forsikringsoplysningen.dk.





Børn og forgiftning

Forgiftninger hos børn sker oftest i 1-3 års alderen. Små børn smager på det, de møder i deres omgivelser. Der er sjældent tale om indtagelse af store mængder, og derfor er risikoen for alvorlig forgiftning heldigvis lille.

Dog kan enkelte bær, planter, svampe, kemikalier, rengøringsmidler og medikamenter selv i mindre mængder være forbundet med risiko for forgiftning.

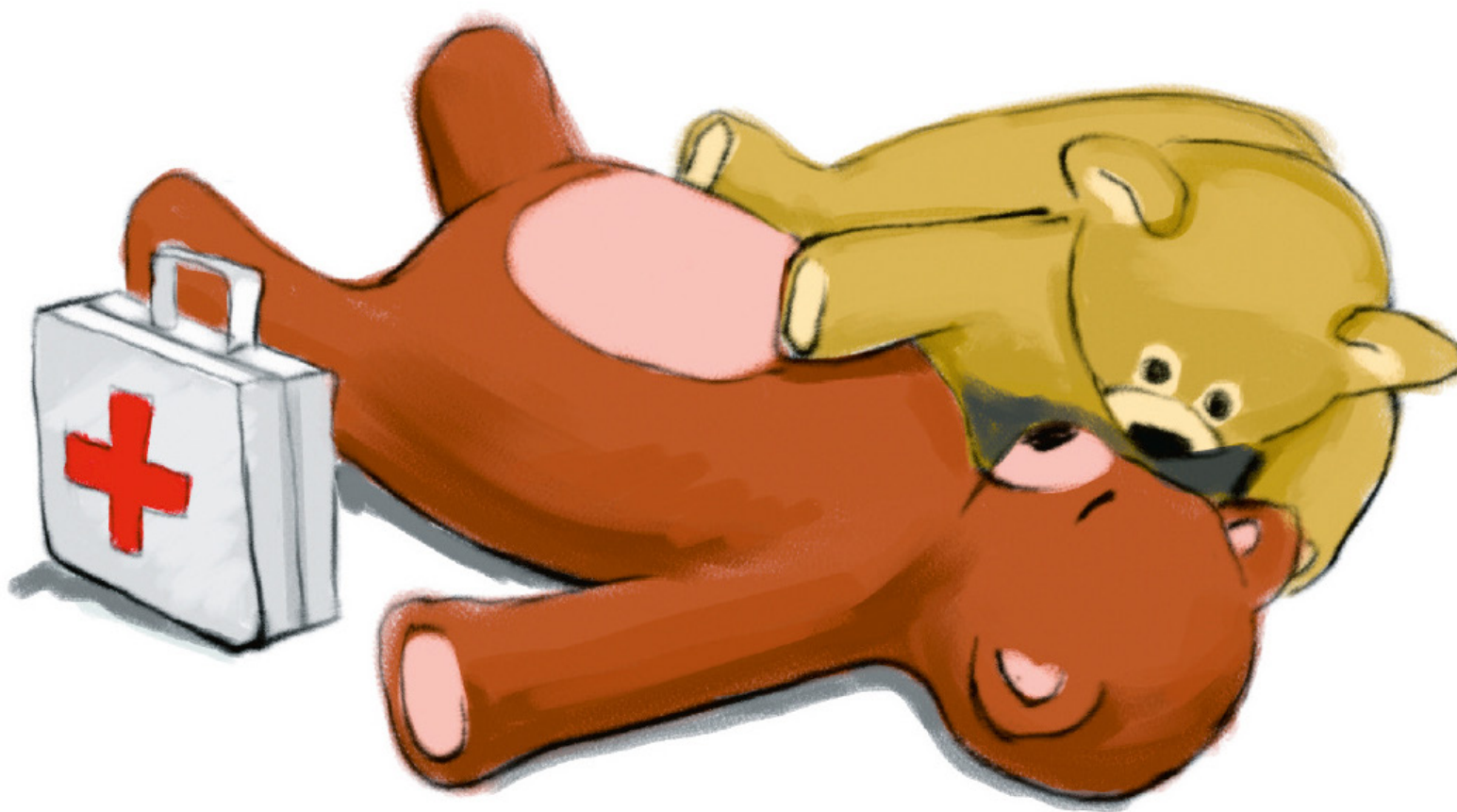
Det kan du gøre:

- Undgå omhældning. Kemiske produkter, ukrudtsmidler, medicin og vitaminer bør **ALTID** opbevares i original emballage. Ved omhældning til anden emballage, fx sodavandsflaske, er der stor risiko for alvorlig forgiftning, fordi børn har tillid til flaskens indhold.
- Hold altid kemikalier, ukrudtsmidler, medicin, jerntabletter og vitaminer uden for børns rækkevidde.
- Brug kun produkter, som er beregnet til brug i hjemmet – typisk dem vi køber i supermarkedet. Opbevar aldrig produkter beregnet til industriel brug i hjemmet.
- Opbevar ikke medicin i tasker, lommer, natborde eller pilleæsker, og lad ikke barnet lege med gæsters eller bedsteforældres tasker.
- Sæt dig ind i, hvilke bær og planter der er i haven eller i stuevinduet.



Hvis uheldet er ude

Selvom man gør alt, hvad man kan for at passe på, sker det alligevel, at børn kommer til skade.



Det kan du gøre:

- Tag et førstehjælpskursus. Her bliver du klædt ordentligt på til at klare skader som fx mindre skoldnings- og forbrændingsskader, og du får viden om, hvordan du klarer større skader og giver livgivende førstehjælp.
- Hav altid nummeret på vagtlægen, skadestuen og Giftlinjen lige ved hånden, fx på køleskabet eller indkodet i mobiltelefonen. Ring gerne, inden du tager af sted og medbring altid produktet, medicinglasset, emballagen, plantedele eller lignende, hvis du tager til lægen eller på skadestuen.
- Ring til Giftlinjen 82 12 12 12 i tilfælde af akut forgiftning eller risiko for forgiftning. Giftlinjen er en landsdækkende telefonrådgivning, du kan ringe til hele døgnet og få råd og vejledning.
- Ring 112 i tilfælde af en akut, livstruende situation – det gælder også ved forgiftninger.

**Sikkert samfund.
Tryk hverdag.**



Esbjerg Brygge 30 - 6700 Esbjerg - +45 3373 2000 - sik@sik.dk - www.sik.dk