

# An Toàn Khi Sử Dụng Ghế Trẻ Em

## Car Seat Safety

Car crashes are a top cause of death and serious injury for children. Using a car or booster seat the right way can save your child's life.

In the United States, there are laws that require car seat and booster seat use with children. Check your state's law. When you are traveling with children, follow the laws of the state in which you are driving.

Included are some general rules, but there is more to know. Always read and follow the instructions in your car seat manual.

### Choosing a Seat

There are different kinds of seats to choose from. Knowing which seat to use and when to change to another can be hard. There are often experts in your community that can help and many have interpreters if you need one.

If your baby is premature or your child has special needs, talk to your doctor about the safest way to travel with your child.

Các vụ đâm xe là nguyên nhân hàng đầu gây tử vong và chấn thương nặng cho trẻ em. Sử dụng ghế trẻ em hoặc ghế đỡ trẻ em trên xe hơi đúng cách có thể cứu tính mạng cho con em quý vị.

Tại Hoa Kỳ, có các luật yêu cầu phải sử dụng ghế trẻ em và ghế đỡ trẻ em cho trẻ em. Hãy tham khảo luật tại tiểu bang của quý vị. Khi quý vị di chuyển cùng trẻ nhỏ, hãy tuân thủ luật của tiểu bang nơi quý vị đang lái xe.

Dưới đây là một số luật lệ chung, nhưng vẫn còn nhiều quy định khác mà quý vị cần biết. Luôn đọc và thực hiện theo hướng dẫn trong sổ tay hướng dẫn sử dụng ghế trẻ em của quý vị.

### Chọn Ghế

Có nhiều loại ghế khác nhau để chọn. Quý vị có thể khó mà biết được cần sử dụng loại ghế nào và khi nào cần đổi sang loại khác. Thường sẽ có các chuyên gia trong cộng đồng của quý vị có thể trợ giúp và nhiều người có thông dịch viên nếu quý vị cần.

Nếu trẻ sinh non hoặc trẻ có nhu cầu đặc biệt, hãy trao đổi với bác sĩ của quý vị về cách an toàn nhất khi di chuyển cùng trẻ.

## General Rules for Seat Use

### Rear-facing Car Seat

- Babies under 1 year of age **MUST** ride rear facing. Stay rear facing until at least age 2, unless your child is above the height or weight limit of the car seat.
- Keep your baby rear-facing for as long as possible. Rear-facing is safest.

### Front-facing Car Seat

- If your child is above the height or weight limit for your rear facing seat, switch to a front facing seat.
- Use the front facing seat as long as you can, then switch to a booster seat when your child's height or weight is above the seat's limits.

### Booster Seat

- Use a booster seat until:
  - Child's back and bottom are flat against seat of car.
  - Shoulder belt fits across the middle of the shoulder and chest.
  - Lap belt fits low across the hips.
  - Knees bend at the edge of the vehicle's seat.
  - Can sit with feet on the vehicle's floor for the whole ride.

## Các Luật Lệ Chung về Sử Dụng Ghế

### Ghế Trẻ Em Quay Mặt Ra Sau

- Các bé dưới 1 tuổi **PHẢI** sử dụng ghế quay mặt ra sau. Duy trì ghế quay mặt ra sau cho đến khi trẻ được ít nhất 2 tuổi, trừ khi trẻ cao hoặc nặng hơn giới hạn chiều cao hoặc cân nặng của ghế trẻ em.
- Cho bé ngồi quay mặt ra sau trong thời gian lâu nhất có thể. Quay mặt ra sau là an toàn nhất.

### Ghế Trẻ Em Quay Mặt Ra Trước

- Nếu trẻ cao hoặc nặng hơn giới hạn chiều cao hoặc cân nặng cho ghế trẻ em quay mặt ra sau, hãy đổi sang ghế quay mặt ra trước.
- Sử dụng ghế quay mặt ra trước trong thời gian lâu nhất có thể, sau đó chuyển sang ghế đỡ trẻ em khi chiều cao hoặc cân nặng của trẻ vượt giới hạn của ghế.

### Ghế Đỡ Trẻ Em

- Sử dụng ghế đỡ trẻ em cho đến khi:
  - Lưng và mông của trẻ dựa phẳng được vào ghế của xe hơi.
  - Dây an toàn qua vai vừa vặn vắt qua giữa ngực và vai trẻ.
  - Dây an toàn qua đùi vắt qua phía dưới hông trẻ.
  - Đầu gối trẻ gập xuống tại mép ghế ngồi của xe.
  - Trẻ có thể ngồi mà bàn chân chạm sàn xe trong toàn bộ chuyến đi.

## Safety Tips

### Riding in Back is Best

- The back seat is the safest place for children under 12 years to ride.
- Never place a child in the front seat of a car or truck that has a passenger air bag.
- If a child is old enough to use an adult seat belt and must ride in the front seat, use a lap and shoulder seat belt the right way and move the front seat as far back as you can from the dashboard.

### Car Seat Tips

- Not all car seats fit in all vehicles. When installed the right way, the car seat should not move more than one inch from side to side.
- Attend a car seat safety check in your community. These may be offered by your local health department.
- Harness straps come over the shoulders and fasten in two places - over the chest and between the legs. You must fasten both!
- For small babies, a rolled up baby blanket can be placed on either side of the head or the body for support. **Do not** place anything behind the baby's back or under the baby.
- Coats, snow suits or bulky clothing should not be worn under the car seat harness. Tuck a blanket over your baby after they are strapped in, if needed.
- Baby's head may naturally turn to the side, but should not fall forward (chin on chest).
- Place something in the back seat that you need near the baby, so you don't forget to take baby out, especially when your routine is different.

## Hướng Dẫn An Toàn

### Ghế Sau là Tốt Nhất

- Ghế sau là nơi an toàn nhất cho trẻ dưới 12 tuổi.
- Tuyệt đối không để trẻ ngồi trên ghế trước của xe hơi hoặc xe tải có túi khí cho hành khách.
- Nếu trẻ đủ tuổi để sử dụng dây an toàn của người lớn và phải ngồi trên ghế trước, hãy sử dụng dây an toàn qua đùi và dây an toàn qua vai đúng cách và di chuyển ghế trước về phía sau cách càng xa bằng điều khiển càng tốt.

### Hướng Dẫn Sử Dụng Ghế Trẻ Em

- Không phải ghế trẻ em nào cũng vừa vặn với mọi loại xe. Khi lắp đặt đúng cách, ghế trẻ em sẽ không di chuyển quá một inch sang hai bên.
- Tham gia một buổi kiểm tra an toàn ghế trẻ em trong cộng đồng của quý vị. Buổi kiểm tra này có thể do sở y tế địa phương tổ chức.
- Đai an toàn vắt qua vai và khóa tại hai điểm - trên ngực và giữa hai chân. Quý vị phải khóa cả hai điểm này!
- Đối với các em bé, có thể đặt chân em bé cuộn lại ở hai bên đầu hoặc thân để đỡ bé. **Không** đặt bất kỳ thứ gì phía sau lưng bé hoặc bên dưới bé.
- Không nên mặc áo khoác, bộ đồ trượt tuyết hoặc nhiều quần áo bên dưới đai an toàn của ghế trẻ em. Đắp một chiếc chăn che cho bé sau khi cài đai an toàn, nếu cần.
- Đầu của bé có thể quay sang hai bên một cách tự nhiên nhưng không được gục về phía trước (má áp ngực).
- Đặt thứ gì đó ở ghế phía sau mà quý vị cần ở gần bé, để không quên bé ra, đặc biệt khi công việc hàng ngày của quý vị không nhất quán.

## Booster Seat Tips

- Booster seats use the vehicle's adult seat belt instead of the harness straps to secure the child. The seat belt should fit low and over the hips and thighs.
- The shoulder belt crosses the center of the child's shoulder and stretched across the chest. It should not cross in front of the face or neck.
- Do not let your child put the vehicle's shoulder belt behind them or under their arms.

## Help Installing Your Car Seat

- Contact your local health department. Many offer help with buying and installing car seats.
- Contact your local hospital. Many offer help to correctly install and use car seats.

## Hướng Dẫn Sử Dụng Ghế Đỡ Trẻ Em

- Ghế đỡ trẻ em sử dụng dây an toàn cho người lớn của xe thay vì đai an toàn riêng để giữ chặt trẻ. Dây an toàn phải vừa vặn bên dưới và bên trên hông và đùi.
- Dây an toàn qua vai vắt qua giữa vai trẻ và kéo thẳng qua ngực. Dây này không được vắt ngang qua trước mặt hoặc cổ của trẻ.
- Không để trẻ đặt dây an toàn qua vai của xe phía sau hoặc bên dưới nách trẻ.

## Hỗ Trợ Lắp Đặt Ghế Trẻ Em Trong Xe Quý Vị

- Liên hệ với sở y tế địa phương của quý vị. Nhiều sở y tế sẵn sàng trợ giúp mua và lắp đặt ghế trẻ em.
- Liên hệ với bệnh viện địa phương. Nhiều bệnh viện sẵn sàng trợ giúp lắp đặt và sử dụng đúng cách ghế trẻ em.