



Cách giữ con em quý vị trong khi chích ngừa

Việc bông giữ và đỡ dành cho thể giúp giảm căng thẳng và ngăn em bé cử động trong khi chích ngừa. Ngoài hướng sự chú ý của em bé sang nơi khác, kể chuyện, hát, hoặc thở sâu, việc bông giữ và đỡ dành có thể giúp em thấy dễ chịu hơn khi chích ngừa.

Dưới đây là một số đề nghị về cách giữ em bé. Chuyên viên y tế có thể đề nghị cách khác để giữ em bé khi chích ngừa.

Bông ôm trẻ sơ sinh

- Giữ em bé trên đùi của quý vị, ngồi nghiêng sang một bên.
- Đặt cánh tay phía bên trong của em bé áp vào ngực HOẶC dưới nách của quý vị, bông chặt giống như ôm.
- Giữ chặt cánh tay phía ngoài và chân phía ngoài của em bé.
- Hơi gập đầu gối bên ngoài của em bé. Làm như vậy giúp thả lỏng bắp đùi.



Bông giữ ở tư thế nghiêng

- Giữ em bé trên đùi của quý vị, ngồi nghiêng sang một bên.
- Đặt cánh tay phía bên trong của em bé áp vào ngực HOẶC dưới nách của quý vị và ra phía sau lưng quý vị. Ấn nhẹ lưng quý vị vào phần tựa ghế.
- Vòng cánh tay của quý vị ra sau lưng em bé và giữ chắc phần thân và cánh tay phía ngoài của em bé gần vào người của quý vị.
- Dùng cánh tay bên kia của quý vị giữ chặt phần trên cánh tay của em bé trên bụng của em.
- Để hai chân của em bé giữa hai đùi của quý vị.



Giữ kiểu áp ngực (bông hoặc ôm)

- Để em bé ngồi trên đùi quý vị, hướng mặt về phía quý vị và vòng hai chân em bé quanh eo của quý vị.
- Vòng hai cánh tay của quý vị quanh phần lưng dưới của em bé.
- Vòng hai cánh tay của em bé quanh eo của quý vị và giữ chắc dưới hai cánh tay của quý vị.
- Em bé có thể tựa đầu lên vai quý vị và quay đầu đi nơi khác mà không nhìn việc chích ngừa.
- Nếu cánh tay của em bé vòng ra hết cổ phía sau quý vị, ấn nhẹ cánh tay của bé vào phần lưng ghế.



Bồng giữ ở tư thế lưng chạm ngực (phía trước)

- Giữ con em quý vị trên lòng quý vị khi đang ngồi, mặt hướng ra phía trước.
- Ôm giữ em trong khi chích ngừa, vòng hai cánh tay của quý vị ra phía trước em, dùng bàn tay trái của quý vị giữ phần cánh tay phía trên bên phải của em, còn tay phải giữ phần cánh tay phía trên bên trái.
- Đặt cả hai chân của em bé ở giữa hai đùi của quý vị, sau đó bắt chéo hai chân quý vị trùm lên hai chân của em.
- Để ý đến đầu của em bé sao cho đầu em không đụng vào mặt quý vị khi em cử động.



Bồng giữ ở tư thế ngực chạm ngực (Ôm hoặc bồng)

- Để con em quý vị ngồi trên lòng quý vị, mặt hướng về phía quý vị và vòng hai chân của em bé quanh eo của quý vị.
- Vòng hai cánh tay của quý vị quanh phần lưng dưới của em bé.
- Vòng hai cánh tay của em bé quanh eo của quý vị và giữ chắc hai tay của em ở dưới hai cánh tay của quý vị.
- Con em quý vị có thể dựa đầu lên vai quý vị và quay đầu đi không nhìn cảnh chích ngừa.
- Nếu hai cánh tay của con em quý vị vòng hết cỡ ra phía sau quý vị, hãy tựa nhẹ vào ghế.



Bồng giữ ở tư thế nghiêng

- Để con em quý vị ngồi trên lòng quý vị ở tư thế ngồi nghiêng.
- Vòng cánh tay của con em quý vị ở gần quý vị nhất ra phía sau lưng quý vị và tựa nhẹ vào ghế.
- Vòng cánh tay của quý vị ra phía sau lưng của con em quý vị và giữ phần cánh tay phía trên.
- Dùng tay kia để giữ phần cánh tay phía trên và hai chân.



Bồng giữ ở tư thế nghiêng áp sát

- Ngồi cạnh con em quý vị và vòng cánh tay của quý vị qua hai vai của em.
- Giữ hai vai của em gần với quý vị.
- Vòng cánh tay của con em quý vị ra phía sau lưng quý vị và tựa nhẹ vào ghế.
- Giữ phần cánh tay phía trên của em vòng qua người quý vị.

