



✓ Checklista

Här delar vi med oss av tips och råd på ytterligare saker ni bör tänka på för att göra ert hem så tryggt och säkert som möjligt. Det går inte att köpa och montera skydd mot alla potentiella säkerhetsrisker i ett hem, utan vissa saker måste man ha i åtanke i vardagen eller åtgärda på annat sätt.

- Kemikalier:** Ställ upp alla kemikalier, mediciner och farliga ämnen som barnet kan få i sig högt upp där barnet inte når, även om du har ett skåplås. Identifiera och ta bort giftiga växter, mer information på giftinformation.se/krukvaxter.
- Brännskador:** Vart kan barnet bränna sig? Tänk på kaffekannor, tekoppar, strykjärn, kaminen, element, spisen, grillen, kranvatten, bastuaggregatet etc. Drick aldrig varma drycker med ditt barn i knät. Se till att alltid ha en påse med mjöl i frysen om en brännskada skulle uppstå. Detta ger "lagom" kyleffekt på brännskadan – använd aldrig is på små barn.
- Fallskador:** Identifiera vart barnet kan falla eller vad som kan falla på barnet. Finns det ställen du inte har tänkt på som sängar, möbler och inredning, toalettstolen, barnstolen och skötbord? En bra tumregel är att alltid hålla en hand på barnet när det ligger på skötbordet exempelvis.
- Elektricitet:** Finns det fler ställen där barnet kan få elstötar? Exempelvis trasiga sladdar och kontakter, ej säkrade elkontakter och lampor. Sladdar

är även intressanta att dra i för små barn, se till att barnet inte kan få något över sig som vattenkokare, strykjärn, kaffekokare eller andra maskiner. Elektriska leksaker ska vara CE märkta. Försäkra er om att det finns en jordfelsbrytare installerad.

- **Kvävning och drunkning:** Snören, snoddar, persienner, plastpåsar, gamla nappar, växter, gamla tapeter och färg som flagnar från väggar, vattensamlingar exempelvis i badkaret och toaletten kan alla utgöra risk för kvävning eller drunkning. Tänk på att små barn kan drunkna i så grunda vattensamlingar som ca 4 cm om de hamnar med ansiktet nedåt. Småprylar som barnet kan sätta i halsen utgör en kvävningrisk och en bra regel är att saker som är lika små som barnets lillfinger är i riskzonen. Testa annars alla småsaker i en så kallad "testcylinder". Se till att barnet sitter still när det äter och låt aldrig barnet äta i bilen eller på cykeln under färd. Knyt en knut på alla plastpåsar och förvara dessa utom räckhåll för barnet.

Vid kvävning är det viktigt att få bort föremålet snabbt:

- *Lägg barnet på mage på ditt knä*
- *Lägg din underarm längs barnets mage och stöd barnets huvud genom att hålla i hakan. Huvudet ska vara lägre än kroppen.*
- *Ge fem snärtiga slag med öppen handflata mellan barnets skuldror. Upprepa igen om föremålet inte kommer ut, därefter vänd på barnet och upprepa proceduren.*

- **Klämskador:** Kontrollera om det finns fönster eller dörrar som inte är säkrade. Var extra försiktig med tunga dörrar som ytterdörrar och bildörrar.
- **Skärskador:** Se till att ställa vassa föremål oåtkomligt för barn. Exempelvis är köket en plats där det finns mycket vassa föremål som knivar, saxar, köksassistenter etc. Men det kan även vara en sylåda eller andra saker. Se till att barnet inte kan klättra upp på diskbänken och få tag på vassa föremål och lägg aldrig knivar nära kanten.
- **Prylar och dukar:** Plocka bort alla onödiga prylar – sälj, skänk eller ställ undan i förrådet. Barn är kreativa så det mesta kan utgöra en risk. Plocka

bort dukar som barnet kan dra i.

- Utomhus:** Finns det vatten i närheten såsom pooler, vattendrag och gamla brunnar så måste de säkras upp. Finns det giftiga växter eller svampar i nära natur? Dessa bör i så fall plockas bort.
- Säkerhetsutrustning:** Se till att det finns fungerande brandvarnare, brandsläckare, brandfilt och skaffa en förbandslåda.
- Telefonnummer:** Lägg in viktiga nummer i telefonen så du kan agera snabbt.

1177 (Vårdguiden)	1177
Giftinformationscentralen GIC	010-456 67 00
Polisen	114 14
SOS	112
Närmsta BVC	
Närmsta närakut	

- Mer information:**
 - Titta på filmen "Hjärt- och Lungräddning" och/eller gå en kurs på sakerhetsutbildningar.se. Även de flesta BVC erbjuder kurser i bland annat Hjärt- och lungräddning.
 - Läs mer på dinsakerhet.se, en del av Myndigheten för Samhällsskydd och Beredskap.
 - Vi rekommenderar att teckna Trygga Barn som är Sveriges populäraste barnförsäkring. Trygg Hansa har även Sveriges enda gravidförsäkring som kan tecknas innan barnet är fött.