

照顧 BB 守則(中,英,印文對照) <參考>

洗澡 Take a Bath Ambil Mandi

1. 先在洗澡盆加入冷水再加入熱水，用手測試溫度，最好在華氏 96-100 度，然後加入少許洗澡液在水中攪勻
2. 調好水溫後，使用一隻手扶住 BB 的頸子及頭將 BB 放入浴盆，
3. 腋窩用小毛巾沾水輕洗 BB 的身體，特別頸摺位，腋窩，肚臍及大脾間的隙位
4. 然後，托著 BB 的胸口，把 BB 向前傾清洗背部
5. 洗完後，用毛巾抹乾 BB 的身體。若 BB 的皮膚乾燥或有尿布疹，可搽上適合 BB 用的潤膚乳

重點

- BB 在洗澡時會哭鬧，要特別小心.
- 確保屋內溫度是溫暖及空氣流通
- 要留意不要放太多水入水盆內，水深不可太高
- 若水在開著時，不要將 BB 放在浴盆內
- 避免用含有香料的沐浴露，這些會刺激 BB 皮膚

1. Add cold water in the Baby washing tub and add in hot water. Use your hand to test the temperature of the water and the water temperature should stay at 96-100 degrees, add in some baby liquid soap into water
2. Use one hand to support the neck and head of baby and gradually put baby into the tub
3. Use a cloth and dip some water to clean the baby's body, take special care of skin folds around the neck, armpits, elbows and lower back and skin folds of the thighs

4. To wash the back, use hand to support the front of baby
5. After bathing, use a towel to pat dry the baby's body. If Baby's skin is dry or has diaper rash, can apply Baby lotion

(Indo)

- 1. Tambahkan air dingin di bak mandi cucian Bayi dan tambahkan air panas. Pergunakan tangan anda untuk menguji suhu air dan suhu air sebaiknya tinggal di 96-100 derajat, menambahkan suatu cairan bayi sabun ke dalam air**
- 2. Pergunakan satu tangan untuk menyangga leher dan bagian depan bayi dan lambat laun menaruh bayi ke dalam bak mandi**
- 3. Pakai sehelai kain dan mandi beberapa air untuk membersihkan badan bayi, menerima perhatian istimewa lipatan kulit seputar leher, ketiak, siku dan punggung lebih rendah dan lipatan kulit paha**
- 4. Untuk mencuci punggung, menggunakan tangan untuk menyangga muka bayi**
- 5. Sesudah mandi, mempergunakan sehelai handuk untuk menepuk**

Important Details Detail penting

- Baby may cry during bathing, be careful while bathing
 - Make sure that the room ventilation is okay and room is warm
 - Do not put too much water in the tub
 - Do not put the baby in the tub while water is still running
 - Do not use soaps, shampoos and bubble baths as they may dry out baby's skin
- 1. Bayi mungkin menangis selama mandi, hati-hati sedangkan mandi**
 - 2. Yakinkan bahwa ventilasi kamar lumayan dan tempat hangat**
 - 3. Jangan taruh terlalu banyak air di bak mandi**
 - 4. Jangan taruh bayi di bak mandi sedangkan air masih jalan**
 - 5. Jangan pakai opera sabun, sampo dan busa mandi sewaktu mereka mungkin menjadi kering bayi 's kulit**

換尿片 Changing of Diaper Berganti Popok

1. 在打開尿片後，將尿片下幅向摺起，並捲起取出。
2. 張 BB 提起雙腳，用濕紙巾清洗大小便位置。用棉花球將 BB 屁股四周抹乾
3. 重新鋪上新尿片，替 BB 包好尿片。若 BB 是男孩要注意陰莖要向下，免尿水弄濕衣物。

重點

- BB 的肌膚容易敏感，容易出尿布疹。所以要確保 BB 的屁股保持乾爽及清潔
- 確保在一個清潔的地方來替 BB 換尿片
- 換片前，要洗乾淨雙手
- 清潔屁股時，要注意脾仔隙位
- 包尿片時要包得適合及貼身，不要太緊。

1. After opening the diaper, bundle the old diaper and take away the diaper.
2. Bring the baby's leg up, clean away any urine and remaining feces with wet tissue. Use cotton balls to clean up the baby's bottom
3. Cover up a new diaper, and tie it up properly. If the baby is a boy, aim the penis downward to keep wetness from drenching his clothing

- 1. Sesudah membuka popok, berkas popok dan pengambilan tua jauh popok.**
- 2. Mukakan tahap bayi, bersih jauh air kencing yang mana pun dan tetap feces dengan kertas tisu basah. Pakai bola kapas untuk pembersihan 3 bayi terbawah.**
- 3. Tutupi sehelai popok baru, dan ikatnya dengan semestinya.**
Jika bayi menjadi seorang anak laki-laki, tujuan zakar menurun untuk mencegah kebasahan membuat pakaiannya basah kuyup

Important Details Detail penting

- Baby's skin are sensitive, he/she could easily get rashes, so must keep the child's bottom clean and dry.
- Make sure to have a clean and safe place to change baby's diaper
- Wash your hands thoroughly before changing diaper
- When cleaning the bottom, pay attention to the baby's lower back and skin folds of thighs

- The diaper should fit the baby snugly, too tight will irritate the baby's skin.
1. Bayi 's kulit peka, dia/dia dengan mudah bisa terkena bercak, oleh sebab itu harus menjaga kebersihan dasar anak dan kering.
 2. Jagalah supaya mempunyai tempat bersih dan aman untuk berganti bayi 's popok
 3. Cuci tangan anda yang terlebih dahulu berganti popok
 4. Kalau membersihkan dasar, membayar perhatian sampai lipatan punggung dan kulit lebih rendah bayi paha
 5. Popok sebaiknya cocok dengan bayi dengan nyaman, terlalu rapat akan mengganggu kulit bayi.

餵奶 Feeding Milk Memasukkan Susu

1. 給 BB 飲奶前，先滴少許奶在手腕測試奶的溫度是否適合 BB 飲用。
2. 餵奶時，要注意 BB 的身體保持 45 度角。這樣可以減少 BB 吸入空氣的機會。
3. 餵奶時，要觀察奶液是否已填滿整個奶嘴及奶瓶的樽頸位
4. 飲完奶後，要替 BB 掃風，幫助 BB 胃內的空氣排出。免出現嘔奶情況
5. 掃風時，讓 BB 伏在肩膀上，輕拍 BB 的背部
6. 掃風時，抱起 BB 讓他在坐的姿勢，BB 身體微向前傾，輕輕拍背部

重點

- 餵奶時避免吸入過多空氣
- 餵奶時要抱著 BB
- 餵奶時要注意奶嘴的流奶量
- 若要翻熱奶樽的奶時，要以熱水坐熱奶樽至適合
- 奶的溫度應以接近人的體溫最為合適

1. Before feeding the baby, test the temperature by dripping some on the back of your hand
2. To help the baby swallow with less air, hold her at 45 degree angle
3. While feeding, make sure that the milk is at the teat and neck of the bottle
4. Stroke the baby's back to bring up trapped air from the baby's stomach
5. Hold the baby upright over your shoulder and rub the back
6. Sitting the baby upright and patting the back while supporting the chest and chin with your hand to let the baby burp

- 1. Sebelum memberi makan bayi, menguji suhu dengan meneteskan beberapa dibelakang anda hand**
- 2. Untuk menolong teguk bayi dengan sedikit udara, tetap dia di 45 derajat sudut.**
- 3. Sedangkan makan, meyakinkan bahwa susu di punting susu dan leher botol**
- 4. Stroke bayi sudah kembali untuk membawa di atas udara yang terjebak dari perut bayi**
- 5. Pegang bayi tegak di balik bahu dan gosokan anda punggung**
- 6. Duduk bayi tegak dan menepuk punggung sedangkan menyangga dada dan dagu dengan tangan anda untuk membiarkan bayi beserdawa**

Important Details Detail penting

- Avoid too many airs going in the baby's stomach while feeding
- Carry the baby while feeding
- Pay attention to the amount of milk dripping out of the teat
- If to reheat the milk, warm the bottle by standing it in a container of hot water (Do not heat in a microwave)
- The best temperature of the milk should be closed to the temperature of the human body

- 1. Hindari terlalu banyak lagak yang pas dengan perut bayi sedangkan makan**
- 2. Majukan bayi sedangkan makan**
- 3. Bayar perhatian ke banyaknya susu yang menetes dari punting susu**
- 4. Jika untuk menanaskan kembali susu, hangat botol dengan menempatkannya di wadah air panas (tidak memanaskan di mikro-gelombang)**
- 5. Suhu terbaik susu sebaiknya ditutup sampai suhu badan manusia**

睡覺 Sleeping Tidur

1. BB 床只需要一張堅固的床褥, 並不需要用枕頭
2. 抱著 BB 輕輕搖直至 BB 睡著才放在床上
3. BB 要保持仰睡, 以免引致意外窒息

4. 請勿放置玩具在 BB 床奈
5. BB 睡醒起床時, 先移走垂吊的玩具

重點

- BB 房最理想是黑暗及安靜
- 有些 BB 要有少許聲音的地方, 可緩衝那些突如其來的重大聲響
- 在床上的繩子要整理, 切勿讓 BB 接觸, 以免發生意外

1. Use a firm mattress and light bedding without a pillow on baby's crib
2. Hold the baby and rock him/her to sleep before putting down to bed
3. Babies should be sleeping face up to avoid suffocation
4. Don't leave toys on baby's crib
5. When baby is awake, be sure to move hanging toys out before carrying the baby out of bed

- 1. Pakai kasur kukuh dan perlengkapan tidur ringan tanpa bantal di bayi 's permainan crib**
- 2. Pegang bayi dan mengayun dia/dia untuk tidur sebelum menidurkan bulu burung**
- 3. Bayi sebaiknya tidur menghadap ke atas untuk menghindari tercekik**
- 4. Jangan tinggalkan mainan di bayi 's permainan crib**
- 5. Waktu bayi bangun, menjaga supaya memindahkan penggantungan mainan ke luar sebelum memajukan bayi setiap tempat tidur**

Important Details Detail penting

- Baby's room is ideal to kept dark and quite
- Some babies however sleep better with background music that buffers the sudden loud noises.
- Remove the pacifier strings out of reach of baby to avoid accidents

- 1. Bayi 's tempat ideal sampai kegelapan piaraan dan agak**
- 2. Ada yang memanjakan tetapi tidur lebih baik dengan musik latar belakang yang menahan kegaduhan keras yang mendadak.**
- 3. Singkirkan tali pembawa perdamaian setiap jangkauan bayi untuk menghindari kecelakaan**