



## Barn 0–1 år + soverom

**Spedbarn sover mye, og må passes på også når de sover. Den største faren for de minste på soverommet er å falle ut av sengen, eller bli kvalt. Det siste kan skje ved at de setter seg fast eller tulle seg inn i sengetøy. Krybbedød er en annen fare.**

### Kvelning

Spedbarn kan tulle seg inn i sengetøy, og i noen tilfeller sette seg fast i sprinkelsenger. De kan også vikle seg inn i snorer, i sengetøy, klær eller leker, eller putte småting i munnen og bli kvalt. De minste barna skal helst ikke ligge i voksnes seng, og aldri mellom voksne. Spedbarn skal sove på ryggen, og uten pute. Det reduserer risikoen for krybbedød.

- Passer du på at de aller minste sover på ryggen?
- Passer du på at barnet ikke kan tulle seg fast i sengetøy?
- Passer du på at barnet ikke kan vikle seg inn i snorer?
- Sikrer du at barnet ikke kan sette seg fast i sprinkler?
- Sikrer du at barnet ikke kan sette seg fast i sengebunnen?
- Sikrer du at barnet ikke kan komme i klem mellom voksne?

### Fall

De minste faller og slår seg over alt i huset. I soverommet er det sengen som krever ekstra oppmerksomhet. Et lite barn kan klatre ut eller på annet måte falle fra egen seng, eller det kan falle ut fra foreldrenes seng. Køyesenger er en særlig risiko på grunn av høyden.

- Har du sikret at barnet ikke kan falle ut av senga?
- Har du særlig sikret eventuell køyeseng?

### Forgiftning

Barn er nysgjerrige og vil putte ting de finner i munnen. De tåler mindre enn voksne og risikerer å bli forgiftet av stoffer som medisiner og kosmetikk. Slike produkter må derfor oppbevares trygt.

- Passer du på at barn ikke kan få tak i medisiner?
- Passer du på at barn ikke kan få tak i kosmetikk?

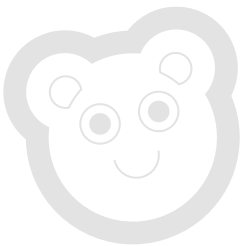
**Hovedregel:**  
Spedbarn må holdes under oppsyn. De minste må særlig sikres mot kvelning.



## Annet

Barn er utsatt for samme risiko i flere deler av hjemmet. I tillegg til punktene over, gjelder dette eksempelvis fare for elektrisk støt og brann.

- Passer du på at husdyr ikke kan komme opp i senga?
- Er barnesenger forsvarlig satt sammen og skruene strammet?
- Er lampene på barnerommet fastmonterte?
- Bruker du lyspærer som utvikler lite varme, som LED eller sparepærer, på barnerommet?
- Er stikkontakter utstyrt med barnesikre plugger?
- Er det installert røykvarsler – og har du sjekket at den virker?
- Bruker du babycall-anlegg eller tilsvarende?
- Har du et brannslukkingsapparat i nærheten?



**Risikorydding** har utarbeidet flere sjekklister for å gå systematisk gjennom *hjemmet*. Sjekklister er generelle veiledere for å fjerne farer i barns nærmiljø, basert på kunnskap om hvor og hvorfor skadene skjer. De vil aldri være helt komplette, eller passe nøyaktig for alle hus/hjem.