



ပတ် 4 **လီဆွန်နီအယ်လီတကီး**

တၢ်ကဘၣ်ဟံးခိက်ဝဲဒၣ် လီဆွန်နီအယ်လီတကီး ဖဲခိက်ကံးဒုၣ်ဖိခိက်ဒီး တၢ်ကဘၣ်ပးတံးခိက်ဝဲဖဲဖဲဘၣ်ခိက်ဒီးသးနီပုၤ အလီလၢအကပံးဃာ် တံးဝဲဒၣ်ဖိသၣ်အတၢ် ပူၤဖျဲးဒီးတၢ်ဘၣ်တီၢ် ဘၣ်ထံးအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ဖိသၣ်ဒီးသိလၣ်သ့ထဲလၢအအိၣ်ဒီးလီဆွန်နီအယ်လီတကီးဖဲ ကံးဒုၣ်ဖိခိက်ဒီးဖဲဘၣ်ခိက်ဒီးဖဲအဝဲသ့ၣ်အသးန့ၣ်အိၣ်အစ့ၤက တၢ် 8 နံၣ်ဒီးနစံးဆၢတၢ်လၢလံာ်တဖၣ်အံၤလၢ “မ့ၢ်” သ့ဝဲ-

- ယဖိအခိၣ်လၢခိၣ်က့ၣ်လီၤအလီၤအိၣ်ကစီထီၣ်န့ၣ်ဒီးသိ လၣ်လီဆွန်နီမဲၣ်ညါတပၤသ့ၤ.
- လီဆွန်နီအယ်လီတကီးဖဲကံးဒုၣ်လီၤအိၣ်လီၤဖျၢၣ်ဒီးပးခိက် တၢ်ဖဲခိက်, တမ့ၢ်အခိက်တၢ်ဖဲဟၢဖၢလီၤသ့ၤ.
- တၢ်ဟံးအိၣ်တၢ်လီဆွန်နီအယ်လီတကီးဖဲဖိသၣ်အဖဲဘၣ် ခိၣ်လၢအတမ့ၢ်ဖဲအကိာ်ဘိလီၤသ့ၤ.
- ဖိသၣ်ကၢၤဃာ်ဝဲဒၣ်အတၢ်ဆွန်နီအယ်လီဘၣ်ဝဲဖဲအဒီးသိ လၣ်ဒိတတီၢ်ညါအဂီၢ်သ့ၤ.



နမ့ၢ်စံးဆၢဝဲဒၣ်တၢ်လၢထံးတဖၣ်လၢ “တမ့ၢ်” န့ၣ်, စူးကါ တၢ် မၤအဲၤထီၣ်လီၤဆွန်နီ (booster seat) တက့ၢ်.

မ့ၢ်န့ၣ်ညါလၢသိလၣ်လီၤဆွန်နီခဲလၢက
2 ခါအကျါ 1 ခါတၢ်စူးကါအီၤ ကမ့ၢ်ခါ.

တၢ်စူးကါန့ၣ်ဖဲအသိလၣ်လီၤဆွန်နီကြးဝဲဘၣ်ဝဲတၢ်စံးအီၤပညိသ့ဝဲလၢတၢ် လီၤဆီလီၤသးဖဲတၢ်အိၣ်မ့ၢ်ဒီးတၢ်သံတၢ်ပုၤအဘၣ်စၢၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်ဟးဆူး တၢ်သ့ၣ်အူးသးအူးသ့ၣ်ခိၣ်တၢ်မၤထွဲတၢ်ဘျုးယိယိဖိတဖၣ်အံၤ-

သိလၣ်လီၤဆွန်နီအဂ့ၢ်ဂံၢ်ထံးတဖၣ်-

- စူးကါသိလၣ်လီၤဆွန်နီအယ်လီတကီး မ့ၢ်တမ့ၢ် နီၣ်သက့ၤဖဲတၢ်ဖိလၢလၢ တၢ်ထီထီၣ်သိလၣ်လီၤဆွန်နီအဂီၢ်တက့ၢ်. တၢ်တဘၣ်စူးကါအီၤခဲလၢလီၤ တဘျီဃာ်ဘၣ်မ့ၢ်တမ့ၢ်ဘၣ်လၢတၢ်ပျံးစူးကါဝဲဒၣ် သိလၣ်လီၤဆွန်နီကဟံး (car seat manufacturer) ခဲလၢလီၤ ဒီး သိလၣ်ကစၢ်မၤဝဲလၢအစုန့ၣ်လီၤ.
- တၢ်မ့ၢ်ဃၢ်ကဒါသိလၣ်လီၤဆွန်နီဆူမဲၣ်ညါတပၤလၢတၢ်ထီထီၣ်ဃာ်ဝဲဒီး နီၣ်သက့ၤဖဲတၢ်ဖိလၢန့ၣ်, တၢ်ကဘၣ်စူးကါပျံးဖဲတၢ်ဖိခိက်န့ၣ်လီၤ. ထီထီ န့ၣ်စူးကါပျံးဖဲတၢ်ဖိခိက်, ဖဲအအိၣ်ဝဲအခါ, လၢတၢ်ထီထီၣ်ဝဲဒၣ်တၢ်ဃၢ်ကဒါ သိလၣ်လီၤဆွန်နီဆူမဲၣ်ညါတပၤအဂီၢ်တက့ၢ်.
- တၢ်ကဘၣ်ထီထီၣ်သိလၣ်လီၤဆွန်နီတဖၣ်ဖိမဲလီၤသးဒီးတဘၣ်ကျိတလၢ ဒီးတၢ်တဘၣ်သူးအလီၤအါန့ၣ်ဒီးတစုမ့ၢ်ဒိၣ်ဖဲတၢ်သမံးမဲးဝဲဒၣ်ယီၤတကီး လဲၤတၢ်အကျါအခါန့ၣ်လီၤ.
- ပျံးပးတံးတၢ် (Harness straps) တဖၣ်ကဘၣ်ဃးဝဲဒၣ်ဂ့ၤဂ့ၤဒီးတၢ် ကံးညာ်ပျံးကဘျုးလၢတၢ်မၤယီၤတကီးတဖၣ်အသုတမၤဃးတံးတၢ်ဖဲ ဘၣ်ခိၣ်တဂ့ၤအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ထီထီန့ၣ်တဘၣ် ဟံးလီၤ ဖိသၣ်လီၤဆွန်နီဃၢ်ကဒါလၢလီၤခဲတပၤ (rear-facing car seat) လၢအအိၣ်ဖဲကလဲၤထၢၣ်ဒီးသးတၢ်အမံၤညါတ ပၤဘၣ်.
- ဖးဒီးလူၤဟံးမၤထွဲတၢ်ထီထီၣ်သိလၣ်လီၤဆွန်နီအတၢ်န့ၣ်ကျဲတဖၣ်လီၤတံး လီၤဆဲးတက့ၢ်.
- သ့တၢ်ဟ့ၣ်ကုၣ်ဘၣ်ဃးန့ၣ်သိလၣ်ကစၢ်အတၢ်မၤလၢစုလၢတၢ်ထီထီၣ်ဝဲဒၣ် လီၤဆွန်နီအယ်လီတကီးဒီးသိလၣ်လီၤဆွန်နီအဂ့ၢ်အကျါတက့ၢ်.
- ဖိသၣ်လၢအသးန့ၣ်အိၣ် 13 နံၣ်ဆူဖိလၢကဉ်ဆွန်နီဒီးသိလၣ်လၢအလီၤခဲ တပၤန့ၣ်လီၤ.



oklahoma.gov/health/cps

This publication is provided by Oklahoma Highway Safety Office. Funding was made possible by the Centers for Disease Control and Prevention, grant number is 1 NB01OT009262-01-00, provided to the Injury Prevention Services, Oklahoma State Department of Health (OSDH). This publication was issued by OSDH, an equal opportunity employer and provider. A digital file has been deposited with the Publications Clearinghouse of the Oklahoma Department of Libraries in compliance with section 3-114 of Title 65 of the Oklahoma Statutes and is available for download at documents.ok.gov. | Issued December 2022

တၢ်ဒီးသိလၣ်
အခွဲးယၢ်

ဖဲပုၤသးန့ၣ်ခဲလၢကဒီးတၢ်ကိး
ပတီၢ်ဒဲးအဂီၢ်





ပတ်စပို့
1

လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဃုၣ်ကဒါလၢလီၢ်ခဲတပၤ (REAR-FACING)

လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဃုၣ်ကဒါလၢလီၢ်ခဲတပၤ (rear-facing car seat) မ့ၢ်ဝဲလီၢ်ဆ့ၣ်နီၤအဂ့ၤကတၢၢ်လၢဖိသုၣ်ခဲးတဖၣ်ကစူးကါဝဲအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. အိၣ်ဒီးအတၢ်ဂီၤကၢၢ်ထီၣ်သးတဖၣ်ဖဲလၢတၢ်ဘၣ်တီၢ်ဘၣ်ထံးမၤသးအခါ, ဝံၣ်တၢ်နဖိဒီးသုးဃီၤအဝဲသ့ၣ်အလီၢ်လၢတၢ်မၤစၢၤလီၤတၢ်ဆိၣ်သန့းဖဲဖိသုၣ်အကီၢ်ဘိဒီးအပျီၢ်ဃဲလီၤန့ၣ်လီၤ.

ဟံဆ့ၣ်နီၤဖိသုၣ်အလီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဃုၣ်ကဒါလၢလီၢ်ခဲတပၤ (REAR-FACING) တသ့ဖဲအသ့တက့ၢ်.



ပတ်စပို့
2

ဃုၣ်ကဒါမံၣ်-ဆူမံၣ်ညါတပၤ

တၢ်မ့ၢ်ဃုၣ်ကဒါသိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဆူမံၣ်ညါတပၤလၢအအိၣ်ဒီးအဂီၤကၢၢ်ဒီးအပျံၤလၢတၢ်ဟံပနီၣ်ဝဲလၢနဖိအတၢ်ဟူးဝးလၢအမံၣ်ညါဖဲတၢ်ဘၣ်တီၢ်ဘၣ်ထံးအခါန့ၣ်လီၤ.



ပတ်စပို့
3

တၢ်မၤအါထီၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤ (BOOSTER SEAT)

တၢ်မၤအါထီၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤ (booster seat) ဖဲလီၢ်ဆ့ၣ်နီၤအလီၢ်တကိးအလီၢ်ဒိသးကဖိးမံၣ်လီၢ်သးဒီးန့ၣ်အနီၢ်ခိမိၢ်ပျံၤလၢအဂံၢ်ဆူၣ်တပၤအလီၢ်န့ၣ်လီၤ.

- American Academy of Pediatrics (AAP) (အမဲရိကၢၢ်ဖိဒိဖိသုၣ်တၢ်မၤလိမၤဒီးဝဲက့ၢ်) ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖဲဝဲခဲမိၢ်ပၢတဖၣ်လၢအကၢၢ်ဆ့ၣ်နီၤအဖိဖဲ လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဃုၣ်ကဒါလၢလီၢ်ခဲတပၤ (Rear-Facing) တသ့ဖဲအသ့လၢအဖိမဲလိသးဒီးတၢ်ဟံပနီၣ်အနီၢ်အထီ မ့တမ့ၢ် အတယၢၢ်လၢ သိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤကဟ့ၢ် (car seat manufacturer) အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဃုၣ်ကဒါလၢလီၢ်ခဲတပၤ (rear-facing car seat) တၢ်တကၢၢ် ဟံလီၤဖဲကလံးထၢၣ်ဒိသစၢၤတၢ်အမံၣ်ညါတပၤ နီတဘျီဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဘိးဒုခံလီၤ လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဃုၣ်ကဒါလၢလီၢ်ခဲတပၤ (rear-facing car seat) အသန့ၣ် 30-45°, ဒ်ပုၤတုထုထီၣ်သိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤအတၢ်က့ၢ်တဖၣ်အသးတက့ၢ်.
- ပျံးပးတံၢ်တၢ် (Harness straps) အလီၢ်ဖဲဖဲဘၣ် အဖိလံာ် တဖၣ်တၢ်ကဘၣ်မၤလီၤတံၢ်ဝဲခဲအတၢ်မၤဃဲးတၢ်ဂုၤန့ၣ်လီၤ.
- လဲလိာ်မၤဘၣ်နီၣ်တံၢ်တၢ်ဖဲသးနီၣ်ပျံၤအလိလၢအယုလိာ်သးဒီးကံၢ်လံာ်ပူၤအပတီၢ်တက့ၢ်.
- ဖိသုၣ်အခိၣ်ကဘၣ်အနီၢ်ဒီး 1” ဖျံၣ်နီၣ်သိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤအဖိခိၣ် မ့တမ့ၢ် ဒ်ပုၤတုထုထီၣ်သိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤအတၢ်က့ၢ်တဖၣ်အသးန့ၣ်လီၤ.
- တဘၣ်နီၣ်မံၣ်ဖဲလၢဖိသုၣ်အခိၣ်မ့ၢ်ထူဘၣ်သိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤန့ၣ်လီၤ.

- ဖိသုၣ်လၢအသးန့ၣ်အိၣ်အစ့ၤကတၢၢ် 2 န့ၣ်, မ့တမ့ၢ် အနီၢ်ထီတလၢကဲၣ်ဆိး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟံပနီၣ်အတယၢၢ်လၢ လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဃုၣ်ကဒါလၢလီၢ်ခဲတပၤ (rear-facing car seat) အဂီၢ်, တၢ်ကၢၢ်ဟံဆ့ၣ်နီၤအဖိဖဲသိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤလၢအ ကွၢ်တၢ်ဆူမံၣ်ညါတပၤန့ၣ်လီၤ.
- ပျံးပးတံၢ်တၢ် (Harness straps) အလီၢ်ဖဲဖဲဘၣ် အဖိခိၣ် တဖၣ် တၢ်ကဘၣ်မၤလီၤတံၢ်ဝဲခဲအတၢ်မၤဃဲးတၢ်ဂုၤန့ၣ်လီၤ.
- လဲလိာ်မၤဘၣ်နီၣ်တံၢ်တၢ်ဖဲသးနီၣ်ပျံၤအလိလၢအယုလိာ်သးဒီးကံၢ်လံာ်ပူၤအပတီၢ်တက့ၢ်.
- ဟံလီၤဖိသုၣ်ဖဲတၢ်ပးတံၢ်တၢ်အလီၢ် 5 တီၤတသ့ဖဲအသ့, လၢတၢ်ဖိခိၣ်အတၢ်ထီထီၣ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဟံပနီၣ်သိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤအတယၢၢ်န့ၣ်လီၤ.
- ဖိသုၣ် 4 န့ၣ်ဆူဖိလံာ်ဘၣ်ဆၣ်အတယၢၢ်အါန့ၢ် 40 ပီၣ်ကကဲဘျီဝဲလၢအစူးကါဝဲဒၣ်သိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံပနီၣ်တၢ်ပးတံၢ်တၢ်အတယၢၢ်ဒီးအတၢ်ထီထီၣ်န့ၣ်လီၤ.

- ဖိသုၣ်လၢအသးန့ၣ်အိၣ်အစ့ၤကတၢၢ် 4 န့ၣ်ဒီးအနီၢ်ထီန့ၢ်ဒီးသိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤဆူမံၣ်ညါတပၤအဂီၤကၢၢ်န့ၣ်ကၢၢ်ဒီးသိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်မၤအါထီၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤအလီၢ်တကိးအလီၢ်န့ၣ်လီၤ.
- တၢ်မၤအါထီၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤ (booster seat) ကၢၢ်မ့ၢ် ထဲဒုၣ် တၢ်စူးကါဝဲဖဲကံၢ်ဒုၣ်ခိၣ်/ဖဲဘၣ်လီၤအလီၢ်တကိးတဖၣ်ဒီး တဘၣ်မ့ၢ်နီတဘျီ လၢလီၢ်ဆ့ၣ်နီၤယီၢ်တကိးလၢအအိၣ်ထဲကံၢ်ဒုၣ်ခိၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ယီၢ်တကိးဖဲကံၢ်ဒုၣ်ခိၣ်ကဘၣ်ဃဲးဃီၣ်ဒိၣ်လီၢ်သးဖဲခဲကံၢ်အဖိခိၣ်တပၤ - တမ့ၢ်ဖဲဖဲဖဲလီၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ယီၢ်တကိးဖဲကံၢ်ဒုၣ်ခိၣ်ကဘၣ်ဃဲးဃီၣ်ဒိၣ်လီၢ်သးဒီးသးနီၣ်ပျံၤ, လၢအခိၣ်ဝဲဖဲဘၣ်ခိၣ် - တမ့ၢ်ကိာ်ဘိလီၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဖိသုၣ်တကၢၢ်ဟံလီၤအလီၢ်ဆ့ၣ်နီၤအတယၢၢ်တကိးဖဲအစူးဖိလံာ် မ့တမ့ၢ် အချၢဃဲတပၤနီတဘျီဘၣ်န့ၣ်လီၤ.
- အါတက့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဝဲခဲ တၢ်မၤအါထီၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤ (booster seat) လၢဖိသုၣ်အသးန့ၣ်အိၣ်အစ့ၤကတၢၢ် 4 န့ၣ်ဒီးအတယၢၢ်အိၣ်အစ့ၤကတၢၢ် 40 ပီၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဃုထၢသိလုၣ်လီၢ်ဆ့ၣ်နီၤလၢအဘၣ်ဒီးသန့ၣ်ထီၣ်သးလၢ သးန့ၣ်, တယၢၢ်, နီၢ်ထီဒီးတၢ်လဲထီၣ်လဲထီအပတီၢ်အဖိခိၣ်န့ၣ်လီၤ