Informasi untuk orang tua

Sistem kesehatan NSW dan petugas kesehatan memainkan peran penting dalam membantu anak-anak dan keluarga untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan. Untuk informasi lebih lanjut, lihatlahwww.health.nsw.gov.au

Pusat kesehatan anak kecil

Pusat kesehatan anak kecil menyediakan pelayanan gratis untuk semua orang di NSW yang baru menjadi orang tua. Perawat kesehatan anak dan keluarga bekerja di pusat tersebut, dan menawarkan pemeriksaan kesehatan, perkembangan dan kesejahteraan untuk anak Anda, serta dukungan, pendidikan dan informasi tentang semua aspek pengasuhan. Untuk mencari pusat kesehatan anak kecil dekat Anda, kunjungilah situs internet berikut: www.health.nsw.gov.au/services/pages/default.aspx

Profesional penting lainnya dalam kesehatan anak

Dokter umum (GP) atau dokter keluarga Anda adalah orang yang harus Anda jumpa apabila anak Anda sakit, atau jika Anda mempunyai keprihatinan apapun tentang kesejahteraan anak Anda. GP menyediakan perawatan kesehatan dasar, rujukan ke spesialis, dan jika perlu, mengelola perawatan kesehatan anak Anda.

Seorang **spesialis anak** dapat menyediakan pelayanan kesehatan spesialis untuk anak Anda. Anda memerlukan rujukan dari GP untuk membuat janji dengan spesialis anak.

Pemeriksaan kesehatan dan perkembangan secara berkala untuk anak Anda

Anda harus membawa anak Anda ke perawat kesehatan anak dan keluarga di pusat kesehatan anak setempat Anda, atau ke dokter Anda, untuk pemeriksaan kesehatan pada usia berikut. Semua pemeriksaan kesehatan ini sangat penting karena membantu perawat atau dokter melacak kesehatan dan perkembangan anak Anda dan menentukan masalah yang mungkin timbul. Bahkan jika Anda sama sekali tidak prihatin tentang kesehatan atau perkembangannya, Anda harus membawa anak Anda ke setiap pemeriksaan kesehatan

Anak-anak harus diperiksa oleh seorang ahli kesehatan pada usia:

- lahir
- 1 sampai 4 minggu
- 6 sampai 8 minggu
- 6 bulan
- 12 bulan
- 18 bulan
- 2 tahun
- 3 tahun
- 4 tahun

Jika Anda prihatin tentang kesehatan, pertumbuhan, perkembangan atau perilaku anak Anda pada waktu antara pemeriksaan kesehatan yang dijadwalkan, bawalah anak Anda ke perawat kesehatan keluarga atau dokter Anda.

Evaluasi kesehatan dan perkembangan anak Anda

Serangkaian **pertanyaan untuk orang tua** yang dikenal sebagai Evaluasi Status Perkembangan oleh Orang Tua (PEDs) tersedia untuk setiap pemeriksaan kesehatan, mulai saat anak Anda berusia 6 bulan.

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini setepat mungkin sebelum setiap pemeriksaan, karena dapat membantu Anda dan dokter atau perawat kesehatan anak dan keluarga Anda dalam menentukan keprihatinan tentang cara anak Anda sedang belajar, berkembang dan perilakunya.

Anda dan mana-mana ahli kesehatan anak Anda harus membuat catatan tentang kesehatan dan kemajuan anak Anda dalam buku ini. Ada bagian 'Catatan Medis' di mana catatan rinci dapat direkam.

Memantau pertumbuhan dan perkembangan anak Anda

Semua anak tumbuh dan berkembang tidak sama cepat. Hal ini penting untuk memantau perkembangan anak Anda sehingga setiap masalah yang mungkin dapat ditentukan dan diobati sedini mungkin.

Pertumbuhan dan perkembangan anak Anda dipantau dengan beberapa cara:

- dengan Anda memeriksa tonggak pertumbuhan dan perkembangan anak Anda dan menjawab pertanyaan-pertanyaan PEDS dalam buku ini
- dengan pemeriksaan anak Anda oleh seorang ahli kesehatan dalam pemeriksaan kesehatan berkala yang dijadwalkan
- melalui pengujian skrining.

Perhatian: Pengujian skrining, pengecekan dan pemeriksaan tidak bakal 100% tepat. Kadang-kadang pemeriksaan kesehatan atau pengujian skrining mungkin menunjukkan ada masalah walaupun sebenarnya tidak ada, atau tidak mendeteksi masalah yang benar-benar ada. Adakalanya masalah baru mungkin timbul setelah anak Anda menjalani pengujian skrining atau pemeriksaan kesehatan. Inilah sebabnya penting untuk menghadiri semua pemeriksaan kesehatan yang dianjurkan, dan menjawab pertanyaan untuk orang tua dalam buku ini.

Keselamatan Anak

Banyak kecederaan dan kecelakaan anak-anak dapat dicegah. Untuk petuah, informasi dan sumber daya tentang keselamatan anak, kunjungilah www.kidsafensw.org dan www.health.nsw.gov.au/childsafety.

Keselamatan di mobil sangat penting bagi anak-anak dari semua golongan usia. Ketika melakukan perjalanan dalam mobil, semua anak dari usia lahir sampai tujuh tahun harus menggunakan alat pengaman anak yang benar untuk usia dan ukurannya. Untuk informasi lebih lanjut, kunjungilah www.rta.nsw.gov.au/roadsafety/anak.

Beberapa perkara penting tentang keselamatan adalah:

Untuk bayi

- meluncur dari meja ganti lampin, bangku atau tempat tidur.
- tersedak karena benda kecil.
- luka bakar karena minuman panas tertumpah pada anak.
- menelan racun atau overdosis obat.
- jatuh dari dekapan pengasuh.

Untuk anak berusia 3 sampai 5 tahun

- jatuh dari sepeda, skuter, peralatan bermain atau di rumah.
- gigitan anjing.
- luka bakar.
- jatuh dari jendela dan balkon.
- tertabrak kendaraan di jalan masuk.
- tenggelam dalam bak mandi, kolam renang tidak berpagar, dan spa.

Untuk anak kecil berusia 12 bulan sampai 3 tahun

- tersedak karena makanan yang tidak cocok dan benda kecil.
- jatuh dari kursi tinggi, troli pasar swalayan atau kereta dorong bayi, atau jatuh di tangga.
- luka bakar karena anak membuka keran air panas di kamar mandi atau menarik panci dari kompor.
- tertelan racun, obat-obatan dan deterjen rumah tangga yang sebelumnya di luar jangkauan.
- luka bakar disebabkan oleh alat pemanas dan kebakaran.
- tertabrak kendaraan di jalan masuk.
- tenggelam dalam bak mandi, kolam renang tidak berpagar, dan spa.
- melompat dari perabot dan berlari ke benda tajam.
- jatuh dari peralatan bermain.
- berlari ke jalan tanpa melihat.
- jatuh dari jendela dan balkon.

Riwayat kesehatan keluarga dan faktor risiko

	Ya	Tidak
Apakah salah mana-mana saudara dekat bayi Anda yang tuna rungu atau kurang upaya mendengar sejak kecil?	☐	☐
Apakah ada anggota keluarga yang menderita masalah mata ketika masih kecil?	☐	☐
Apakah ada mana-mana saudara dekat bayi Anda yang tuna netra sebelah atau kedua belah mata?	☐	☐
Selama kehamilan, apakah ibu bayi Anda menderita rubela, sitomegalovirus, toksoplasmosis, herpes atau penyakit lainnya yang menyebabkan demam atau ruam?	☐	☐
Saat lahir, apakah bayi Anda beratnya kurang dari 1500 gram, harus masuk ke instalasi perawatan intensif selama lebih dari dua hari, atau membutuhkan oksigen selama 48 jam atau lebih?	☐	☐
Apakah bayi Anda lahir dengan mana-mana masalah fisik?	☐	☐

Mengukur dan memantau pertumbuhan anak Anda

Mengukur tinggi, berat badan dan lingkar kepala anak Anda memberikan informasi tentang pertumbuhan anak Anda. Dokter atau perawat harus mencatat ukuran anak Anda di setiap pemeriksaan kesehatan dan melengkapi grafik pertumbuhan di bagian ini.

Semua anak tumbuh dan berkembang tidak sama cepat. Meskipun pengukuran tunggal sangat membantu, untuk menilai pertumbuhan anak Anda, penting untuk mencatat beberapa ukuran dari waktu ke waktu untuk melihat pola pertumbuhan.

Untuk informasi lebih lanjut tentang penafsiran grafik pertumbuhan, kunjungilah www.who.int/childgrowth/en dan www.cdc.gov/growthcharts.

Tidak ada dua anak yang sama, tetapi ada beberapa pedoman dasar untuk berat badan anak. Indeks massa tubuh (BMI) digunakan untuk menilai apakah seseorang kurang berat badan, berat badannya normal atau berat badannya berlebihan. Grafik BMI dan usia grafik dianjurkan oleh Dewan Kesehatan Nasional dan Penelitian Medis untuk menilai berat badan anak dari 2 tahun. Grafik ini mengakui kenyataan bahwa tubuh anak-anak masih tumbuh dan berkembang. Anda dapat memperoleh kalkulator BMI melalui internet di: www.healthykids.nsw.gov.au/parents-carers/faqs/what-is-a-healthy-weight.aspx.

Tetap mempunyai berat badan yang sehat penting untuk tubuh anak-anak ketika sedang tumbuh dan berkembang. Berat badan yang sehat biasanya dapat dijaga dengan mengimbangkan jumlah energi yang didapatkan anak Anda (melalui makanan dan minuman) dan energi yang digunakan (untuk tumbuh, dan melalui kegiatan fisik).

Memantapkan kebiasaan makan dan gerak badan yang sehat ketika masih muda dapat membantu menghindari masalah kesehatan seperti, obesitas, diabetes tipe 2, beberapa jenis kanker dan tekanan darah tinggi.

Jika Anda prihatin tentang kebiasaan makan atau berat badan anak Anda, berjumpalah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga setempat, atau dokter Anda.

Lihat halaman 2.2 untuk situs internet dan sumber daya dalam jaringan yang menyediakan informasi tentang cara untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak Anda.

Pertanyaan untuk orang tua tentang pendengaran

Jawablah pertanyaan berikut dengan mencentang kotak yang tepat secepat mungkin setelah bayi Anda lahir.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah bayi Anda menderita masalah pernapasan parah saat lahir?	☐	☐
Apakah bayi Anda menderita meningitis?	☐	☐
Apakah bayi Anda menderita penyakit kuning, yang memerlukan transfusi tukar?	☐	☐
Apakah berat badan bayi Anda kurang dari 1500 gram saat lahir?	☐	☐
Apakah bayi Anda menerima perawatan intensif selama lebih dari 5 hari setelah lahir?	☐	☐
Apakah Anda pernah memperhatikan sesuatu yang aneh tentang kepala atau leher bayi Anda, misalnya wajah berbentuk kurang biasa, atau lipatan kulit?	☐	☐
Apakah bayi Anda menderita Sindrom Down (trisomi 21) atau kondisi lain yang berkaitan dengan gangguan pendengaran?	☐	☐

Jika Anda menjawab untuk mana-mana pertanyaan ini, beri tahulah dokter atau perawat kesehatan anak dan keluarga Anda.

Hasil

☐ Normal ☐ Dirujuk

Saya berusia 2 minggu

Beberapa hal yang mungkin saya lakukan

- Terkejut oleh bunyi keras
- Mulai memfokus pada wajah
- Menggenggam jari-jari Anda ketika ditempatkan di tanganku

Beberapa ide untuk menghabiskan waktu dengan saya

- Berbicaralah denganku ketika aku terjaga
- Tanggapi suara dan ekspresiku dengan mengikut apa yang saya lakukan
- Pelukku

Berbicaralah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga atau dokter saya jika saya

- TIDAK bereaksi terhadap bunyi keras
- TIDAK menyusu dengan baik

Sayangi, Bicara, Nyanyi, Baca, Main merupakan sumber daya dari Families NSW yang memberikan informasi lebih lanjut tentang perkembangan sosial, emosional dan intelektual anak Anda, dan cara untuk membantu mengasuh anak Anda: www.families.nsw.gov.au/resources/love-sing.htm

Kunjungan 1 sampai 4 minggu

Kunjungan pertama Anda dengan perawat kesehatan anak dan keluarga biasanya diadakan di rumah keluarga. Ini adalah saat yang baik bagi orang tua dan perawat untuk mengenal satu sama lain dan berbicara tentang masalah apa pun.

Topik untuk diskusi dapat mencakup:

Kesehatan dan Keselamatan

- Mencerdaskan bayi ñ termasuk ASI
- Tidur dengan aman dan pencegahan Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS)
- Imunisasi
- Keamanan
- Pertumbuhan

Perkembangan

- Menangis
- Menghibur bayi Anda
- Berbicara dengan bayi Anda – komunikasi, bahasa dan bermain

Keluarga

- Menggunakan 'Catatan Kesehatan Pribadi'
- Peran perawat kesehatan anak dan keluarga, dokter keluarga dan ahli kesehatan lainnya
- Kesehatan emosional orang tua
- Kesehatan umum ibu – gizi, istirahat, perawatan payudara, gerak badan, kesehatan mulut
- Kelompok orang tua dan jaringan dukungan
- Merokok
- Pekerjaan/penitipan anak

Masih Merokok?

Merokok meningkatkan risiko bayi Anda untuk Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS).

Hubungilah **13 QUIT** (13 7848) atau kunjungi www.icanquit.com.au/

Pertanyaan untuk Orang Tua

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini sebelum perawat Anda berkunjung atau sebelum Anda berjumpa dengan dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan minggu 1 sampai 4.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah ada orang lain yang prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang penglihatan bayi Anda?	☐	☐
Apakah bayi Anda terpajan pada asap rokok di rumah atau mobil?	☐	☐
Apakah bayi Anda dibaringkan pada punggungnya untuk tidur?	☐	☐
Penyusuan		
Sejak saat ini kemarin, apakah bayi Anda menerima ASI?	☐	☐
Sejak saat ini kemarin, apakah bayi Anda menerima mana-mana dari yang berikut?		
a) Vitamin ATAU suplemen mineral ATAU obat-obatan (jika perlu)	☐	☐
b) Air putih ATAU air manis / rasa ATAU jus buah ATAU teh / infusi	☐	☐
c) Susu formula bayi ATAU susu lainnya (misalnya susu sapi, susu kedelai, susu kental, susu kondensasi, dsb.)	☐	☐
d) Makanan padat ATAU separuh padat	☐	☐

Rekomendasi terkini adalah agar bayi minum ASI saja sampai usia kurang lebih 6 bulan (dapat minum vitamin, suplemen mineral atau obat-obatan) dan tetap menyusu dari payudara (sambil menerima makanan pelengkap) sampai usia 12 bulan ke atas. *NHMRC Infant Feeding Guidelines for Health Workers*, 2003.

Saya berusia 8 minggu

Beberapa hal yang mungkin saya lakukan

- Membuat bunyi seakan-akan 'menjelaskan sesuatu'
- Diam diri ketika seseorang sedang berbicara kepada saya
- Senyum
- Menyatukan kedua belah tangan

Beberapa ide untuk menghabiskan waktu dengan saya

- Menyanyi dan berbicara kepadaku
- Bermain dengan saya ketika berbaring di lantai pada perutku
- Membawaku dalam kereta dorong bayi untuk berjalan-jalan

Berbicaralah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga atau dokter saya jika saya

- TIDAK melakukan hal yang dapat saya lakukan sebelumnya
- TIDAK membuat bunyi selain menangis
- TIDAK mulai tersenyum
- TIDAK menatap matamu

Sayangi, Bicara, Nyanyi, Baca, Main merupakan sumber daya dari Families NSW yang memberikan informasi lebih lanjut tentang perkembangan sosial, emosional dan intelektual anak Anda, dan cara untuk membantu mengasuh anak Anda: www.families.nsw.gov.au/resources/love-sing.htm

---

Kunjungan 6 sampai 8 minggu

Topik untuk diskusi dapat mencakup:

Kesehatan dan Keselamatan

- Menyusui bayi Anda
- Imunisasi
- Tidur dengan aman dan pencegahan Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS)
- Cara untuk pintar matahari
- Pertumbuhan

Perkembangan

- Persoalan yang timbul dari pertanyaan untuk orang tua
- Menangis
- Menghibur bayi Anda
- Berbicara dengan bayi Anda – komunikasi, bahasa dan bermain

Keluarga

- Kelompok orang tua
- Kesehatan ibu (gizi, istirahat, keluarga berencana, gerak badan)
- Kesehatan emosional orang tua
- Merokok
- Pengasuhan positif dan membangun hubungan dekat dengan anak Anda

Masih Merokok?

Merokok meningkatkan risiko bayi
Anda untuk Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS).

Hubungilah **13 QUIT** (13 7848) atau kunjungi www.icanquit.com.au/

Pertanyaan untuk Orang Tua

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini sebelum Anda berjumpa dengan perawat atau dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan 8 minggu.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjalani pemeriksaan pasca melahirkan?	☐	☐
Apakah bayi Anda juga diperiksa?	☐	☐
Apakah Anda mempunyai keprihatinan apa pun tentang bayi Anda?	☐	☐
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah ada orang lain yang prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah bayi Anda menoleh ke arah cahaya?	☐	☐
Apakah bayi Anda tersenyum pada Anda?	☐	☐
Apakah bayi Anda mengamati muka Anda dan mengadakan kontak mata dengan Anda?	☐	☐
Pernahkah Anda memperhatikan bahwa satu atau kedua belah anak mata bayi Anda berwarna putih?	☐	☐
Apakah Anda dan bayi Anda senang menghabiskan waktu bersama-sama?	☐	☐
Apakah Anda membaca, berbicara dan bermain dengan bayi Anda?	☐	☐
Apakah bayi Anda terpajan pada asap rokok di rumah atau mobil?	☐	☐
Apakah bayi Anda dibaringkan pada punggungnya untuk tidur?	☐	☐

Penyusuan	**Ya**	**Tidak**
Sejak saat ini kemarin, apakah bayi Anda menerima ASI?	☐	☐
Sejak saat ini kemarin, apakah bayi Anda menerima mana-mana dari yang berikut?		
a) Vitamin ATAU suplemen mineral ATAU obat-obatan (jika perlu)	☐	☐
b) Air putih ATAU air manis / rasa ATAU jus buah ATAU teh / infusi	☐	☐
c) Susu formula bayi ATAU susu lainnya (misalnya susu sapi, susu kedelai, susu kental, susu kondensasi, dsb.)	☐	☐
d) Makanan padat ATAU separuh padat	☐	☐

Rekomendasi terkini adalah agar bayi minum ASI saja sampai usia kurang lebih 6 bulan (dapat minum vitamin, suplemen mineral atau obat-obatan) dan tetap menyusu dari payudara (sambil menerima makanan pelengkap) sampai usia 12 bulan ke atas. *NHMRC Infant Feeding Guidelines for Health Workers*, 2003.

Anda mungkin ingin berbicara dengan perawat atau dokter Anda tentang keadaan emosi dan fisik Anda, dan Anda mungkin mempunyai pertanyaan tentang cara terbaik untuk merawat bayi Anda.

Catatan orang tua

Saya berusia 6 bulan

Beberapa hal yang mungkin saya lakukan

- Mendukung berat badan dengan kaki sendiri saat tetap berdiri
- Membawa benda ke mulutku
- Mulai menyampaikan benda dari satu tangan ke tangan sebelah
- Mengoceh berulang-ulang, misalnya, ga-ga-ga, ma-ma-ma
- Menampilkan rasa ingin tahu tentang hal-hal dan coba mendapatkan benda yang berada di luar jangkauan

Beberapa ide untuk menghabiskan waktu dengan saya

- Berbagi buku gambar denganku
- Menyanyi dan berbicara kepadaku
- Bermain di lantai denganku

Berbicaralah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga atau dokter saya jika saya

- TIDAK melakukan hal yang dapat saya lakukan sebelumnya
- TIDAK mendukung berat badan dengan kakiku
- TIDAK menanggapi nama saya
- TIDAK coba memegang mainan
- TIDAK mengoceh atau ketawa

Sayangi, Bicara, Nyanyi, Baca, Main merupakan sumber daya dari Families NSW yang memberikan informasi lebih lanjut tentang perkembangan sosial, emosional dan intelektual anak Anda, dan cara untuk membantu mengasuh anak Anda: www.families.nsw.gov.au/resources/love-sing.htm

---

Kunjungan 6 bulan

Topik untuk diskusi dapat mencakup:

Kesehatan dan Keselamatan

- Tidur
- Tidur dengan aman dan pencegahan Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS)
- Membantu bayi Anda makan sehat
- Merawat gigi anak Anda
- Imunisasi
- Cara untuk pintar matahari
- Keamanan
- Pertumbuhan

Perkembangan

- Persoalan yang timbul dari pertanyaan PEDS* untuk orang tua
- Perilaku bayi Anda
- Mobilitas bayi Anda
- Berbicara dengan bayi Anda – komunikasi, bahasa dan bermain

Keluarga

- Hubungan dan persaingan sesama saudara
- Kegiatan bermain
- Kesehatan emosional orang tua
- Mengikuti kelompok bermain
- Merokok
- Pengasuhan positif dan membangun hubungan dekat dengan anak Anda

**Evaluasi Status Perkembangan oleh Orang Tua*

Masih Merokok?

Merokok meningkatkan risiko bayi Anda untuk
Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS).

Hubungilah **13 QUIT** (13 7848) atau kunjungi www.icanquit.com.au/

Pertanyaan untuk Orang Tua

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini sebelum Anda berjumpa dengan perawat atau dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan 6 bulan.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah ada orang lain yang prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang penglihatan bayi Anda?	☐	☐
Apakah bayi Anda matanya juling (strabismus)?	☐	☐
Apakah bayi Anda mengamati Anda dan mengikuti Anda dengan matanya?	☐	☐
Pernahkah Anda memperhatikan bahwa satu atau kedua belah anak mata bayi Anda berwarna putih?	☐	☐
Apakah bayi Anda terpajan pada asap rokok di rumah atau mobil?	☐	☐
Apakah bayi Anda dibaringkan pada punggungnya untuk tidur?	☐	☐

Penyusuan	**Tidak Ingat**	**Ya**	**Tidak**
Ketika bayi Anda berusia **4 bulan**, apakah ia menerima ASI?	☐	☐	☐
Sejak **saat ini kemarin**, apakah bayi Anda menerima ASI?		☐	☐
Sejak **saat ini kemarin**, apakah bayi Anda menerima mana-mana dari yang berikut?			
a) Vitamin ATAU suplemen mineral ATAU obat-obatan (jika perlu)		☐	☐
b) Air putih ATAU air manis / rasa ATAU jus buah ATAU teh / infusi		☐	☐
c) Susu formula bayi ATAU susu lainnya (misalnya susu sapi, susu kedelai, susu kental, susu kondensasi, dsb.)		☐	☐
d) Makanan padat ATAU separuh padat		☐	☐

Rekomendasi terkini adalah agar bayi minum ASI saja sampai usia kurang lebih 6 bulan (dapat minum vitamin, suplemen mineral atau obat-obatan) dan tetap menyusu dari payudara (sambil menerima makanan pelengkap) sampai usia 12 bulan ke atas. *NHMRC Infant Feeding Guidelines for Health Workers*, 2003.

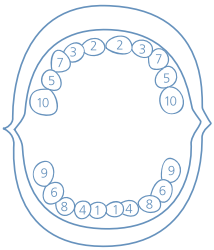
Gigi anak Anda – menjaga kesehatan gigi

Gigi sehat penting untuk kesehatan umum dan perkembangan wicara. Kebanyakan masalah gigi dapat dicegah. Identifikasi dini anak-anak yang menghadapi risiko penyakit gigi, dan deteksi dini penyakit tersebut, dapat mencegah kerusakan parah pada gigi dan perawatan gigi yang mahal di rumah sakit dengan anestetik umum.

Dengan menjawab pertanyaan kesehatan gigi dalam buku ini, Anda dapat membantu menentukan mana-mana masalah yang mungkin timbul dan mengetahui cara untuk merawat gigi anak Anda secara benar.

Kapan gigi bayi mulai tumbuh?

Urutan umum gigi tumbuh	Nama gigi	Usia kira-kira saat gigi tumbuh
1,2,3,4	Gigi seri	6-12 bln
5,6	Geraham pertama si bayi	12-20+ bln
7,8	Taring	18-24 bln
9,10	Geraham kedua si bayi	24-30 bln



Usia rata-rata di atas hanya sebagai panduan. Tidak perlu prihatin jika gigi anak Anda tumbuh lebih awal atau lambat daripada usia-usia ini.

Botol dan Dot

ASI adalah makanan terbaik untuk bayi Anda. Jika anak Anda tidak menyusu:

- Isikan **hanya** ASI, susu formula atau air dalam botol bayi Anda
- Pegang bayi selalu ketika ia sedang minum dan angkat botol saat bayi Anda telah cukup minum
- Membaringkan bayi untuk tidur dengan botol dalam mulutnya dapat mengakibatkan kerusakan gigi
- Madu, gliserin, susu kental serta makanan atau minuman manis lengket lainnya pada dot anak Anda dapat mengakibatkan kerusakan gigi
- Dari usia 6 bulan kebanyakan anak dapat belajar menggunakan cangkir dengan berlatih ñ pada usia sekitar 12 bulan gantikan botol dengan cangkir

Gigi tumbuh

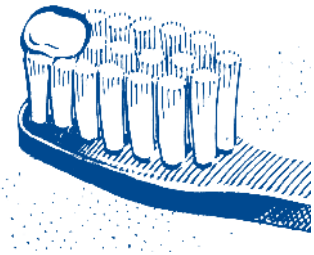
- Jika anak Anda kurang nyaman ketika tumbuh gigi, tawarkan lingkar gigitan atau kain cuci yang dingin
- Jika timbul gejala lain, bertanyalah kepada perawat kesehatan anak dan keluarga

Makanan dan Minuman

- Tawarkan makanan sehat untuk hidangan dan kudapan dari usia sekitar 6 bulan
- Biarlah makanan bayi tidak manis
- Air keran (direbus kemudian didinginkan, sampai usia 12 bulan) adalah minuman terbaik antara setiap waktu makan dan sebelum tidur
- Cadangkan makanan ringan manis dan minuman soda manis untuk acara istimewa saja

Petuah menyikat gigi

- Pastikan gigi Anda sendiri bersih dan sehat. Kuman dari mulut Anda dapat disampaikan ke mulut baby Anda lewat dot, botol dan sendok
- Saat gigi pertama anak Anda muncul, bersihkan dengan sikat gigi ukuran anak-anak, tanpa pasta gigi
- Dari usia 18 bulan, bersihkan gigi anak Anda dua kali sehari dengan jumlah pasta gigi berfluorida rendah berukuran kacang hijau. Gunakan sikat gigi lembut ukuran anak-anak; anak-anak harus meludahkan isi mulut, dan tidak menelannya, dan tidak membilas mulut
- Pasta gigi dapat mulai digunakan lebih dini berdasarkan nasihat ahli kesehatan yang terlatih dalam kesehatan gigi dan mulut, atau seorang ahli kesehatan gigi dan mulut
- Seorang dewasa harus membubuh pasta gigi untuk anak di bawah usia 6 tahun, dan menyimpan pasta gigi di luar jangkauan anak-anak
- Dari usia sekitar 3 tahun, anak-anak dapat melakukan sebagian penyikatan gigi sendiri, tetapi masih membutuhkan bantuan orang dewasa untuk menyikat giginya sampai berusia sekitar 7 sampai 8 tahun



- Periksalah untuk tanda-tanda awal kerusakan gigi ñ bintik-bintik putih atau coklat yang tidak dapat dihapuskan dengan sikat gigi. Dapatkan nasihat profesional secepat mungkin.
- Pastikan anak Anda menjalani penilaian risiko kesehatan gigi dan mulut yang dilakukan oleh ahli kesehatan yang terlatih dalam kesehatan gigi dan mulut, atau seorang ahli kesehatan gigi dan mulut, menjelang ulang tahun pertama.

Saya berusia 12 bulan

Beberapa hal yang mungkin saya lakukan

- Mengucapkan satu atau dua kata secara jelas
- Melambaikan tangan; menunjuk
- Menarik sesuatu untuk berdiri sambil memegang perabot

Beberapa ide untuk menghabiskan waktu dengan saya

- Bermain musik, bernyanyi dan menari
- Membacakan buku kepada saya
- Kunjungan ke taman, perpustakaan atau kelompok bermain

Berbicaralah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga atau dokter saya jika saya

- TIDAK melakukan hal yang dapat saya lakukan sebelumnya
- TIDAK tertarik pada bunyi atau suara
- TIDAK mengoceh
- TIDAK memberi tahu apa yang saya inginkan
- tampaknya TIDAK memahamimu
- TIDAK menikmati kontak mata atau pelukan Anda
- TIDAK merangkak atau berdiri sambil berpegangan

Sayangi, Bicara, Nyanyi, Baca, Main merupakan sumber daya dari Families NSW yang memberikan informasi lebih lanjut tentang perkembangan sosial, emosional dan intelektual anak Anda, dan cara untuk membantu mengasuh anak Anda: www.families.nsw.gov.au/resources/love-sing.htm

Kunjungan 12 bulan

Topik untuk diskusi dapat mencakup:

Kesehatan dan Keselamatan

- Makan sehat
- Perawatan gigi anak Anda
- Tidur
- Imunisasi
- Keselamatan
- Cara untuk pintar matahari
- Pertumbuhan

Perkembangan

- Persoalan yang timbul dari pertanyaan PEDS* untuk orang tua
- Perilaku anak Anda
- Mobilitas
- Membantu anak Anda berkomunikasi dan berhubungan baik dengan orang lain

Keluarga

- Hubungan dan persaingan sesama saudara
- Pengasuhan positif dan membangun hubungan dekat dengan anak Anda
- Kesehatan emosional orang tua
- Merokok
- Mengikut kelompok bermain atau ke pusat penitipan anak

**Evaluasi Status Perkembangan oleh Orang Tua*

Masih Merokok?

Merokok meningkatkan risiko bayi Anda untuk
Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS).

Hubungilah **13 QUIT** (13 7848) atau kunjungi www.icanquit.com.au/

Pertanyaan untuk Orang Tua

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini sebelum Anda berjumpa dengan perawat atau dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan 12 bulan.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang pendengaran anak Anda?	☐	☐
Apakah ada orang lain yang prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang penglihatan bayi Anda?	☐	☐
Apakah anak Anda matanya juling (strabismus)?	☐	☐
Apakah bayi Anda dibaringkan pada punggungnya untuk tidur?	☐	☐
Apakah anak Anda mengenal benda yang umum dan orang dari jauh?	☐	☐
Apakah anak Anda terpajan pada asap rokok di rumah atau mobil?	☐	☐
Apakah anak Anda tumbuh gigi mana pun?	☐	☐
Apakah anak Anda menghadapi masalah gigi atau karena gigi tumbuh?	☐	☐
Apakah anak Anda pernah menggunakan botol untuk membantunya tidur?	☐	☐
Apakah anak Anda pernah berjalan-jalan dengan memegang botol atau cangkir isap antara waktu makan?	☐	☐
Apakah Anda menyikat gigi anak Anda dua kali sehari?	☐	☐
Penyusuan		
Sejak saat ini kemarin, apakah bayi Anda menerima ASI?	☐	☐
Sejak saat ini kemarin, apakah bayi Anda menerima makanan padat?	☐	☐

Rekomendasi terkini adalah agar bayi minum ASI saja sampai usia kurang lebih 6 bulan (dapat minum vitamin, suplemen mineral atau obat-obatan) dan tetap menyusu dari payudara (sambil menerima makanan pelengkap) sampai usia 12 bulan ke atas. *NHMRC Infant Feeding Guidelines for Health Workers*, 2003.

Saya berusia 18 bulan

Beberapa hal yang mungkin saya lakukan

- Menggunakan 5-10 kata secara bermakna
- Memahami kata-kata baru setiap minggu
- Menunjuk ke bagian tubuh atau mainan ketika diminta
- Mungkin menunjukkan amarah
- Makan sendiri
- Berjalan sendiri
- Mungkin tetap di sisi pengasuh ketika menghadapi situasi baru

Beberapa ide untuk menghabiskan waktu dengan saya

- Menjelajahi lingkungan saya, baik dalam maupun di luar ruangan
- Membacakan buku kepada saya
- Mengunjungi taman, tempat bermain atau perpustakaan
- Menyanyikan lagu-lagu sederhana dan meminta saya untuk mengulangi kata-kata yang Anda ucapkan

Berbicaralah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga atau dokter saya jika saya

- TIDAK melakukan hal yang dapat saya lakukan sebelumnya
- TIDAK memahami banyak kata
- TIDAK menggunakan 5-10 kata secara bermakna
- TIDAK coba berkomunikasi denganmu
- TIDAK menikmati kontak mata
- TIDAK mendekatimu untuk pelukan atau kenyamanan
- TIDAK memberikan kesan bahwa sedang bermain pura-pura
- TIDAK menunjuk atau melambaikan tangan
- TIDAK berjalan

Sayangi, Bicara, Nyanyi, Baca, Main merupakan sumber daya dari Families NSW yang memberikan informasi lebih lanjut tentang perkembangan sosial, emosional dan intelektual anak Anda, dan cara untuk membantu mengasuh anak Anda: www.families.nsw.gov.au/resources/love-sing.htm

Kunjungan 18 bulan

Topik untuk diskusi dapat mencakup:

Kesehatan dan Keselamatan

- Makan sehat untuk keluarga
- Tidur
- Merawat gigi anak Anda
- Cara untuk pintar matahari
- Pertumbuhan

Perkembangan

- Persoalan yang timbul dari pertanyaan PEDS* untuk orang tua
- Perilaku anak Anda
- Mobilitas
- Memulai pelatihan kakus
- Membantu anak Anda berkomunikasi dan berhubungan baik dengan orang lain

Keluarga

- Persoalan sesama saudara
- Pengasuhan positif dan membantu anak Anda menangani perasaan dan perilakunya
- Mengikut kelompok bermain atau ke pusat penitipan anak
- Merokok

**Evaluasi Status Perkembangan oleh Orang Tua*

Masih Merokok?

Merokok meningkatkan risiko bayi Anda untuk
Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS).

Hubungilah **13 QUIT** (13 7848) atau kunjungi www.icanquit.com.au/

Pertanyaan untuk Orang Tua

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini sebelum Anda berjumpa dengan perawat atau dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan 18 bulan.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang pendengaran anak Anda?	☐	☐
Apakah ada orang lain yang prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang penglihatan bayi Anda?	☐	☐
Apakah anak Anda matanya juling (strabismus)?	☐	☐
Apakah bayi Anda dibaringkan pada punggungnya untuk tidur?	☐	☐
Apakah anak Anda mengenal benda yang umum dan orang dari jauh?	☐	☐
Apakah anak Anda terpajan pada asap rokok di rumah atau mobil?	☐	☐
Penyusuan		
Sejak saat ini kemarin, apakah bayi Anda menerima ASI?	☐	☐

Saya berusia 2 tahun

Beberapa hal yang mungkin saya lakukan

- Menggunakan sekurang-kurangnya 20 kata bermakna (biasanya 50+) dan menggabungkan dua kata
- Mendengarkan cerita dan lagu sederhana
- Mengubah suasana hatiku dengan cepat, misalnya dari tenang menjadi marah
- Mengikut perbuatanmu, misalnya menyapu lantai
- Berpakaian
- Memanjat

Beberapa ide untuk menghabiskan waktu dengan saya

- Berbicara, bermain dan bernyanyi dengan saya
- Menggambar, melukis dan menggunakan plastisin
- Membacakan kepada saya dan bercerita
- Mengunjungi taman setempat, perpustakaan dan kelompok bermain

Berbicaralah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga atau dokter saya jika saya

- TIDAK melakukan hal yang dapat saya lakukan sebelumnya
- TIDAK mendekatimu untuk kasih sayang atau kenyamanan
- TIDAK memahami banyak kata
- TIDAK menggabungkan dua kata, misalnya minum susu
- TIDAK menikmati permainan pura-pura
- TIDAK berlari

Sayangi, Bicara, Nyanyi, Baca, Main merupakan sumber daya dari Families NSW yang memberikan informasi lebih lanjut tentang perkembangan sosial, emosional dan intelektual anak Anda, dan cara untuk membantu mengasuh anak Anda: www.families.nsw.gov.au/resources/love-sing.htm

Kunjungan 2 tahun

Topik untuk diskusi dapat mencakup:

Kesehatan dan Keselamatan

- Makan sehat untuk keluarga
- Merawat gigi anak Anda
- Cara untuk pintar matahari
- Tidur
- Pertumbuhan

Perkembangan

- Persoalan yang timbul dari pertanyaan PEDS* untuk orang tua
- Mobilitas anak Anda yang berubah
- Perilaku anak Anda
- Pelatihan kakus
- Membantu anak Anda berkomunikasi dan berhubungan baik dengan orang lain
- Membacakan cerita secara berkala untuk membangun keterampilan melek huruf

Keluarga

- Hubungan sesama saudara
- Praktik pengasuhan ñ membantu anak Anda menangani perasaan dan perilakunya
- Pergi ke pusat penitipan anak atau kelompok bermain
- Merokok

**Evaluasi Status Perkembangan oleh Orang Tua*

Masih Merokok?

Merokok meningkatkan risiko bayi Anda untuk
Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS).

Hubungilah **13 QUIT** (13 7848) atau kunjungi www.icanquit.com.au/

Pertanyaan untuk Orang Tua

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini sebelum Anda berjumpa dengan perawat atau dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan 2 tahun.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang pendengaran anak Anda?	☐	☐
Apakah ada orang lain yang prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang penglihatan bayi Anda?	☐	☐
Apakah anak Anda matanya juling (strabismus)?	☐	☐
Apakah bayi Anda dibaringkan pada punggungnya untuk tidur?	☐	☐
Apakah anak Anda mengenal benda yang umum dan orang dari jauh?	☐	☐
Apakah anak Anda terpajan pada asap rokok di rumah atau mobil?	☐	☐
Penyusuan		
Sejak saat ini kemarin, apakah bayi Anda menerima ASI?	☐	☐

Saya berusia 3 tahun

Beberapa hal yang mungkin saya lakukan

- Mengucapkan kalimat sederhana
- Memahami sebagian besar dari apa yang Anda katakan
- Mengajukan banyak pertanyaan
- Menggambar
- Berlari, naik tangga

Beberapa ide untuk menghabiskan waktu dengan saya

- Memperbolehkan saya mencoba melakukan hal sendiri
- Menciptakan permainan
- Membacakan kepada saya dan bercerita
- Memperbolehkan saya memanjat, dan menaiki sepeda tiga roda

Berbicaralah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga atau dokter saya jika saya

- TIDAK melakukan hal yang dapat saya lakukan sebelumnya
- TIDAK berbicara cukup jelas untuk dipahami orang lain
- TIDAK menggunakan kalimat sederhana
- TIDAK memahami petunjuk sederhana
- TIDAK bermain permainan ciptaan
- TIDAK bermain dengan anak-anak lain
- TIDAK mengadakan kontak mata

Sayangi, Bicara, Nyanyi, Baca, Main merupakan sumber daya dari Families NSW yang memberikan informasi lebih lanjut tentang perkembangan sosial, emosional dan intelektual anak Anda, dan cara untuk membantu mengasuh anak Anda: www.families.nsw.gov.au/resources/love-sing.htm

Kunjungan 3 tahun

Topik untuk diskusi dapat mencakup:

Kesehatan dan Keselamatan

- Makan sehat untuk keluarga
- Imunisasi
- Merawat gigi anak Anda
- Cara untuk pintar matahari
- Pertumbuhan

Perkembangan

- Persoalan yang timbul dari pertanyaan PEDS* untuk orang tua
- Cara untuk mendukung dan menangani perilaku mandiri anak Anda yang sedang berkembang
- Pelatihan kakus
- Membantu anak Anda berkomunikasi dan berhubungan baik dengan orang lain
- Membacakan cerita secara berkala untuk membangun keterampilan melek huruf

Keluarga

- Hubungan sesama saudara
- Praktik pengasuhan ñ membantu anak Anda menangani perasaan
- dan perilakunya
- Pergi ke pusat penitipan anak atau prasekolah
- Merokok

**Evaluasi Status Perkembangan oleh Orang Tua*

Masih Merokok?

Merokok meningkatkan risiko bayi Anda untuk
Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS).

Hubungilah **13 QUIT** (13 7848) atau kunjungi www.icanquit.com.au/

Pertanyaan untuk Orang Tua

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini sebelum Anda berjumpa dengan perawat atau dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan 3 tahun.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang pendengaran anak Anda?	☐	☐
Apakah ada orang lain yang prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang penglihatan bayi Anda?	☐	☐
Apakah anak Anda matanya juling (strabismus)?	☐	☐
Apakah bayi Anda dibaringkan pada punggungnya untuk tidur?	☐	☐
Apakah anak Anda menunjukkan minat dalam benda yang jauh, misalnya pesawat terbang dan burung beterbangan?	☐	☐
Apakah anak Anda terpajan pada asap rokok di rumah atau mobil?	☐	☐

Saya berusia 4 tahun

Beberapa hal yang mungkin saya lakukan

- Menghitung sepuluh benda atau lebih
- Memilih untuk bermain dengan anak lain daripada bermain sendiri
- Mulai membedakan antara kenyataan dan khayalan
- Ingin melakukan lebih banyak hal sendiri, misalnya berpakaian
- Umumnya dapat menangkap bola yang memantul

Beberapa ide untuk menghabiskan waktu dengan saya

- Membacakan kepada saya dan memberikan saya peluang untuk melakonkan cerita
- Menyusun benda dalam kelompok ñ misalnya, menyusun kancing menurut bentuk dan warna
- Berikan saya bahan dan ruang untuk kegiatan kerajinan, melukis dan menggambar
- Ajar saja cara menaiki sepeda dengan roda pelatihan
- Luangkan waktu untuk banyak kegiatan fisik di luar ruangan, misalnya menendang, melempar bola, berlari

Berbicaralah dengan perawat kesehatan anak dan keluarga atau dokter saya jika saya

- TIDAK melakukan hal yang dapat saya lakukan sebelumnya
- TIDAK berbicara cukup jelas untuk dipahami orang lain
- TIDAK berminat pada anak-anak lain dan apa saja yang terjadi keliling saya
- TIDAK melakukan hal-hal yang dilakukan anak sebaya, untuk satu atau lebih banyak bidang

Sayangi, Bicara, Nyanyi, Baca, Main merupakan sumber daya dari Families NSW yang memberikan informasi lebih lanjut tentang perkembangan sosial, emosional dan intelektual anak Anda, dan cara untuk membantu mengasuh anak Anda: www.families.nsw.gov.au/resources/love-sing.htm

Kunjungan 4 tahun

Topik untuk diskusi dapat mencakup:

Kesehatan dan Keselamatan

- Pemeriksaan Anak-anak Kesehatan
- Imunisasi
- Makan sehat untuk keluarga
- Merawat gigi anak Anda
- Cara untuk pintar matahari
- Tidur
- Pertumbuhan
- Untuk anak laki-laki: pemeriksaan testis

Perkembangan

- Persoalan yang timbul dari pertanyaan PEDS* untuk orang tua
- Perasaan dan perilaku anak Anda
- Ke prasekolah atau TK
- Membacakan cerita secara berkala untuk membangun keterampilan melek huruf

Keluarga

- Hubungan sesama saudara
- Program pengasuhan positif dan praktik pengasuhan
- Merokok

**Evaluasi Status Perkembangan oleh Orang Tua*

Masih Merokok?

Merokok meningkatkan risiko bayi Anda untuk
Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS).

Hubungilah **13 QUIT** (13 7848) atau kunjungi www.icanquit.com.au/

Sebelum pemeriksaan kesehatan sekolah pada usia 4 tahun

Sebelum anak Anda mulai bersekolah, dianjurkan agar Anda membawanya ke perawat kesehatan anak dan keluarga setempat atau dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan.

Penilaian kesehatan ini mungkin mencakup:

- pemeriksaan pendengaran
- pemeriksaan penglihatan – Pengujian Skrining Penglihatan Seluruh Negara Bagian untuk Anak Prasekolah (StEPS)*
- pemeriksaan fisik (tinggi dan berat badan)
- penilaian kesehatan gigi dan mulut
- pertanyaan tentang pengembangan dan kesejahteraan emosional anak Anda
- pemeriksaan status imunisasi anak Anda

Berbicaralah dengan perawat, dokter dan/atau guru tentang segala persoalan kesehatan, perkembangan, perilaku atau keluarga yang dapat mempengaruhi kemampuan anak Anda untuk belajar di sekolah.

*Pengujian Skrining Penglihatan Seluruh Negara Bagian untuk Anak Prasekolah Screening (StEPS) merupakan sebuah prakarsa dari NSW Health dan menyediakan pengujian skrining gratis untuk penglihatan bagi semua anak berusia empat tahun di prasekolah dan pusat penitipan anak, atau sebagai alternatif, melalui Pelayanan Kesehatan Anak dan Keluarga setempat. (www.health.nsw.gov.au/initiatives/steps/index.asp)

StEPS
Statewide Eyesight Preschooler Screening

Sebelum sekolah mulai

Anak Anda mungkin mulai TK atau prasekolah tahun ini.

Sebaiknya Anda:

- Memberikan anak Anda banyak kasih sayang dan dukungan. Penuh semangat dan minat tentang anak Anda memulai sekolah.
- Membawa anak Anda ke hari orientasi TK atau prasekolah supaya ia membiasakan diri dengan lingkungan.
- Menjelaskan peraturan dasar sekolah, misalnya mengangkat tangan, meminta izin sebelum ke kamar kecil, mendengarkan secara diam apabila perlu, dan melakukan apa yang diminta oleh guru.
- Tunjukkan kepada anak Anda mana letaknya kamar kecil.
- Coba memakai pakaian seragam dan sepatu sekolah sebelum hari pertama, untuk memastikan bahwa semuanya cocok.
- Kunjungilah sekolah ketika ada anak-anak lain supaya anak Anda dapat membiasakan diri dengan bunyi dan suara di tempat bermain dan rupa para pelajar yang lebih besar.
- Tunjukkan kepada anak Anda di mana letaknya fasilitas penitipan pasca jam sekolah, jika perlu.

Diubahsuaikan dari Raising Children Network: www.raisingchildren.net.au

Pertanyaan untuk Orang Tua

Jawablah pertanyaan-pertanyaan ini sebelum Anda berjumpa dengan perawat atau dokter Anda untuk pemeriksaan kesehatan 4 tahun.

	Ya	Tidak
Apakah Anda telah menjawab pertanyaan faktor risiko kesehatan pada halaman 3.2?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang pendengaran anak Anda?	☐	☐
Apakah ada orang lain yang prihatin tentang pendengaran bayi Anda?	☐	☐
Apakah Anda prihatin tentang penglihatan bayi Anda?	☐	☐
Apakah anak Anda matanya juling (strabismus)?	☐	☐
Apakah anak Anda sedang menerima perawatan untuk penglihatannya?	☐	☐
Apakah anak Anda terpajan pada asap rokok di rumah atau mobil?	☐	☐

Informasi imunisasi

Imunisasi melindungi anak-anak terhadap banyak penyakit serius, yang tetap timbul dalam masyarakat dan masih mengakibatkan penderitaan dan kematian yang sia-sia di kalangan anak-anak.

Dewan Penelitian Kesehatan dan Medical Nasional menganjurkan sebuah Jadwal Vaksinasi Nasional untuk semua anak. Anda harus membicarakan rekomendasi ini dengan dokter atau klinik setempat dan/atau mengunjungi situs internet NSW Health **www.health.nsw.gov.au/immunisation/pages/schedule.aspx** untuk melihat Jadwal Imunisasi terkini untuk NSW.

Vaksin melindungi anak-anak dari difteri, tetanus, batuk rejan, poliomielitis, campak, gondok, rubela, *Haemophilus influenzae* tipe b (Hib), hepatitis B, meningokokus C, cacar air, rotavirus, penyakit pneumokokus dan virus papiloma manusia (HPV). Vaksin ini tersedia secara gratis dari dokter setempat, dinas kota madya tertentu, rumah sakit anak, Pusat Kesehatan Masyarakat dan Pelayanan Kesehatan Aborijin.

Ada anak yang mungkin menderita sedikit demam dan/atau radang, bengkak atau sakit di tempat suntikan. Hubungi dokter setempat Anda jika demam melebihi 39°C, atau jika Anda khawatir tentang kondisi anak Anda.

Setiap bayi yang terdaftar dengan Medicare juga termasuk dalam Daftar Imunisasi Anak Australia (ACIR). Setelah setiap imunisasi dokter setempat atau klinik Anda akan melapor kepada ACIR tentang status imunisasinya.

Sebuah Pernyataan Riwayat Imunisasi akan dikirimkan kepada Anda oleh ACIR setelah anak Anda menyelesaikan jadwal imunisasinya untuk usia 4 tahun. Anda akan diwajibkan untuk memberikan pernyataan ini kepada pusat penitipan atau sekolah anak Anda pada saat pendaftaran.

Jika Anda tidak menerima pernyataan ini atau ada masalah dengan pernyataan tersebut, Anda dapat menghubungi **ACIR pada nomor 1800 653 809**.

Informasi penting untuk orang tua / wali

Vaksinasi batuk rejan vaksinasi ñ bayi yang terlalu muda untuk menerima imunisasi penuh (sebelum usia 6 bulan) menghadapi risiko terjangkiti batuk rejan (pertusis) dari orang dewasa dan remaja. Satu dosis booster yang berisi vaksin pertusis dewasa (vaksin DTPa) dianjurkan untuk orang tua dan kakek nenek sebelum kelahiran bayi atau sedini mungkin setelah bayi lahir.

Memastikan vaksinasi anak Anda tepat waktu ñ sangat penting agar anak Anda divaksinasi menurut selang waktu yang dianjurkan untuk memastikan perlindungan yang memadai terhadap penyakit serius.

Informasi lebih lanjut tentang imunisasi, termasuk edisi terbaru untuk *The Australian Handbook Imunisasi*, dapat diperoleh dari www.immunise.health.gov.au.