

CareBaby

健康快乐的新生儿和
产后恢复的有用指南。



目录

CareOregon 客户服务部	3
恭喜您，新晋为父母!	6
如何使用本指南	7
资源.....	8
“第四孕期”	14
宝宝 0-3 个月大	24
宝宝 3-6 个月大	40
宝宝 6-12 个月大	48
联系我们.....	56



CareOregon 客户服务部

我们的办公时间为周一至周五 上午 8 点到下午 5 点。

客户服务部 **503-416-4100** 或免费电话 **800-224-4840**
TTY: 711

短信聊天: **503-488-2887**

向我们发送安全信息至: careoregon.org/portal



当有问题时， 我该致电给谁

有关您宝宝健康的问题，请致电您的诊所或询问您的提供者。

有关福利和服务的问题，请致电 CareOregon 客户服务部。

在进行身体、牙科或心理保健预约时需要帮助？

作为 Health Share/CareOregon 的成员，您可以通过 **Ride to Care** 获得出行帮助。根据您的需要，出行帮助可以是：

- 帮助支付油费
- 转乘折扣
- 乘车服务

如果可能，请至少提前 48 小时致电 Ride to Care：
503-416-3955，免费电话 855-321-4899 或 TTY 711。
电话每天 24 小时开放。



恭喜您，新晋为父母！

作为新生儿父母，您已踏上一段重要的旅程，这会让您兴奋不已，或许还有点害怕，您还需要去思考和做很多事情。

为此，Health Share 和 CareOregon 共同编制了本指南，希望能帮助您和宝宝尽可能地保持健康快乐。这包括：

福利。 作为 Medicaid 成员，您和新生儿在产后及宝宝的第一年可享受许多有益的服务，包括：

- 身体、牙科和心理保健预约
- 产后至少 12 个月的额外福利
- 前往承保的健康预约地点的交通帮助
- 食物援助、戒烟帮助等等

要注意的事项及时间。 我们会注明何时进行预约、推荐的接种疫苗时间以及如何处理宝宝生病的情况。

您和宝宝的变化。 我们将分享有关明年要关注的事项——宝宝变化很快！

未来几个月中，Health Share 和 CareOregon 将陪伴在您左右，与您同行。

谨致上我们最美好的祝愿，
Health Share/CareOregon

如何使用本指南

本指南分为四个部分，以便于参考。

1. “第四产期”。主题包括您的产后护理、新生儿喂养帮助、身体警告信号、睡眠与母婴同睡、抑郁、压力、咨询和心理健康、烟草使用、电子烟烟雾和其他物质使用以及公共卫生资源。

2. 宝宝 0-3 个月大。主题包括告知俄勒冈州健康计划 (OHP) 您的宝宝已出生、新生儿筛查、大小便和尿片、新生儿喂养帮助、疾病、药物、免疫接种和疫苗、哭闹和腹绞痛、照看宝宝、汽车座椅安装、脐带护理和包皮环切术。

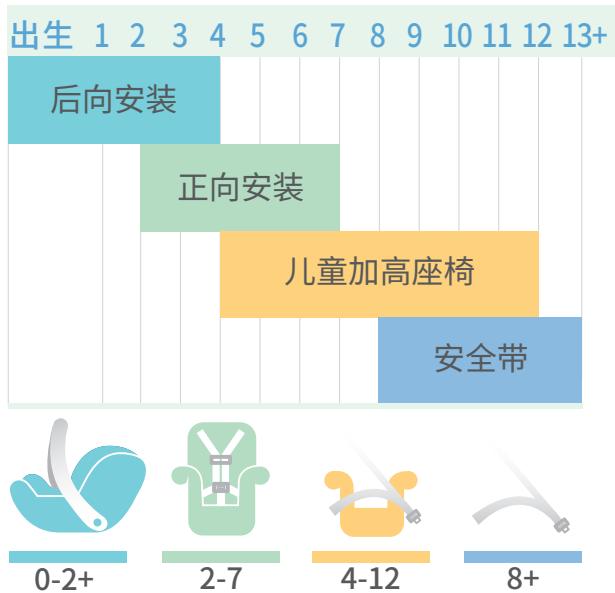
3. 宝宝 3-6 个月大。主题包括儿童健康体检、测量成长情况、发育筛查和婴儿安全。

4. 宝宝 6-12 个月大。主题包括婴儿的牙科护理、辅食、爬行、行走和说话等里程碑。

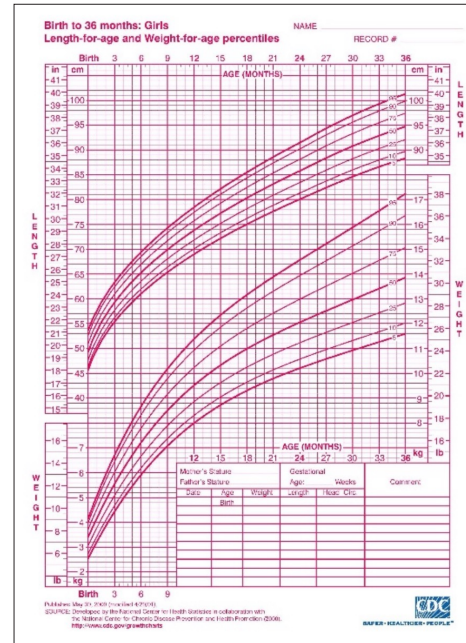
在此过程中，我们提供了供您跟进重要事项的图表和检查表，并留出了空白处以便于您做笔记。

资源

根据您宝宝的年龄（岁）和身体大小
推荐的汽车座椅



link.careoregon.org/ohp-car-seats



请浏览网站 cdc.gov/growthcharts 以放
大查看此图表。

您宝宝的推荐免疫接种（疫苗）

清单如下：

- DTaP —— “白喉、破伤风和百日咳”。儿童通常在 0-18 岁之间接种六次 DTaP 疫苗。之后，建议至少每十年接种一剂 DTaP。
- 甲型肝炎 —— 甲肝疫苗，仅在 1-2 岁之间接种一次。
- 乙型肝炎 —— 乙肝疫苗，在 0-2 岁之间接种四次。
- Hib —— “B 型流感嗜血杆菌疫苗”，可防止与流感嗜血杆菌相关的疾病传播，在出生的头两年接种三到四次。
- 流感 —— 流感疫苗是针对 6 个月以上儿童的疫苗，须每年接种一次。

- IPV —— “灭活脊髓灰质炎病毒疫苗”。这种疫苗可以保护儿童免受脊髓灰质炎的危害，在 0 到 6 岁之间接种四剂。
- MMR —— “麻疹、腮腺炎、风疹。”在 0-6 岁之间接种两剂。
- PCV 或 PPSV —— “肺炎球菌结合疫苗”或“肺炎球菌多糖疫苗”，这两种疫苗有助于预防肺炎球菌疾病。您的宝宝要接种这两种疫苗中的一种，并将在出生后的前 15 个月内接种四次疫苗。
- RV —— 轮状病毒疫苗，在宝宝的头六个月内接种两次或三次。
- Var —— 这种疫苗可以预防水痘，在 1-6 岁之间接种两次。

如需更多详细信息，请浏览网站 [cdc.gov/vaccines](https://www.cdc.gov/vaccines) 或咨询您的提供者。

下图显示了出生头两年的通常疫苗接种时间表：

年龄	DTap	甲型肝炎	乙型肝炎	Hib	IPV	MMR	PCV/PPSV	RV	Var
出生			✓						
1-2 个月			✓						
2 个月	✓			✓	✓		✓	✓	
4 个月	✓		✓	✓	✓		✓	✓	
6 个月	✓			✓			✓	✓	
6-18 个月			✓		✓				
12-15 个月				✓		✓	✓		
12-18 个月									✓
12-24 个月		✓							
15-18 个月	✓								

化。您的荷尔蒙正悄然发生变化，您努力学习如何照顾新生儿，在兴奋之余，您可能还需要应对疲劳、压力、疼痛等多重挑战。

即使孕期已经结束，您在产后仍然面临新的健康风险，需要接受提供者的筛检。与您的提供者约诊，讨论您自己的医疗保健需求。正如儿童健康体检对新生儿很重要



一样，产后约诊对您也很重要。您的提供者可给予的支持包括，确定您在产后多久可以运动、讨论计划生育选项，并在需要时为您引介其他资源。

新生儿喂养帮助。 母乳喂养——又称胸部喂养或身体喂养，是为婴儿提供身体所需营养的重要方式，同时有助于建立他们对疾病的自然免疫力。CareOregon 承保母乳喂养顾问服务，他们将为您在母乳喂养期间遇到的任何问题提供支持和帮助。吸奶器也在全额承保范围内。

产前维生素。 在宝宝出生后六个月内或（如果您仍在母乳喂养）更长期间内，请继续服用产前维生素。在您的提供者开出处方后，您可免费获得产前维生素。



“第四产期”

产后的警示迹象 大多数人在分娩后都能毫无问题地康复。但是，您可能出现并发症，在这种情况下，了解您的各种求助途径或许能挽救您的生命。妇女健康、产科和新生儿护士协会 (AWHONN) 制定了一份有用的清单，列出了产后需注意的事项。您可能需要拨打 911 或致电您的提供者的原因如下：

因以下原因拨打 911：

- 胸部疼痛。
- 呼吸困难或呼吸急促。
- 癫痫发作。
- 伤害自己或他人的想法。


或者，如果您有以下情况，请致电您的提供者：

- 出血，每小时浸透一块垫片，或出现鸡蛋大小或更大的血块。
- 切口不愈合。
- 腿部发红或肿胀，摸起来很痛或很热。
- 体温 100.4°F 或更高。
- 头痛，即使服药后也未见好转，或严重头痛并伴有视力改变。

“第四产期”

安全睡眠。 关于这一主题，您可能听说过不同的术语。它们的涵义如下：

- 母婴同睡 (Co-sleeping) 是指您的宝宝与您睡在同一个房间或同一张床上，而非宝宝自己的房间中。
- 母婴同室睡 (Room sharing) 是指宝宝与您一起睡在您的房间中，但不睡在您的床上。例如，将宝宝的婴儿床设在您的房间中。
- 同床睡 (Bed sharing) 是指宝宝睡在您身边。

 **美国儿科学会建议，在宝宝出生后的第一年或至少前六个月与宝宝同室睡，但不要同床睡。**

我们希望父母和宝宝都是安全的。如果您采用同床睡，请牢记查理儿童基金会的以下小提示：

- 让宝宝仰卧睡。
- 使用结实的床垫，清走不需要/散乱的毯子、枕头和毛绒玩具。
- 不要让宝宝太热。
- 如果您处于酒精、药物或强效药物的影响之下，切勿与宝宝同床睡。

情感支持。照顾小宝宝很辛苦，新生儿的父母感到有压力很正常。请记住，您并不孤单，并确保照顾好自己。CareOregon 承保帮助您应对压力、悲伤、焦虑或悲痛的服务。

问：我感到不知所措，我能做些什么？

答：咨询是面向所有 Health Share/ CareOregon 成员的一项承保福利。请询问您的妊娠服务提供者，诊所是否提供咨询师。或致电 CareOregon 客户服务部：503-416-4100 或免费电话 800-224-4840。



“第四产期”

烟草使用、电子烟烟雾和其他物质使用。

当您吸烟时，您的宝宝也在吸烟，但是，您和宝宝都可以远离烟草的影响。与您的初级保健提供者 (PCP) 或妊娠服务提供者沟通，讨论 CareOregon 所提供的帮助您减少或戒烟的服务。或通过以下方式联系 Quit For Life[®]，这是一项通过电话和在线聊天提供的免费咨询服务：

- 拨打免费电话 800-784-8669 (800-QUIT-NOW)
- 浏览网站 quitnow.net/oregon

接受针对酒精或药物的物质使用治疗，是您可以为宝宝做的最棒的事情之一。这些服务均获全额承保。请您的 PCP 帮助您开始。

公共卫生资源。 当您开始与宝宝一起生活时，有许多公共卫生资源可以帮到您。其中一些选项如下：

- **WIC (妇女、婴儿和儿童计划)：** WIC 是一项全国性的公共卫生营养计划，旨在为家庭提供健康食品等方面的帮助。怀孕、产后（最近分娩）、母乳喂养或抚养 5 岁以下儿童的俄勒冈州健康计划 (OHP) 成员，均有资格参与 WIC。任何照顾宝宝的家庭成员都可以申请 WIC。WIC 提供：
 - » 购买健康食品的福利
 - » 营养、锻炼、产前护理、喂养幼童等方面的小贴士

- » 为有需要者提供母乳喂养／胸部喂养/身体喂养方面的帮助和吸奶器
- » 各种健康和育儿主题的课程
- » 有关我们社区的其他服务的信息

您所在的郡负责受理 WIC 申请和服务。更多信息，请浏览您所在的郡的 WIC 网站。

克拉卡马斯郡 WIC:

clackamas.us/publichealth/wic.html

穆鲁玛郡 WIC:

multco.us/health/wic

华盛顿郡 WIC:

co.washington.or.us/hhs/wic/index.cfm

Family Connects: 如果您是俄勒冈州居民，Family Connects 是一项免费为您提供护士家访服务的计划。一名当地护士将在您的宝宝出生后约三周安排就诊，以帮助您和宝宝的健康。他们熟悉社区中的资源，可以帮助您回答您可能遇到的问题。要了解有关此免费计划的更多信息以及您所在郡可能提供的服务，请浏览网站 familyconnects.org 或致电 CareOregon 客户服务部，电话 800-224-4840 或 TTY 711。

下一章:

宝宝 0-3 个月大!

0 到 3 个月

宝宝 0-3 个月大

这一年龄段的免疫接种：

年龄	DTap	乙型肝炎	Hib	IPV	PCV/ PPSV	PPSV	RV
出生		✓					
1-2 个月		✓					
2 个月	✓		✓	✓	✓	✓	✓



宝宝 0-3 个月大

新生儿筛查及程序。 在您宝宝出生后的头几周，他们将接受几次筛查，其中一些是必需的。在医院，在宝宝刚出生后及出生的最初几周内，提供者为您的宝宝推荐以下各项：

- 乙型肝炎疫苗。这是他们在出生的第一年要接种的四剂疫苗中的第一剂。
- 维生素K 注射。所有婴儿出生时都缺乏维生素 K。注射有助于凝血，并防止因缺乏维生素 K 而引起的问题。
- 眼药膏，称为红霉素，一种有助于保护宝宝免受眼部感染的抗生素。您可能会注意到，宝宝的眼睛里面或附近有粘性物质。

- 西北地区新生儿血斑筛查 (NWRNBS) 计划，一种筛查 40 多种不同状况的血液测试。
- 在出生的最初 24-72 小时内筛查先天性心脏缺损（有时称为 CCHD）。
- 俄勒冈州要求，宝宝出生后第一个月内须接受听力筛查。

除了在医院进行的护理外，婴儿通常还需要在他们出生后的第一周内接受其初级保健提供者 (PCP) 的看诊。宝宝的第一次就诊可能由家庭医生、儿科医生或助产士完成。

- **您现有的初级保健提供者 (PCP)。**如果您自己的 PCP 也能为儿童看诊，您可以让他们成为您宝宝的 PCP。
- **儿科医生和儿科执业护士。**专长于婴儿、儿童和青少年的医疗专业人员。请致电 CareOregon 或求助于您的 PCP 以找到一名儿科医生，或在网站 careoregon.org/find-a-provider 上查看我们的提供者目录
- **家庭诊所。**这些提供者可为成人和儿童看诊。家庭诊所的 PCP 可以是家庭医生、家庭执行护士或医师助理。在家庭诊所，您和您的宝宝可能会由同一名提供者看诊。

汽车座椅安装。在分娩机构让您带宝宝回家之前，您必须安装汽车安全座椅。正确安装汽车座椅可能很困难。我们鼓励您从 Oregon Impact (oregonimpact.org 或 503-303-4954) 或其他提供免费安全检查和的机构获得免费的汽车座椅检查。

询问您的医院是否提供汽车座椅安全课程。一些计划和社区资源，或许能提供打折或免费的汽车座椅。致电 CareOregon 客户服务部，我们可以帮助您找到相关资源。更多有关汽车安全座椅的信息，请浏览网站 oregonimpact.org/Child_Passenger_Safety



宝宝 0-3 个月大

问：汽车座椅应该朝向什么方向？

答：根据俄勒冈州法律，2 岁以下婴幼儿必须面朝后车窗而坐。

问：我的宝宝应坐在什么位置？

答：根据俄勒冈州法律，如果车辆有前安全气囊，新生儿必须坐在后座。

建议：安全座椅带应穿过宝宝肩部或其正下方的座椅。胸带需要与宝宝的腋窝对齐，即是将带子绑在肋骨，而不是胃上。



宝宝 0-3 个月大

视乎尿片的吸水性，您不必在宝宝每次小便后更换，但应在每次大便后更换。新生儿的便便通常呈黑色的焦油状，一般会在前两天内就消失。这被称为胎粪，是正常现象。如果您对宝宝的便便，比如颜色、稠度或频率有疑问，请致电您的提供者。

新生儿喂养帮助。在宝宝成长的第一年，身体分泌的乳汁是您可以提供给宝宝的最健康的食物。这通常也是父母与婴儿建立情感联系的一种特殊方式。如您在分娩后遇到任何母乳喂养问题，可以去医院咨询母乳喂养顾问。如有需要，可以用配方奶替代母乳，但母乳喂养通常是最健康（也是最经济）的选择。CDC 建议“在刚

出生的头几天每隔 2 到 3 小时摄入 1 到 2 盎司婴儿配方奶粉”。随着宝宝的成长，他们的胃也会变大。请见第30页的图表。

您可能会遇到母乳喂养问题。常见的问题包括疼痛、乳房肿胀、乳腺管阻塞以及乳腺炎（乳房组织感染）。虽然多数问题都不严重，但也可能难以应对。您也许还想知道何时用奶瓶喂奶。您的初级保健提供者、妊娠服务提供者、母乳喂养顾问和**La Leche League (llli.org)** 等免费社区团体都能为您提供帮助。

宝宝 0-3 个月大

我宝宝的胃有多大？

请记住，婴儿的胃与成人不同！这张图片说明了宝宝胃部的大小：



1-2天

樱桃

(.2-.4 盎司)



3-4天

核桃

(1-2 盎司)



5-7天

杏

(2-3 盎司)



2-3周

猕猴桃

(3-4 盎司)



6个月至1年

西柚

(6 盎司 - 2 杯)



成人

香瓜

(4杯)

信息由 Aeroflow Breastpump 提供。

如果您正在母乳喂养且担心自己的奶量不够，请咨询您的提供者。

宝宝 0-3 个月大

- 持续发烧三天以上。
- 似乎有便秘，好几天未排便。
- 感冒导致呼吸困难。
- 耳痛持续超过一周。
- 咳嗽超过一周。
- 突然出现不明原因的皮疹。

问：我应该何时向宝宝的提供者致电以及何时前往急诊室或寻求紧急护理？

答：如果婴儿的症状看似危及生命——例如头部创伤、呼吸困难或没有反应——请前往急诊室或拨打 911。您无需事先致电您的提供者或健康计划。

如果婴儿的症状不会危及生命，请致电其提供者。他们可以给您安排约诊。感冒、发烧以及皮疹等问题最好由婴儿的常规提供者负责。

药物。大多数药物都不适用于 2 岁以下的儿童。如果您认为宝宝需要药物——例如儿童用的 Tylenol、Motrin 或 Benadryl——请先联系您的提供者。他们会告诉您可以给予什么药物（如有）以及药物剂量。他们还可就不使用药物的治疗方法提出建议。

宝宝 0-3 个月大

您可能听说过腹绞痛或说婴儿有“肚腹绞痛”。“腹绞痛”不仅仅意味着婴儿会不停地哭闹。美国儿科学会将腹绞痛定义为婴儿持续哭闹超过三个小时。它通常在婴儿两周大之前开始，到 3 或 4 个月大时结束。如果您认为您的宝宝可能有腹绞痛，

请咨询其提供者。

照看婴儿。在您照看婴儿时，最好不要让他们独处。让宝宝独处可能会非常危险，尤其是他们能够自行走动的时候。如果您必须暂时离开宝宝（例如上厕所或冲奶粉），请确保把他们留在安全可靠的地方（如婴儿床内），直到您回来。

下一章：宝宝3-6个月大！



我的笔记：

请记住，咨询是所有 Health Share/
CareOregon 成员的承保福利。询问
您的提供者，诊所是否提供工作人员
辅导员。或致电 CareOregon 客户服
务部：503-416-4100 或免费电话
800-224-4840。



3 至 6 个月

宝宝在 3-6 个月大

这一年龄段的免疫接种：

年龄	DTap	乙型肝炎	Hib	IPV	PCV/ PPSV	RV
4 个月	✓	✓	✓	✓	✓	✓
6 个月	✓		✓		✓	✓

儿童健康体检。 您的提供者会定期查看宝宝的情况，以确保您和宝宝都很健康。在儿童健康体检时，将对您的宝宝进行称重和测量，以便医生确保宝宝的发育正常。

体检将检查宝宝的心跳、呼吸、胃部、手臂、腿部、皮肤、眼睛、耳朵、鼻子、嘴巴和喉咙，以及宝宝的反射动作。体检还将给宝宝注射确保身体健康所需的疫苗，而您可以提出任何问题。

在儿童健康体检期间，提供者还可能为宝宝进行发育筛查。

使用本手册记录您就下一次儿童健康约诊提出的问题，并跟踪孩子的疫苗接种情况。

我的笔记：

儿童健康体检一般安排在以下时间：

新生儿：前六个月

- » 出生几天后
- » 1 个月大
- » 2 个月大
- » 4 个月大



婴儿：6-12 个月

- » 6 个月大
- » 9 个月大
- » 12个月（1岁）大



学步儿童：1-3 年

- » 15 个月大
- » 18 个月大
- » 24个月（2岁）大
- » 30 个月（2½ 岁）大
- » 36 个月（3 岁）大
- » 之后一年一次！



宝宝在 3-6 个月大

测量发育状况。 在儿童健康体检时，提供者将测量宝宝的体重、身长和头围。这些指标载于第 8 页所示的标准发育图上。您的提供者将帮助确保宝宝获得促进其健康所需的营养和帮助。

发育筛查。 宝宝在生命前几年的发育是多方面的。这些变化不仅是身体上的，还有情感、社交和认知（学习、思考与问题解决）上的。在这些关键的头几年，宝宝将学会新的技能，包括爬行、走路和说话。这些新技能被称为“发育里程碑”（参见第 50 页）。发育筛查是一个简短的测试，用以判断宝宝是否达到这些里程碑，或者在哪些方面需要帮助。

请确保不要在宝宝身边过多地使用手机或其他设备——他们需要您对互动做出回应才能茁壮成长！

宝宝在 3-6 个月大

婴儿猝死综合症 (SIDS)。SIDS 有时被称为摇篮死亡，是指一岁以下的婴儿无法解释的死亡，常发于夜间睡眠时。SIDS 多半见于 2-4 个月大的婴儿。根据 CDC (cdc.gov/sids) 的资料，您可以通过以下重要措施帮助预防 SIDS：

- **宝宝仰卧睡觉。** 婴儿趴着睡觉有隐患，

而且会增加发生 SIDS 的风险。这是您保护宝宝免遭 SIDS 而能做好的最重要的措施。

- **使用结实的床垫和紧密贴合床围的床单。** 将散乱的床上用品、多余的枕头或毯子从宝宝的婴儿床上挪开。选用薄毯子，将其边缘掖在婴儿床床垫四周。或者您可以使用婴儿穿的连体睡衣来替代毯子。
- **让宝宝保持凉爽。** 如果额外的毯子、帽子等物品盖住宝宝导致身体过热，可能会致使呼吸暂停（呼吸问题），进而引发 SIDS。
- **使用安抚奶嘴。** 在晚上使用安抚奶嘴有助于预防 SIDS。



6 至 12 个月

宝宝 6-12 个月大

这一年龄段的免疫接种：

年龄	DTap	乙型肝炎	Hib	IPV	PCV/ PPSV	RV
6 个月	✓		✓		✓	✓
6-18 个月		✓		✓		

婴儿牙科护理。 良好的牙齿护理有助于增进整体健康。宝宝开始长第一颗牙齿后就该去看牙医。您和宝宝可通过俄勒冈州健康计划 (OHP) 获得免费牙科保险。请向

您的牙科计划询问宝宝可以获得的福利。牙科计划的电话号码印在您的 Health Share/ CareOregon 会员 ID 卡上。

宝宝 6-12 个月大

我的宝宝什么时候会爬行？

我的宝宝什么时候会走路？

我的宝宝什么时候开始说话？

里程碑。新手父母经常会担心上述问题。它们也是在儿童健康体检中经常与提供者讨论的重要问题。

婴儿会在不同的发育阶段学会爬行、走路和说话。别担心——您的宝宝也能学会这些技能！

- **爬行。** 婴儿通常在 6-10 个月大时开始爬行。随着发育的继续，他们会从翻身发展到坐起。最终，他们将要探索自己的世界并学会爬行。
- **走路。** 刚开始学走路会很有趣，人们自然都想宝宝快点学会走路。婴儿可能在 10-14 个月大的时候开始走路，但有些婴儿要到接近 16 或 17 个月大时才开始走路。当宝宝想要开始走路时，您要准备好在他们跌倒时扶住他们，并积极鼓励他们继续走下去。他们学习走路的过程可能不如您想象的那么快，但最终肯定是要会走路的！

- **说话。** 婴儿出生时会发出声音，而您不久就会发现他们的声音更加丰富并且有更多含义。您与宝宝交谈的次数越多，他们就有可能学习并开始使用新词。请记住，越早为宝宝朗读越好！美国儿科学会建议在睡前例行给宝宝朗读几分钟。到婴儿 2 岁时，他们通常会说两到四个单词的句子。

建议：请记住，咨询是所有 Health Share/CareOregon 成员的承保福利。请询问您的妊娠服务提供者，诊所是否提供咨询师。或致电 CareOregon 客户服务部：503-416-4100 或免费电话 800-224-4840。





宝宝 6-12 个月大

婴儿防护。 您的宝宝会在不知不觉中开始活跃起来——翻身、爬行、行走并最终奔跑。确保您的家庭已经准备好迎接小顽皮的到来。将可能危险的物品（如锋利物品、清洁用品和药品）放在宝宝够不到的地方。

烟雾和一氧化碳探测器。 在家中安装这些探测器对于确保您和宝宝的安全至关重要。一氧化碳没有气味或味道，因此您无法知道家中是否存在一氧化碳危险。您可以使用检测到烟雾或一氧化碳就会发出警报的二合一检测器。

含铅油漆和石棉。 在人们了解石棉与含铅油漆的有害影响之前，这些材料经常用于建筑施工。它们可能存在于您的家中，并危害宝宝的健康。

- **含铅油漆：** CDC 称：“美国 1978 年之前建造的房屋中可能有一些铅基油漆……如果儿童咀嚼涂有铅基油漆的表面，……吞下剥落的油漆碎片或吞下或吸入铅尘，则可能发生中毒。” 请致电俄勒冈铅防护热线 (Oregon Lead Line) 800-368-5060，了解有关对儿童进行铅油漆暴露检测的信息。大多数杂货店和五金店都提供铅检测套件。如果您家中确实有含铅油漆，请考虑给墙壁重新刷漆 或扔掉含铅涂漆的玩具。此外，随着

请联系我们

随着新生儿的成长，请记住 CareOregon 以及社区内的许多其他人士都能随时为您提供帮助。CareOregon 全体同仁向您和宝宝致以最美好的祝愿！

请联系我们

我们的办公时间为周一至周五
上午 8 点到下午 5 点。

客户服务部 503-416-4100，免费电话 800-224-4840 或 TTY 711

短信聊天： 503-488-2887

向我们发送**安全信息：** careoregon.org/portal

请登录我们的 CareBaby **网页**，获取其他有用信息：careoregon.org/carebaby

OHP-HSO-22-3146

HSO-21237250-SC-1206



