

安全和伤害预防



NATIONAL CENTER ON
Early Childhood Health and Wellness

儿童早期健康与保健国家中心针对儿童家庭提出的几点建议

儿童安全和伤害预防：

- 确保孩子拥有安全的环境成长和学习
- 保护孩子免遭危险
- 教孩子做什么才是安全的

为什么健康素养很重要？

孩子喜欢探索，但是需要：

- 安全的地方玩耍
- 成人的看护，以免发生伤害
- 安全练习新技能的机会

孩子安全时，更有可能：

- 免受伤害
- 专注于学习
- 自信地探索新情况



您可以做以下事情帮助您的孩子

● 在家：

- 将所有药品、清洁、有害的产品放在孩子够不到的地方。
- 使用柜锁和电源插座盖。
- 在楼梯上使用安全门。
- 使用侧面固定的婴儿床，而不是侧面可以落下的婴儿床。
- 婴儿床远离窗户和百叶窗拉绳。
- 如有可能，最好使用无绳窗帘。如果不可能，则将拉绳系在高处，让孩子够不到。
- 让宝宝仰卧在婴儿床上睡觉，不要用软的毯子、枕头或围垫。
- 让孩子远离热的食物和液体。
- 将锅柄转到炉灶的背面。
- 将热水器恒温器设置到 120 华氏度或以下。
- 让孩子远离加热器和火源。
- 每层楼都安设烟雾报警器。在春季和秋季更换电池。
- 如果没有，请安设一氧化碳探测器。
- 请向当地消防局核实，看看他们能否帮您找到烟雾报警器或一氧化碳探测器。
- 向您的儿科医生询问有关可能会导致窒息的食物和小物件的问题。
- 制定并演练逃生方案。

您可以做以下事情帮助您的孩子

续上页

● 在室外:

- 使用防晒霜。
- 教孩子不要跑到马路上。
- 寻找表面柔软的游乐场，不要找表面是土或草的游乐场。
- 在游乐场密切关注您的孩子。
- 去除服装上的拉带。
- 鞋带要短且绑紧。

● 用水安全

- 知道盖过孩子口鼻的任何水量都能让孩子溺水。
- 如果孩子在水中或水边玩耍，一定要让孩子在伸手可及的范围内。
- 学习游泳，带孩子参加有专业监督的游泳课。
- 泳池周围使用带有自锁门的四个面的围墙。
- 学习心肺复苏 (CPR)。

● 汽车和卡车安全

- 选择刚好适合孩子年龄、身高和体重的汽车座椅。
- 选择适合您的汽车或卡车的座椅，并坚持使用。
- 询问启蒙计划的工作人员您可以去社区的什么地方学习如何安全地安装孩子的汽车座椅。
- 确保不满 13 岁的孩子只坐在后排。
- 没有成人陪护的情况下，请勿将孩子留在汽车内。
- 教孩子汽车决不是可以安全玩耍的地方。即使车窗打开，儿童也会在 10 分钟内出现过热危险。

