

ESCAPE 家庭資源中心

家庭教育小貼示:

炎炎夏日安全小貼示

汽車安全

- 不要讓無人看管的小孩獨留在汽車內。尤其是在夏天，車廂很容易熱起來，這情況亦會於全年任何時間發生。獨留孩子在汽車內可導致孩子熱衰竭或中暑，嚴重會導致孩子永久性殘疾或死亡。根據得克薩斯州刑法例，獨留孩子在汽車內可受到懲處的罪行。欲了解更多有關資料，請瀏覽 http://www.dfps.state.tx.us/child_protection/about_child_protective_services/faqc_hildalone.asp。
- 將汽車鑰匙放在孩子觸摸不到安全的地方。
- 當家長離開車廂時，應立刻將孩子安全地撤離車廂，然後才卸下雜貨或其他東西。
- 複印你的汽車鑰匙，並放在安全的地方。
- 當家長離開汽車前，應經常檢查車廂，以確保沒有遺留孩子在車廂的後座上。
- 如果孩子被困在上鎖的車廂內，應立即撥打 911，而不是試圖撬開車門。在這種情況下最重要考慮的是讓孩子安全地走出車廂。向警方求助是最好的方法來幫助你盡快救出孩子。

游泳池安全

- 游泳池周圍應加設圍欄；確保收窄圍欄間的距離，以免孩子在圍欄上攀爬；並確保圍欄有足夠高度，防止孩子跨過圍欄。
- 游泳池的大門應從池內打開並自動關閉，門鎖的高度應設在孩子無法捉碰的位置。
- 即使孩子善於游泳，家長亦應該經常看管在游泳池玩耍的孩子。
- 若孩子不善於游泳，孩子應穿上游泳背心或救生衣。
- 每隔兩小時為孩子塗上防曬霜；選擇至少 30SPF 的防曬霜。
- 確保孩子有充份的休息，多喝水，並保持均衡飲食。
- 避免在太陽強度極高的時段暴曬，即大約上午 10 點至下午 3 時。
- 可讓 4 至 5 歲的孩子開始學習游泳。

- 游泳後應把所有水上玩具收好，以免引誘孩子逗留在。
 - 確保救援設備充足，如救生環及救生圈應在任何時候放在泳池範圍內。
 - 如果游泳池沒有在使用中，應用池蓋蓋好。
 - 不要讓孩子在游泳池周圍地區玩激烈的活動。
- **記住，教導孩子如何游泳並不能確保孩子在水上的安全。家長應時刻提高警覺，慎防意外**

遊樂場安全

- 孩子在遊樂場玩耍前，家長應檢查場地，如遊樂場的地面，以確保沒有碎片、玻璃等
- 確保滑梯冷卻，以防止孩子燙傷。
- 監督孩子在遊樂場玩耍。
- 在遊樂場玩耍前及玩耍期間，為孩子塗上防曬霜。
- 孩子應穿著舒適及天氣適宜的服裝和鞋。衣服不應太闊，以防鉤上其他物品，。鞋子應是密頭和堅固的。

昆蟲，植物，及皮膚安全

- 不要使用有香味的肥皂或洗手液。
- 孩子在戶外活動時，特別在潮濕或雜草叢生的地區應使用驅蚊劑。
- 避免到滿佈昆蟲的地方，如積水池或鮮花盛開的花園。
- 刪除刺時，可用手指指甲輕輕橫向把它刮掉。
- 學習使用基本的急救箱。
- 教導孩子認識和避免接觸毒常春藤。

單車安全

- 任何年齡的孩子都應戴上美國消費品安全委員會批准的單車安全裝備，如頭盔，護膝和護肘。
- 家長不應強迫孩子騎兩輪單車。
- 單車的大小應配合孩子的體形，不宜太小，亦不宜太大。
- 孩子不應在交通道路上騎單車。孩子應利用單車徑或到公園騎單車。

燒烤和野餐食品安全

- 為避免交叉感染，妥善密封及包裝未經煮熟的食品，以防與熟食交叉感染。
- 清洗所有準備食物時使用的材料。進食水果和蔬菜前，要徹底清洗。
- 處理食物前後要洗手，特別是在更換尿布及如廁後。
- 如果不在家做飯，應帶備大量的樽裝水。因為公園或露營的水不宜飲用或做飯。
- 食物應徹底煮熟。你可以使用一個特殊的溫度計來檢查食物內部的溫度。
- 去旅行時，可利用小冰箱保持食物冷凍。
- 熟食不應擺放超過 2 小時，應把熟食冷藏或扔掉。

References: American Academy of Pediatrics and Keep Kids Healthy