

## Children's Community Education

### Stay On Top Of It

# 從出生到五歲兒童的水上安全

對於從出生到五歲的兒童來說，溺水最常發生在游泳池和浴池之內。父母們可能會認為，當孩子掉進水中時，他們會聽到很多水聲，並可以及時趕到去救孩子。但是，大多數情況是，孩子很快滑入水中，並且沒有什麼聲音。

要防止孩子溺水，你能夠做到的最重要的兩件事是：監督照看和使用救生衣。

#### 在家中

嬰兒和年幼兒童在兩英寸深的淺水中亦會溺水。在浴池、花園水塘、廁所以及裝有五加侖的水桶內，曾經發生過很多起兒童溺水的事故。

- 初學行路的孩子在洗手間時，要隨時看守住。
- 千萬不要將嬰兒或初學行路的小童獨自放在浴池內，亦不能讓小孩的姐姐照看年幼兒童。
- 當水桶不用時，要倒掉水桶內的水並放在孩子伸手夠不到的地方。

#### 在院子裏

- 要經常蓋住垃圾桶。
- 倒掉水桶內的水並放在孩子伸手夠不到的地方。
- 避免建造花園池塘。如果你已經有池塘，要在池塘四周圍建造一道籬笆牆，以防止孩子走近池塘。
- 兒童嬉水池不用時，要放幹池內的水。

#### 在水中以及在近水的地方

要盡早開始培養水上安全習慣，越早越容易做到。

- 當孩子在水中或近水的地方玩耍時，當在碼頭上，或在船上，救生艇上或輪胎內胎中，都要給孩子穿上救生衣。
- 在任何形式的水域中，任何時候都要保持能夠接觸到孩子的距離。
- 在社會活動中，與其他成年人輪流照看在近水地方玩耍的孩子。
- 當照看在近水地方玩耍的孩子時，不要做任何可以分散你精神的事情，比如同人說話，看書或打電話。
- 為你的孩子購買一件救生衣，因為不可能總是在需要時可以租到或借到救生衣。有些游泳衣自帶救生功能。在購買這一類游泳衣時最好查看一下產品的商標說明，因為有些自帶救生功能的游泳衣未經美國海岸警衛隊的批准。
- 為嬰兒和初學行路孩子舉辦的水中課程可以促進水上安全和玩耍，但不能替代水上監督照看。兒童在四歲左右可以開始參加游泳班。
- 要教育你的孩子，只有聽到你說“可以”時，才能進入水中。
- 選擇在有救生員的水域游泳和玩水。即使有救生員，仍需要對孩子密切照看。
- 浮水圈、漂浮物或塑膠圈不是為水上救生設計的。千萬不要將它們作為救生衣使用。

(接下一頁)

### 如果你有游泳池

要減少你孩子接近游泳池的機會，因為不幸很可能就發生在你的屋門之外。所有的游泳池都有發生溺水的危險。軟壁充氣的游泳池同建造在地面的游泳池一樣有危險。小孩子能很容易走進池內，但卻不容易走出來。

在游泳池、熱水浴池和水療浴池四周要設立障礙物，以保護你的孩子。障礙物包括籬笆或牆，警報和安全蓋。

- 使用至少四英尺高的籬笆將游泳池四周圈起來，並在入口處安裝帶鎖的籬笆門。
- 添加一個電力安全蓋，通向游泳池入口門警報和游泳池警報。
- 學習如何對嬰兒和小孩子進行人工呼吸救護。
- 熱水浴池不使用時，要蓋上蓋子。
- 如果你孩子的頭髮長，要使用髮帶以防止頭髮纏繞在游泳池或熱水浴池中的吸水排水蓋上。
- 游泳池邊上要放有救護設備和電話，並將緊急情況聯絡電話放在電話旁邊。
- 玩具不使用時，要從游泳池內及游泳池周圍拿走。玩具會吸引孩子走去游泳池。

#### 要瞭解更多詳情

- 致電給兒童資源電話 (206) 987-2500 或 (866) 987-2500 (華盛頓州、阿拉斯加州、蒙特那州、愛得華州的免費電話)
- 請教你孩子的醫生

如有要求，兒童醫院可以提供該資料的其他格式。請打電話給市場交流部，號碼是 (206) 987-5205。

該手冊經由兒童醫院的醫務人員查閱。但是每個孩子的需要都不同。在你按照這個手冊的資料採取行動之前，請請教你孩子的醫生。