

Chương Trình Giáo Dục Cộng Đồng của Bệnh Viện Nhi

Stay On Top Of It

Bảo Đảm An Toàn Cho Trẻ Em từ 6 đến 11 Tuổi Khi Chơi Gần Nước

Ở lứa tuổi này trẻ em thường dễ bị chết đuối nhất khi chơi và bơi lội ở các vùng nước tự nhiên như hồ và sông. Mặc dù con quý vị đã ở tuổi đến trường và có thể biết bơi giỏi nhưng vẫn cần được trông nom khi chơi gần nước. Trong trường hợp khẩn cấp, con quý vị khó có thể bơi hoặc tìm cách đến được nơi an toàn.

Nếu con quý vị chưa học bơi, quý vị nên ghi danh cho cháu tham gia lớp học bơi hoặc nhờ một người nào đó dạy bơi.

Nên mua sẵn cho cháu một áo phao vừa vặn và mang theo xe trong suốt mùa hè, vì không phải lúc nào quý vị cũng có thể thuê hay mượn áo phao mỗi khi gia đình đi chơi ở những khu vực gần nước hay khi trên thuyền.

Khi sinh hoạt gần hay dưới nước

- Hướng dẫn cho con quý vị biết rõ cách chơi an toàn ở những khu vực gần nước. Giới hạn việc chơi nếu thấy con quý vị không tuân theo đúng các hướng dẫn của mình.
- Cho dù con quý vị bơi giỏi đến đâu, vẫn luôn luôn phải có người lớn trông coi lúc bơi. Dạy con quý vị chỉ bơi hay chơi gần nước nếu đã có người lớn trông nom.
- Chọn đi bơi ở những khu vực có nhân viên cứu hộ.
- Ngay cả con quý vị đã biết bơi, vẫn phải cho cháu mặc áo phao khi bơi lội hay vui chơi ở các vùng nước tự nhiên không có nhân viên cứu hộ như sông hay biển.
- Phân công người lớn trông coi trẻ em chơi gần nước tại các hoạt động xã hội.
- Dạy con quý vị biết về các mối nguy hiểm dưới nước như luồng nước chảy ở sông, nước lạnh, bờ sông trơn trượt, vùng nước xoáy ở biển, và những nơi chiều sâu đột ngột thay đổi.

- Dạy con quý vị biết cách nhảy hoặc nhảy cầu xuống nước an toàn. Kiểm tra và đảm bảo vùng nước có chiều sâu ít nhất chín feet và không có chướng ngại vật ngầm nguy hiểm như thân cây, đá ngầm v.v...

Bồn tắm nước nóng và hồ bơi

- Không cho con quý vị đến gần hồ bơi hay bồn tắm nước nóng ở nhà trừ phi có người lớn trông coi trực tiếp.
- Xây hàng rào cao ít nhất bốn feet vây quanh hồ bơi. Chỉ để một cổng vào duy nhất có khóa. Quý vị cũng nên trang bị thêm một nắp đậy an toàn đóng mở bằng điện và/hoặc chuông báo động ở cổng và hồ bơi.
- Khóa cổng khi không sử dụng hồ bơi.
- Nếu con quý vị để tóc dài, hãy buộc lại để phòng nguy cơ bị vướng tóc vào nắp của lỗ thoát nước.

Khi trên thuyền

- Tất cả mọi người nên luôn mặc áo phao khi trên thuyền, bè, hay phao. Luật pháp quy định, trẻ em dưới 13 tuổi bắt buộc phải mặc áo phao trong suốt thời gian đi thuyền.
- Để tránh bị lật khi đi canô hay thuyền nhỏ, hãy đưa thuyền vào bờ mỗi khi cần đổi chỗ ngồi.

ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG TIN

- Đường Dây Trợ Giúp của Bệnh Viện Nhi Đồng (206) 987-2500 hoặc (866) 987-2500 miễn phí ở Washington, Alaska, Montana, Idaho**
- Nhà Cung Cấp Dịch Vụ Y Tế Cho Con Quý Vị**

Bệnh Viện Nhi Đồng sẵn sàng cung cấp thông tin này bằng hình thức khác tùy theo yêu cầu. Hãy gọi Phòng Thông Tin Tiếp Thị theo số (206) 987-5205.

Bản tin này đã được nhân viên phòng mạch tại Bệnh Viện Nhi Đồng kiểm tra lại. Tuy nhiên, con quý vị có thể có những nhu cầu riêng. Trước khi quý vị làm theo hoặc dựa vào thông tin này, hãy thảo luận với nhân viên chăm sóc sức khỏe của con mình.