

# 春节儿童意外伤害高发

## 家长绷紧“安全弦”

每年的春节和寒暑假都是儿童意外伤害的高发期,加上近两年的新冠疫情,家长一定要把孩子的人身安全问题放在第一位,时刻绷紧安全这根“弦”,做好安全教育工作,合理安排好学习与生活,让孩子度过一个既安全又有意义的春节。

### 防疫安全

当前疫情防控形势依然严峻复杂,尤其是面对不断出现的新冠变异毒株,防控意识更要加强。春节将至,人员流动和聚集性活动增多,家长们一定要提前给孩子做好疫情防控知识宣教。

1) 高风险地区就地过春节,低风险地区非必要不要前往国外和国内中高风险地区,不跨省域长途旅行,减少走亲访友,减少外出就餐,坚持不聚餐、不聚会、不聚集; 2) 做好个人防护,如勤洗手、外出戴口罩、与他人保持1米社交距离等,咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮住口鼻,防止飞沫传播; 3) 保持良好的居家环境和个人卫生,常通风,及时清理卫生,做到各处整洁有序; 4) 在做好防护措施和保暖的前提下,鼓励孩子适度进行户外体育锻炼,增强体质,降低感染风险; 5) 如出现发热、咳嗽、乏力等症状,应佩戴一次性医用口罩及时到就近医疗机构发热门诊进行排查和诊疗,就医途中尽量避免乘坐公共交通工具,并根据社区要求进行上报。

### 防火安全

春节是用火、用电、燃放烟花爆竹的高峰期,也是火灾、烧烫伤等意外伤害的高发期,家长一定要提高孩子的防火安全意识。

1) 禁止孩子独自燃放烟花爆竹,一定要在大人的带领下,在空旷的地方燃放; 2) 教育孩子不在家中玩打火机、火柴等物品,更不能在山岗野外玩火,以防引起山林大火; 3) 注意用电安全,不超负荷用电,手机不要过度充电,充电完成后要及时拔掉充电器,使用取暖设备时不要覆盖衣物,用完后记得拔掉电源; 4) 到商场、酒店等场所,教孩子认识应急出口和疏散通道,并告知正确的逃生方法。

### 人身安全

“害人之心不可有,防人之心不可无。”寒假期间,孩子单独待在家中的机会增多,家长一定要告知孩子一些防盗、防

骗和防拐知识。

**防盗** 1) 睡觉和出门前要检查门窗是否关好; 2) 提高防范意识,对主动找上门的陌生人要严加盘问,不可随便开门,如果有人以家长同事、朋友或者远方亲戚的身份要求开门,一定要与家长电话联系,确认无误后方可开门; 3) 如遇到陌生人不肯离去,坚持要进入,可以拨打110报警,或在阳台呼喊,向邻居、行人求援。

**防骗** 1) 未成年人外出时最好与同学或朋友结伴同行,不要单独去一些公共场所或者偏僻的地方,外出不要与同伴拉开太大的距离,避免走失; 2) 若在公共场受到威胁,应立即向人多的地方靠近,或者向警察、保安、商场工作人员等寻求帮助; 3) 不要轻易向外人透漏家庭住址、父母电话等个人隐私。

**防拐** 1) 孩子外出游玩时要征得家长同意,并将行程告知父母或其他家人,说明大概的返家时间; 2) 提醒孩子不搭陌生人的便车。向驾车的陌生人问路,要与其保持一定距离,不可贴近车身; 3) 提醒孩子不独自通过狭窄街巷、昏暗地下道,不独自去偏远的公园、无人管理的公厕。

### 出行安全

假期期间外出一定要遵守交通规则,以免发生意外。

1) 穿越马路时要走斑马线,在确认没有机动车通过时尽快通过马路,不要在马路上迂回穿行; 2) 路上行走要走人行道,没有人行道的道路要尽量靠路边走,走路时要专心,时刻注意周围情况,不要东张西望,不要边走边玩手机; 3) 未满12周岁的孩子不得骑自行车上路,未满16周岁不得骑电动车上路,未满18周岁不得驾驶机动车; 骑车转弯时要伸手示意,不要强行猛拐; 4) 出行需要乘车时,一定要乘坐有营运资格的公交车和出租车,不能乘坐没有营运资格的“黑车”; 5) 等候地铁或列车时,请务必站在黄色安全线后,列车进站不要探头张望,车停稳后方可上下; 6) 乘车时切不可把头 and 手伸出车窗外,避免被

车辆或被路边的树枝、广告牌等擦伤、撞伤。

### 饮食安全

放假期间,孩子的生活作息习惯被打乱,免疫力会受到一定影响,如果此时不注意饮食安全,很容易生病。

1) 一定要购买正规厂家所生产的食品,留意商品标识,不买“三无”食品; 2) 了解有关食品的安全知识,有些“网红”食品销量很大,却可能含有大量添加剂、色素等,长期食用会威胁健康; 3) 进食前做到一闻二看三品,如食品包装、气味、质地有异常,应停止食用; 4) 少吃油炸、烟熏、烧烤食物,不吃生冷、不洁、腐败变质的食物; 5) 养成饭前洗手的良好习惯,一日三餐要定时定量,切忌暴饮暴食。

### 网络安全

放假在家,孩子上网的时间会相对较长,家长要注意监控孩子上网安全,做到健康上网、绿色上网、文明上网、限时上网,不得沉溺网络。

1) 家长以身作则,不沉溺网络,多陪孩子到户外活动,参加体育等项目,以淡化网络的吸引; 2) 教育孩子从网络中获取健康有益的信息,杜绝游戏、暴力、色情等不良信息; 3) 防止网络诈骗和骚扰,不与网友见面,不随意透露自己的真实姓名、住址、银行卡等信息; 4) 告诫孩子不在网上充值、打赏,正常需要充值的服务项目,需请家长核对和确认。

### 冰上安全

冬春季虽然不是溺水的高发期,但每年北方因滑冰引发的溺水事件时有发生,家长应加强溺水安全教育与管理。

1) 严禁私自到水边钓鱼、戏水、捞取鱼虾、玩耍等; 2) 不轻易滑冰玩冰、玩冰上雪,冰面可能轻薄,承载力低,踏上容易落水; 3) 不在没有大人陪同,或没有佩戴救生设备的情况下玩水上项目; 4) 发现他人落水时,未成年人不可盲目施救,可以向周围大人求助,或报警求助。

霍苗



■ 女性话题

## 孕妇春运出行“八要”

孕妇在旅途中突发临产征兆,甚至临时生产的事情经常发生,因列车或飞机上基本没有配备随车医务人员,旅客中也很难临时找到产科医生,这对孕妇和新生儿来说都是十分危险的。为确保孕妇和新生儿安全,孕妇春运期间出行一定要注意以下“八要”。

一要做好例行检查,提前到当地医院做孕期检查,以便掌握胎儿和自身的健康状况,为健康出行提供科学保证。

二要带好相关资料,包括产前检查医院或医生的联系方式,以及记录孕妇身体情况和产前检查情况的资料。

三要准备好卫生用品和婴儿用品,如卫生巾、宝宝衣服、奶瓶、奶粉、纸尿裤、小包袱等,以备不时之需。

四要准备一些必需的食物。旅途中餐车供应的食物不能完全满足孕妇的需求,而孕妇的饮食爱好又因人而异,所以应多备一些自己喜爱的食物以保证旅途的营养,或者出行前让医生开些补充维生素或矿物质的药品。

五要有人陪同。孕妇出行最好有家属陪同,离预产期越近的人越要有人陪同,以便得到及时的心理安慰和适时的照顾。

六要做到中途停靠站时不随意走动或下车。列车停靠站点的时间较短,加上春运上下车的旅客较多,孕妇行动不便,随意走动或下车容易发生意外。如长时间坐车感觉不适,可以在座位上稍微活动一下。

七要懂得及时求助,列车或飞机上的工作人员,如列车长、乘务员、乘警、售货员、服务员等都是求助对象,例如孕妇需要购买卧铺票时,可以向列车长提出申请。

八要主动接受安全检查。有的孕妇出现临产征兆时,列车工作人员为确保产妇和新生儿的安全,会将产妇和新生儿移交给就近停靠站送往医院进行安全检查,孕妇应当听从列车乘务员的安排,并接受相应的安全检查。

王小梅