



儿童意外伤害高发 家长绷紧“安全弦”

1月18日,广西南宁一商场内一名8岁女孩右手被紧紧卡进扶梯。消防员到场后立即救援,约5分钟后小女孩成功脱困。

1月17日,广东广州一男孩在小区内与同伴玩捉迷藏时,躲藏过程中意外坠入约7米深的井中。消防救援人员接报后迅速抵达现场,经紧急施救,男孩被安全救出并送医检查。

1月14日,广东深圳一名男童意外摔倒在小区小货车盲区内,险被启动的小货车碾压,幸好路过外卖小哥及时发现叫停小货车。

1月11日,内蒙古呼和浩特一小区发生火灾,起火原因因为儿童在楼下燃放烟花爆竹,飞火引燃建筑外保温材料及14楼住户阳台堆放的杂物。

每年的春节和寒暑假都是儿童意外伤害的高发期,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。

防火用电严把关

1. 向孩子普及火灾隐患知识,明确禁止玩火。
2. 尽量不让儿童使用煤气或燃气灶,如需使用,必须有成人照看。
3. 不在同一插线板上使用多种大功率电器,不用湿手或湿布触摸电源插头、插座。
4. 使用燃煤、炭火等炉火取暖时,保持室内通风良好,谨防一氧化碳中毒。
5. 取暖设备远离可燃物,做到人走熄火、断电。
6. 避免长时间给手机充电、整夜充电,以及充电时玩手机。

居家安全细防范

1. 教育孩子不高空抛物、不攀

爬阳台门窗等高处,谨防摔伤坠落。

2. 远离“捏捏乐”、磁力珠、“假水”等具有危险性的玩具。

3. 妥善存放药品、清洁剂、消毒剂等危险物品,防止孩子接触、误食。

4. 注意刀具、打火机、热水壶等物品存放,防范儿童划伤、烫伤等风险。

燃放烟花遵规范

1. 遵守地方政府燃放烟花爆竹管理规定,不在明令禁止的地方燃放烟花爆竹。

2. 不让孩子燃放危险性高的烟花爆竹。

3. 不向人群、柴草垛、车辆发射、投掷烟花爆竹。

4. 不在下水道井口和化粪池附近燃放。

5. 未成年人燃放烟花爆竹,需在家长陪同下进行。

水边、湖面勿靠近

1. 不私自或结伴到河流、湖泊、池塘、水库、沟渠等危险水域玩耍。

2. 发现他人溺水或不慎坠河,立即寻求成人帮助,不盲目手拉手或下水施救。

3. 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。

4. 不在没有大人陪同,或没有佩戴救生设备的情况下玩水项目。

饮食安全莫放松

1. 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”食品销量大,却可能含有大量添加剂、色素等,长期食用对健康不利。

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。

平安出行守规则

1. 自觉遵守交通规则,过马路走人行横道、不闯红灯、不横穿马路。

2. 不在马路上嬉戏打闹,不在行走和骑车时看手机、听音乐。

3. 未满12周岁不骑自行车及共享单车,未满16周岁不骑电动自行车。

4. 骑行时佩戴安全头盔,不逆行、不载人、不超速。

5. 不在车辆盲区、车库出入口等危险区域内玩耍。

人身安全要警惕

1. 不随便给陌生人开门,如陌生人不肯离去,可以拨打110报警,或在阳台呼喊,向邻居、行人求援。

2. 外出时要征得家长同意,并将行程、回家时间告知父母或其他家人,最好与同学或朋友结伴同行,不要单独去偏僻的地方。

3. 不轻易向外人透漏家庭住址、父母电话等个人隐私。

4. 不搭陌生人的便车。

外出游玩重安全

1. 密切关注目的地及沿途天气情况,根据天气状况及时调整行程。

2. 入住酒店宾馆后,要熟悉安全出口和疏散通道位置,留意消防器材摆放位置。

3. 避免前往没有正式开发开放、缺乏安全保障的区域旅游。

4. 体验缆车、大型游乐设施等,提前了解安全须知,听从工作人员引导。

5. 谨慎参与高空、高速、涉水、探险等高风险旅游项目。

综合自国家应急管理部官网、长沙教育微信公众号

带娃旅游总吵架? 心理专家支招“三步法”

寒假是亲子出游的高峰期,但不少家庭因行程过满、孩子抵触景点等问题频频发生争吵,花钱受累又闹心。对此,湖南省第二人民医院临床心理科副主任医师漆靖支招“三步破解法”,教家长轻松化解亲子旅游分歧。

第一步:调整心态, 放弃“完美行程”

小学阶段孩子注意力仅20~40分钟,容易凭兴趣行事且有明显个性差异,如“兴趣导向型”孩子沉迷手工、动漫;“体力敏感型”孩子走半小时需休息;“慢热谨慎型”孩子抵触陌生历史景点等等。漆靖提醒,家长需放弃“多逛才值”的执念,旅行价值在于亲子体验而非打卡数量,每天聚焦1~2个核心景点,预留弹性时间,多换位思考,减少矛盾。

第二步:接纳情绪, 双向理解降温

如旅行中遇到孩子抵触情绪,家长首先应平复自身情绪,学会与孩子共情,如:“爸爸妈妈知道你玩不够,舍不得走对不对?”避免诸如“你怎么这么不懂事”等呵斥。若孩子情绪崩溃,可先带其到安静角落休息5分钟,待双方冷静后再沟通,不急在于情绪峰值解决问题。

第三步:共创行程, 让旅途张弛有度

提前和孩子共创行程,明确安全底线。如不独自离队、人多拥挤处牵手、遵守景区交通规则。规划可参考:上午安排家长重视的文化体验(如博物馆),让孩子选展厅;中午留足餐食休息时间;下午先打卡历史景点(配趣味讲解),再留1小时自由活动,让孩子自主选择项目,且需在家长视线范围内活动。

另外,按场景约定时间,给足缓冲。如用计时器约定时长:“这个展厅看20分钟,计时器响了就走,好不好?”游乐场等孩子感兴趣的地方,明确规则后给自主权:“可以玩到下午3点。”孩子遵守约定时及时给与表扬,争吵后及时复盘,强化亲子协作。家长要从“指挥官”变“陪伴者”,放下执念、接纳意外,用温和沟通和尊重守住安全底线。

记者 王璐 通讯员 向敏利

警惕酒精成为孩子身边的“隐形危险”

春节期间,白酒、红酒、果酒、米酒等常出现在餐桌、茶几等触手可及的地方。儿童好奇心强,容易被其颜色、气味吸引,一旦误当成饮料饮用,就可能酿成意外。

正确应对分两步

第一步,保持镇静,迅速评估。家长首先应保持冷静,立即观察孩子是否出现面色潮红、头晕、呕吐、嗜睡、烦躁、走路不稳等症状,同时查看误服时间与剩余酒水量,估算误服量,以便就医时准确告知医生,协助诊断及下一步处理。注意:此时不可盲目催吐。

第二步,根据情况,采取对应行动。若孩子已经出现昏迷、抽搐、呼吸困难等情况,需立即拨打120急救电话。在等待救护车过程中,应让孩子保持侧卧位,及时清理口鼻腔异物,确保呼吸通畅。

预防是关键

1. 高处藏、密封放 各类酒水饮品、料酒、黄酒、消毒酒精、酒精湿巾、酒心巧克力等,均应放置在孩子无法触及的高处,最好上锁或存于密封柜中。开盖后要及时密封并归位,勿随意放置。

2. 不诱导孩子 坚决制止亲友用酒精饮品“逗孩子”。部分家长

认为“孩子喝一点点酒没事”,甚至用筷子蘸酒给孩子尝,这种做法十分危险,不仅可能引发孩子对酒精的好奇,还可能让其误以为酒精是好喝的饮料,增加误服风险。

3. 看护不松懈 春节期间家中来客、走亲访友时,家长也需注意看护,避免因交谈或待客而疏忽对孩子的监护。

4. 加强安全教育 告诉孩子酒不是饮料,不随便喝陌生人的东西,不随意触碰家中的瓶瓶罐罐。

河南省儿童医院南院区 急诊医学科 王爽 陈娜