暑期安全备忘录

让孩子远离意外伤害

每当暑假开始的时候，家长就十分焦虑，要么把孩子单独留在家里，要么把孩子送回爷爷奶奶家，或者让孩子跟着父母上下班，失去了学校、幼儿园规律的生活，照看不周到，这让不少孩子在暑假出现各种意外伤害——溺水、烧烫伤、被宠物咬伤等。只要稍不注意看护，儿童就可能遭受意外伤害，而且六成以上的意外发生在家里。为此，本期特别为家长盘点并提醒七大儿童意外伤害的隐患。

第一名：意外窒息

幼儿园放假了，孩子一天到晚在家没人带，于是自己玩的时候，就容易吃进小纽扣、小块的果冻、大块的水果等造成气管异物。其实，食物进入气管十分危险。耳鼻喉科专家陈彦球说，在暑期，孩子一个人待在家里的时间长，如果家长不注意看护，发生气管异物的患儿也会明显增多。

●给爸妈提个醒

(1)要告诉小孩子不要拿到什么就往嘴巴里送。不要随便将硬币、糖果、瓜子、纽扣及其他小物品放在小孩能够拿到的地方。

(2)家长不要给3岁以下的孩子吃容易致呛的食物，如瓜子、花生米、豆类及其他带核食品。

(3)小孩子吃东西时，应有成人看护。吃骨头煲的粥、骨头汤最好能先把骨头过滤出来，同时孩子吃饭时避免让其说话、打闹、哭笑，以防食物呛入气管。

●紧急处理办法

当食物或小玩具呛到气管时，宝宝可能会出现剧烈的咳嗽，呼吸困难。情况糟糕的时候，还有可能出现缺氧面部发紫等症状。陈彦球指出，对于5岁以下的儿童可以采取以下的方法：

倒立拍背法：将婴儿倒置、头向下或倒提婴儿双腿，使其头向下垂，拍击其背部，可通过异物自身重力和婴儿呛咳时胸腔内气体的冲力，迫使异物向外咳出。

推压腹部法：让大孩子坐着或站着，成人站在其身后，用两手臂抱住婴儿，手握成拳形，大拇指向内放在肚脐与剑突之间，用另外一只手掌压住拳头，有节奏地向上向内推压，以促使婴儿横隔抬起，压迫肺底，让婴儿肺内产生一股强大的气流，使卡在其中的异物在气流的冲击作用下，被“挤出来”。

第二名：意外溺水

2000~2005年中国卫生部统计全国死亡统计数据显示，意外溺水是儿童意外伤害的首要死因。10个因意外伤害而死亡的0~14岁儿童中，有近6个是因为溺水身亡的；其中4岁以下幼童占52%，5~9岁儿童占23%。溺水之所以对儿童危害大，主要是当儿童掉入水中，溺水时2分钟后便会失去意识；4~6分钟后身体便遭受不可逆反的伤害。

儿科专家胡艳认为，溺水在所有儿童意外伤害死因中所占的比重，6年来持续保持在一半以上的水平。

●给爸妈提个醒

5岁以下儿童家长或看护人应该做到：

(1)绝不能把孩子单独留在浴缸、浴盆里，或者待在开放的水源边。

(2)无论儿童在家里、室外或其他地点的水中或水旁，家长与儿童的距离要伸手可及，专心看管，不能分心，不要聊天、打电话、做家务。

(3)儿童一定要由成人监管，在乘船、嬉水、学习游泳时，家长应为儿童准备合格的漂浮设备，如救生衣等。

(4)随着游泳场馆、水上娱乐设施、温泉等越来越普遍，排水口吸附导致致命，成了儿童溺水的新问题。因此，家长在带孩子出去玩的时候，首先要询问或者观察排水口的位置，然后带孩子尽量远离排水口，并保护好孩子。

●紧急处理办法

对于溺水的儿童来说，最初和最重要的治疗时立即给予通气。缺氧太久给孩子造成不可逆转的伤害，甚至死亡。

(1)以最快的速度清除溺水儿童口鼻中的泥沙杂草(如果存在的话)，保持呼吸道通畅。根据美国心脏病协会(AHA)最新推荐的复苏指南，没有必要进行“倒水”动作——因为溺水儿童气道进水量往往很少(循环可以很快吸收)或者气道根本没有进水(因为喉头痉挛)。

(2)检查呼吸，所用时间不超过10秒。如无呼吸，立即进行心肺复苏！采用口对口人工呼吸和胸外心脏按压，注意心脏按压与人工呼吸的比为30:2。

(3)拨打120电话，及时送医院进行救治。

第三名：交通意外

在暑假，全家驾车外出旅游的人很多，出现交通意外的机会比平时要多得多。而且由于车辆增多，不少社区里也车来车往，家长一旦对孩子看管不严，就在家门口发生交通意外的事情也是很常见。

●给爸妈提个醒

(1)在坐私家车的时候，1岁以下的幼儿要使用脸向后的儿童安全座椅。

(2)2岁以上或他们的体重、身高已达到标准，就可以选择脸向前的座椅。一般来说，13岁以下的儿童均应使用儿童安全座椅。

(3)儿童最安全的位置应该是后排的中间位置，因为这里离每个撞击点都有一定缓冲空间。

(4)不要坐在副驾驶位或把脸向后的儿童安全座椅放在车的前座，因为那里有气囊，气囊对幼儿是不安全的。

(5)孩子坐后排椅要有家人看护，不可将肢体伸出窗外，避免意外发生。

(6)有儿童乘车时，不要随意开启车窗锁，或尽量不要让孩子坐在靠窗位置。

●紧急处理办法

拨打120电话，及时送医院进行救治。

第四名：意外跌落

一名3岁的宝宝在家睡午觉，妈妈想乘机去楼下买个菜，结果妈妈刚到家楼下就听到孩子哭叫声。原来，宝宝醒来找不见妈妈，走到阳台，爬上窗户，想看外面妈妈去哪里儿，结果就把脑袋卡在阳台的栅栏上了。

这几年来，高层楼房逐年增多，阳台、门窗、楼梯缺乏保护装置，有的甚至是飘窗，因而儿童的脚、头等卡在门窗上，甚至直接坠落事故的发生有增多趋势。

●给爸妈提个醒

(1)任何时候，都要避免单独把10岁以下的孩子留在家里。

(2)可在有阳台、门窗、楼梯处加装防护设施，在家养成“关窗即锁”的习惯。

(3)小儿户外活动如玩滑梯、木马、秋千，家长要在旁边看护。

●紧急处理办法

(1)如果婴儿不小心从高处摔下来，身上、头上磕青了，或是起了大包，那就是淤血了。不要急着给婴儿揉，因为越揉淤血越厉害。

(2)如果是头朝下摔下来，要注意观察婴儿有没有脸色发白、眼神发直、爱睡觉、呕吐等现象。如果出现这些现象，可能是脑震荡，要立刻把婴儿送到医院治疗。

(3)如果婴儿摔倒后，胳膊不能动，或者不能走路了，很可能出现了骨折。最容易发生的是骨弯曲，而不是骨头断裂。这时切记不要去揉或捏，试图把变形或弯曲的肢体弄直，这样只能加重骨折。如果怀疑婴儿的脊椎骨断了，要先固定头部，把身体放平，迅速用木板抬到医院进行治疗。

第五名：刀割伤、戳伤

男孩子总是喜欢舞刀弄枪，但这些玩具有时并不安全，一不小心就容易被弄伤。每到暑假前后，医院都要收治不少“玩”出眼伤的小患者。而且割伤/戳伤最多发生在家中，大约50%的割或戳伤地点在家里。

●给爸妈提个醒

(1)孩子在家时，确保有成人的有效看护。

(2)家庭中带尖头的用具和小件物品如剪刀、刀具、针、珍珠项链、笔帽等放在上锁的抽屉中(或儿童不易拿到之处)。

(3)在厨房做菜时尽可能关上门，不要让孩子进入厨房。

(4)家中低的桌子如茶几等，四边做成圆角或加防撞保护措施，特别是玻璃的桌子。

(5)可以给孩子准备专用的儿童剪刀，以方便儿童学习剪纸等。

●紧急处理办法

当割伤或刺伤发生时，如果是小伤口，要首先清洁伤口，然后用创可贴止血护创。如果是严重的割伤或刺伤要立即上医院。

在家里，家长要注意不能把尖锐、锋利的工具摆放在孩子碰得着的地方，像剪刀、牙签、筷子、小刀子、针等都要远离孩子的视线。

第六名：烧烫伤

烧烫伤是中国儿童常见意外伤害发生原因之一，也是一旦发生可以给儿童及家庭带来巨大创伤的伤害之一。在中国，因意外火灾死亡的0~14岁儿童平均每年超过700人，即每天就有超过2位儿童因此死亡，而更多的儿童因火灾而受伤。

●给爸妈提个醒

在厨房做菜时，家长人不离开或关上门，不要让孩子独自闯入。盛放热汤热菜的器皿应放在远离孩子可以接触的地方。使用电磁炉时要有人看护孩子。

●紧急处理办法

(1)迅速脱离热环境，如果身上有火苗，让孩子在地板上翻滚或者用毯子扑灭火苗，避免奔跑。

(2)小面积轻度烧烫伤，没起水泡时，立即用冷水冲或浸泡，时间在15~30分钟，可用湿冷的毛巾轻轻外敷，每隔1~2分钟更换毛巾，或者毛巾上放冰块，切勿揉搓，以免破皮。

(3)已起水泡，不可把泡弄破，有衣物粘连不可撕拉，可剪去伤口周围的衣物，及时以冰袋降温。

(4)最好及时把孩子送往医院，不要在烫伤的皮肤上涂抹酱油、黄酱、牙膏等东西。

第七名：被宠物咬伤

“即使再听话的狗都有可能发脾气”。每年被宠物咬伤的人群中约40%是儿童，可见喜欢小动物的孩子，被宠物攻击的机会较多。

●给爸妈提个醒

孩子们在遇到宠物的时候，特别喜欢去摸它们的头顶。而对于宠物来说，因为很多孩子的手没有轻重，因此摸摸宠物往往会变成拍打宠物，结果招致被咬。因此，即使遇到温顺的宠物，也要教育孩子不要拍打动物的头顶。

同时要注意，当狗狗追上来的时候，小孩子最好能抱头蹲下，不要仓皇逃跑，这样才可以不被咬伤。

另外，一定不要让孩子在小动物附近大喊大叫，否则可能被当成宠物玩耍或攻击的对象。

●紧急处理办法

宠物咬伤、抓伤后处理：“一挤二洗三消毒，最后还要打疫苗”。咬伤后及时(2小时内)严格处理伤口，对降低发病率有重要意义。

(1)挤压伤口：尽力挤压出血或用火罐拔毒，忌用嘴吮吸伤口以防口腔黏膜感染。

(2)冲洗伤口：用20%肥皂水反复冲洗至少半小时。

(3)消毒伤口：用70%酒精擦洗及浓碘酒反复涂拭。

要提醒的是，注射疫苗要及时，被动物咬伤后应在2小时之内到防疫部门处理伤口和注射人用狂犬疫苗或免疫血清。并且一定按照医生的医嘱在规定时间接种疫苗，很多狂犬疫苗需要注射5针，不要间断。

(张华)