

暑期来临防意外 安全知识请牢记

儿童居家安全指南

近日，有一家人准备出门游玩，家中两个小孩没等父母，先行来到电梯处，在电梯里转圈玩耍、蹦跳打闹，还在电梯门关上时，用双手拍打外侧电梯门，幸好被赶来的父母及时制止，并对两个小孩进行严肃的批评教育，避免了危险发生。暑假来临，到了孩子们放松、休息和玩耍的好时机。家，也成为他们活动最多的场所。但是不要小看居家生活，为防止危险情况发生，这份居家安全指南请牢记。

隐患一：高空坠落

每年到了假期，几乎都有儿童不小心坠楼的事件发生。缺乏成人的看护是造成幼儿坠落的重要因素，同时，家庭硬件保护与孩子教育也必不可少。

提醒：

1. 给家中的玻璃窗或纱窗安装安全锁。
2. 阳台、窗户围栏要定期检查与维修；家有幼童时，一定要安装防护栏。
3. 不要抱着孩子在窗户边和亲朋好友打招呼，避免孩子在家长没有看到的时候偷偷爬上窗台。
4. 告诉孩子动画片中的飞行场面都是虚假的，不能模仿。

5. 避免把孩子单独留在家中。

隐患二：触电

家中电源电器很多，很多年龄较小的孩子，会因为好奇、好动等因素而去触碰；中学阶段的孩子，使用微波炉加热食物、使用洗衣机等几乎是假期生活的必需。

提醒：

1. 电源插头尽量安装在孩子摸不到的地方，如果插座位置较低，可用茶几、边柜等小家具进行遮挡。
2. 要告诉孩子不能用手或者导电物（如铁丝、钉子、别针等金属制品）去接触电源插座内部，也不用湿手、湿布或金属物品接触带电的插座等物体。
3. 雷雨天气时，要及时切断电源。
4. 教育孩子在家不玩电扇、开水壶、饮水机等危险物品。
5. 告知孩子微波炉的使用方法，一定要按照说明书使用，不能加热时间过长、不能使用金属容器和密封容器加热、不要加热熔点低的塑料等。

隐患三：误食误吞

孩子年纪小但好奇心强，对于什么东

西能吃、什么东西不能吃，还没有清晰的概念，误食误吞极容易发生。所以家长一定要对家中药品、体积较小的物品存放格外留心。

提醒：

1. 家中药品要分类存放，家中化学品要妥善保管，如清洁剂、酒精、化妆品等，放到孩子够不到的地方，避免误食。
2. 避免购买过于小巧精致、含有小零件的玩具，以防孩子吞食或堵塞鼻子。
3. 注意查看家中食品保质期，避免孩子误食过期产品、变质食物。

隐患四：燃气煤气或玩火

孩子在家想要自己做一桌大餐，或是加热剩菜剩饭，都需要使用燃气灶。或者孩子想要学着大人模样用打火机或火柴点燃蚊香。所以，室内消防安全一定要格外小心。

提醒：

1. 告诫孩子不玩火、不携带火种，远离燃气、电源，不要随意触碰燃气灶开关等。
2. 让孩子不要靠近烧水壶、汤锅等危险热源。

3. 盘式蚊香要远离易燃物，电蚊香用完要及时断电。

4. 对于没有具备独立操作能力的孩子，一定要严禁他们使用各种火源与热源。

隐患五：电梯、楼梯安全

爱玩是孩子们的天性，嬉戏打闹也是常态，但一定要注意场合。千万不要在电梯间、楼梯间等地方进行危险动作。

提醒：

1. 避免让孩子一个人乘坐电梯。
 2. 教育孩子尤其在电梯间、楼梯间不能随意打闹、乱蹦、手脚乱动等，避免摔倒造成身体伤害。
 3. 告诉孩子一些基本应急常识，以防止遇到电梯突然坠落等情况。
- 很多安全问题都是意料之外的，家长们一定要慢慢教育，引导孩子居家时要注意，除以上之外，还需多叮嘱孩子独自在家时不要给陌生人开门、不沉迷电子游戏、不贪喝冷饮等。同时，家长们也可以帮助提高孩子们的自我保护能力，预防暑期居家意外事故的发生。孩子的幸福关乎一家人的幸福，即便在暑假居家期间，各位家长也不要掉以轻心！

河边游玩 防止溺水

近日来伴随气温逐渐升高，感受夏日快乐的同时，嬉水、河边玩耍、游泳等引发的意外溺水事故进入高发季。为进一步加强防溺水安全宣传工作，保障青少年生命安全，预防溺水事故发生，倡议如下：

学校和家都应该树立较强的安全意识，时刻对孩子进行防溺水安全教育，不要私自让孩子下水游泳，家长应时刻看护。要在家人的陪伴下，到安全正规的游泳池游泳，不到危险、陌生的河域游泳。严禁结伴到水库、溪流等水域嬉戏、游泳，严禁在设有“禁止游泳”“水深危险”等警示语的水域逗留玩耍。

防溺水安全教育手册

01·防溺水注意事项



不到不熟悉的水域游泳



不要在水中嬉戏、打闹



不要私自下水游泳，需有家长、老师陪同

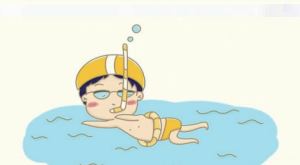
02·预防溺水的措施



认真学习游泳技巧



游泳前，充分热身



游泳时，装备齐全

1. 儿童应在成年人的带领下游泳。
 2. 儿童不能独自在水塘边、小河边等玩耍，特别要注意避免去偏僻地方的水塘。
 3. 不要去竖有禁止游泳牌子的地方游泳，特别是在暑假，不能在成年人的看护下邀请好友去水塘边游泳。
 4. 不会游泳者，不能去水较深的区域，谨防溺水事件发生。游泳圈对于一个不会游泳的人来说是没用的。
 5. 在游泳前要做好适当的准备活动，以防在水里时肌肉抽筋。
- 特别强调：脚趾抽筋先深呼吸后屏气，不要在乎身体下沉，抓住抽筋的脚趾，用手将脚趾向抽筋的反方向伸展，即可缓解。

03·溺水的自救方法

在水中可以采取的自救方法：

- ① 首先不要害怕沉入水中，此时最重要的就是屏住呼吸，放松全身，去除身上的重物，同时要睁开眼睛，观察周围情况。如果身体沉入水中，就让它沉，因水有浮力，在沉到一定程度，没有负重的人体就会停止下沉并自然向上浮起。
 - ② 一旦身体停止下沉并上浮时，落水者应立即采取如下动作：双掌心向下，从身体两边像鸟飞一样顺势向下划水。
 - ③ 当身体上浮时应冷静地采取头向后仰，面向上方的姿势，争取先将口鼻露出水面，一经露面，立即进行呼吸，同时大声呼救。
- 呛水的自救方法：
呛水是指吸气时不慎将水吸到气管内。发生呛水时应保持冷静，应时刻知道自己的口鼻是否在水平面之上，以避免在呛咳时再次吸入水分。

此时应克制咳嗽感，先在水面上闭气静卧片刻，再把头抬出水面，边咳嗽调整呼吸动作，待气管内的水分被排除后呼吸就会恢复正常。



扔掉身上沉重的物品



寻找救生圈、木板等各种可增加浮力的物品，或用自身衣物制作浮具，等待救援



如不慎落入水中，一定要保持冷静，屏住呼吸，尽量仰面展平身体，口鼻露出水面呼吸



如果不会游泳也找不到浮具，可采用水母漂的方式，节省体力，等待救援

水母漂自救法

04·发现溺水者时的救护方法



遇人溺水，可以大声呼救



不能手拉手救人，以免发生多人落水



学习心肺复苏技巧



遇人溺水，等待救援时，可利用竹竿救人

可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边；若没有救护器材，在会游泳的前提下，可入水直接救护；接近溺水者时要转动他的髋部，使其背向自己然后拖运；拖运时通常采用侧泳或仰泳拖运法。

特别强调：未成年人发现有人溺水，不能贸然下水营救，应立即大声呼救，或利用救生器材营救。救人也要在自己能力范围之内。

强化教育，安全第一，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。

沧州市应急管理局 宣