

# 家中 危险地带

## 别伤着了孩子

### 危险地带 1

床上、阳台、浴室

伤害：跌落伤

婴幼儿由于平衡能力差，容易从床上、台阶、楼梯、光滑的地板跌落或滑倒。婴幼儿的头占身体比例的三分之一，头盖骨未完全发育好，人的重心点较高，一旦跌落，头部最易受伤，比如脑震荡、头骨破裂、颅内出血等，轻者也会引起智力和其他功能障碍，严重者会导致死亡。所以，家长一定要注意别让孩子跌到头部。

一岁以下的孩子基本生活在床上，睡床边应该有防护栏，地板上最好铺上泡沫塑料垫，尽量保护孩子。小孩子一岁以后就开始攀高，甚至会找个椅子、垫个箱子去够高处的东西，但这时他们的平衡能力又很差，容易摔倒，家长要特别注意。

当孩子学会走路之后，浴室容易湿水，地面特别滑，所以一定要铺上防滑垫。家里的儿童家具要选择椭圆形边的，或者给家具的尖角加上护套，防止孩子摔倒时撞伤。住楼房的家长不要让孩子在窗台上玩，尤其窗户的锁扣不能轻易让孩子打开，阳台上更不能堆放杂物，以免孩子爬上去从阳台坠落。



### 危险地带 2

单独与宠物猫狗等在一起

伤害：动物咬伤

许多人认为，孩子最容易被陌生或野生的动物咬伤，但事实上大多数咬伤是由孩子熟悉的动物。虽然咬伤一般比较轻微，但有时确实

可以引起严重创伤、面部损伤和对孩子的心理造成严重的创伤问题。

因此，家长最好不要让宝宝单独和猫狗等宠物在一起；不要让宠物在宝宝面前表演刺激的游戏动作。一旦发现宠物对着宝宝有发怒的迹象时，应该将宠物和宝宝隔开。

### 危险地带 3

厨房、电源插头

伤害：烧烫伤、电伤

据了解，广州各大医院每年收治的烧伤病人中，儿童占三分之一，其中多为3岁左右。这些孩子抓翻、碰倒、拉到盛有热汤、热油、热粥、热水等容器引起身体各个部位的烧烫伤。

刘伟佳说，尽量不要让孩子

### 危险地带 4

瓜子花生等小东西

伤害：窒息

许多父母都发现，越是小的东西，小孩子越是注意，哪怕是一片极不起眼的小纸片，小孩子都能捡起来，而且捡起来就往嘴里放。所以，要特别防止3岁以下的小孩子误吞异物而引起窒息。

0至3岁的婴幼儿器官很狭窄，咀嚼功能不完善，喉咙保护功能未健全。假若孩子误吞或吸入很小的果冻、瓜子仁、花生米等极有可能阻塞气管，导致窒息。所以，不要给3岁以下的孩子吃小颗粒的食物。

另外，给孩子购买玩具时，认真查看玩具组装上的安全说明，多零件组装的玩具不适合3岁以下的孩子，也不要买带尖头或有锋利边缘的玩具。

(张华)

今年8月1日，我国第一部儿童家具强制性国家标准也开始实施，其规定棱角不能是尖的，高度1.6米以下不得安装玻璃，以防止孩子摔倒时撞伤。广州一家学校卫生科科长刘伟佳说，在家里造成儿童意外伤害的主要危险因素是家长照顾不周，居室结构和布局不合理。因此，家长要注意一些危险地带，防止给孩子造成伤害。

“家”一直被人们认为是最安全的地方，却也是儿童意外伤害高发的区域。在中国疾病预防控制中心与全球儿童安全组织联合发布《儿童伤害预防倡导》报告显示，儿童伤害主要的危险因素为跌倒/坠落25%、烧伤/电伤16.7%、锐器伤9.1%，发生在家中的伤害占近一半(44.5%)。



到厨房玩，更不要抱着孩子在厨房做饭。热水瓶、热汤、热饭、热水机要放到孩子够不到的地方。有的家长在给宝宝洗澡时，先给澡盆里放热水，然后再去打凉水，转眼之间，孩子跳进澡盆被烫伤，正确的程序应该是先放凉水，然后再加热水，水温保持在38℃左右。

另外，孩子好奇心强，特别

一岁以后，开始会走路，满房间乱转，到处探险，看见小洞就用手、铁钉去捅。儿童把手指或金属棍伸进电器插孔导致电击伤的事故逐年增多。所以，家里的电线插座要尽可能安装在比较隐蔽的地方。商场有一种专门用来封堵插座孔的安全绝缘盖，家里暂时没有使用的插孔，都要用安全绝缘盖封好。



## 让宝宝早早学爬爬

俗话说“三翻六坐，七滚八爬”，随着宝宝的逐渐成长，按部就班地描画着自己的成长轨迹。但其实宝宝学习爬行，不需要遵循“固定的时间表”。只要符合一定的条件，家长就可以开始引导宝宝学习爬行，而且越早学会爬行，宝宝的平衡性和协调性越好。

### 用学步车前别忽视爬行

近年来，学步车成为亲戚朋友送给年轻父母的礼物之一，这种看似更快捷的学步工具，让更多孩子缺失或缺少爬行阶段。一家大学附属医院儿科医生李冰肖表示，现在有很多研究，爬行对婴儿成长是非常重要的阶段，能帮助宝宝建立平衡感，锻炼宝宝全身大肌肉活动的力量，提高四肢协调性和灵活性，是学会走路的基础。“我不主张使用学步车，说白了

只是方便了家长，但对孩子没有好处。”李冰肖说。想跳过爬行阶段，使用学步车，很有可能不仅不能帮助孩子及早学会走路，甚至会延缓孩子学步的速度。

不要忽视宝宝爬行阶段，对于一些高危儿、早产儿或出生时有过缺氧的宝宝更应该注意引导学习爬行，以建立大脑的协调能力。使用学步车，很可能使宝宝出现下肢肌张力异常，影响将来学步。

### 宝宝学爬没有“时间表”

爬行其实是孩子生下来就具备的原始反射。近年来有许多早教机构注意到这个事情，他们会从宝宝出生开始，有意识地开始逐步引导，经过人为干预，及早引导的宝宝会比一般宝宝更早学会爬行，更早开始通过爬

行自主对世界进行探索，有个别经过引导的宝宝甚至五六个月就学会爬行了。

“不要总是抱着宝宝，或者让他躺着，应该让他自主去动，去翻滚。”李冰肖指出，认为孩子太小了，能力不够，到了某个阶段自然就会懂得爬行的想法是不正确的。孩子爬行的能力是可以人为干预的。从趴到爬，从爬到走，是一个循序渐进的过程。孩子存在爬行的原始反射，手的牵拉反射，加以利用和训练使之更加协调，并不是说要等到几个月才开始练习爬行。“当宝宝趴着，头能够90度抬高，并坚持比较久的时间，就可以开始有意识地引导其进行爬行。”李冰肖说。可以先把宝宝的一侧手向前放，并推动对侧的腿，如此交替进行，

帮助宝宝建立被动的协调。有些宝宝不用家长帮忙，自然而然就向前爬；而有些宝宝爬行则需要一些内心的动力，这就需要家长帮助，家长要充满耐心和信心，积极地参与到宝宝的活动中来。

### 爬行也需质和量

宝宝爬行也是讲究质和量。爬行有几个阶段，相对较为低级的腹爬；高级一些的手膝爬；还有最后阶段的手脚爬。“没有经过手膝爬，爬行阶段基本无效”李冰肖说。一开始，宝宝以腹部为支撑，可能以肚子为点转圈，也可能倒着爬，这些都是宝宝自己的爬行模式，是正常的。到了协调比较好的时候，就可以开始练习手膝爬，如果宝宝的力量不足以支撑身体重量，就需要家长帮忙

锻炼宝宝的腿部力量和腹部力量，用一块宽毛巾包着宝宝的腹部提起来，让宝宝体验手膝爬的感觉，另外可以通过直跪的模式，锻炼宝宝下肢力量。至于到了手脚爬的阶段，孩子很快就能站立了，所以这个阶段比较短暂。

家长应该意识到，提供一切机会给孩子自己在地上爬滚很重要。当宝宝处于清醒状态，就可以让宝宝多爬行，别总是抱在怀里。多与宝宝聊天玩乐，当宝宝情绪良好的时候，他会更乐于爬行。而更大的爬行空间，对于好奇而乐于探索的宝宝是非常重要的。让宝宝在房间里甚至房子里到处爬，比仅仅在床上爬有益，也更能提高宝宝的爬行量。

(温志勤)