

# 預防意外

## 小攻略

日防夜防，孩子可能遇上的家居意外、運動損傷都要小心預防。以下是一些小貼士，以供各位醒目家長參考：

### 預防家居意外

- 為孩子培養良好、安全的生活習慣
- 絕不獨留孩子在家中
- 妥善儲藏藥物、食物、電器及工具(例如：打火機)等
- 避免使用學行車
- 安裝窗花
- 廚房及浴室等安裝兒童安全門欄
- 傢俬角位加裝角位防撞膠
- 加固傢俬雜物，以防跌下

- 妥善放置電器和電線，並於電源插孔放上防護蓋
- 將熱水爐最高溫度調教至不高於攝氏42度
- 妥善儲藏膠袋，以免孩子當作玩具引致窒息
- 小心為孩子選擇食物，避免堅果或太大的食物
- 小心選擇適合玩具，以免零碎物件嗆入氣道

## 預防運動損傷

- 運動前留意孩子的身體健康狀況是否適宜進行運動
- 選擇適當場地做運動
- 留意天氣轉變
- 提醒孩子穿戴適當裝備 (如頭盔、手套等)
- 與孩子選擇適當的運動
- 為孩子選擇良好的教練
- 提醒孩子選擇適當對手，技術差異過大容易引致受傷
- 如有需要，使用防蚊貼、防曬油
- 若接觸動物，要小心受傷
- 若接觸花卉，要小心中毒

