



實用貼士：保障兒童居家安全。



在Alameda Alliance for Health (Alliance)，我們隨時提供幫助，讓您的孩子健康無恙。請與您孩子的任何看護人分享此檢查清單。將醫生、消防部門、毒物控制中心(免費電話1.800.222.1222)和911等緊急求助電話號碼放在電話機附近。教會年長的孩子如何以及何時撥打911或其他緊急求助電話。

密切關注您的孩子

- 請勿將您的寶寶或幼兒單獨留在：
 - 家中。
 - 浴缸中。
 - 車內，即使您的孩子正在睡覺。
 - 較高的地方，例如床、尿布台或沙發。
- 請勿讓您的寶寶或幼兒單獨與其他兒童或未關在籠子裡面的寵物待在一起。

房內房間安全

- 使用安全門鎖或鎖上所有裝有尖銳或易碎物品、清潔用品、打火機和火柴、藥物、酒精、藥品、香煙和電子煙的儲藏櫃和抽屜。
- 為所有電源插座蓋上保護蓋。將電線放在孩子接觸不到的地方。
- 在壁爐和暖器周圍放置屏障。
- 確保大件傢俱和電視機安裝穩固或將其固定在牆上。
- 清除地板上可能有害或造成誤食的小物件。



樓梯和窗戶安全

- ❑ 在所有樓梯的頂部和底部安裝安全門欄。
- ❑ 安裝窗鐵或護欄以防止摔落。
- ❑ 使用無繩百葉窗或將電源線包好並放在孩子接觸不到的地方。

廚房安全

- ❑ 將熱飲和熱食、刀具、清潔用品、塑料袋和電器放在孩子接觸不到的地方。
- ❑ 將鍋柄朝內放置在爐灶上。
- ❑ 選擇配有安全帶的高腳椅，將寶寶牢牢固定在椅子上。
- ❑ 請勿在使用爐灶時抱著孩子或讓其靠近。
- ❑ 請勿使用微波爐加熱嬰兒食品、配方奶或母乳。這可能造成局部溫度過高。

嬰兒房安全

- ❑ 選擇符合美國消費品安全委員會 (Consumer Product Safety Commission, CPSC) 標準或帶有青少年產品製造商協會 (Juvenile Products Manufacturers Association, JPMA) 標籤的嬰兒傢俱。2011年6月之後出售的嬰兒床必須符合這些標準。
 - 選擇板條間距不超過2 3/8英寸的嬰兒床。避免使用側拉式嬰兒床。
 - 選擇圍網網孔寬度小於¼英寸的遊戲圍欄。確保圍網牢固地連接到頂部導軌和底部。請勿將遊戲圍欄的側面放低。
 - 請造訪 cpsc.gov 和 jpma.org 以了解更多資訊。
- ❑ 使用與嬰兒床緊密貼合的床墊。
- ❑ 請勿將枕頭、厚毛毯、襯墊、緩衝墊、玩具或其他物品放在寶寶的嬰兒床或遊戲圍欄中。
- ❑ 始終讓寶寶仰臥平躺睡覺。



用水安全

- 將熱水器的溫度調節到不超過華氏 120 度。
- 在將您的寶寶或幼兒放入洗澡水之前，確保水溫而不燙。
- 當您的寶寶或幼兒在浴缸、熱水浴池或後院游泳池中時，請將其放在成人伸手可及的地方。
- 無人使用時，請蓋上馬桶蓋並關閉浴室門。
- 如果您有游泳池或熱水浴池，請確保使用高度至少為四 (4) 英尺的上鎖柵欄將其圍住。

玩具安全

- 檢查玩具以確保適合您孩子的年齡。
- 將小物件、氣球和塑料袋放在寶寶或幼兒無法接觸到的地方。

藥物安全

- 將藥物和維生素存放在孩子接觸不到的上鎖抽屜或儲藏櫃裡。
- 在給您的孩子使用家用偏方或藥物之前，請務必諮詢醫生。
- 請諮詢醫生或藥劑師，了解正確的藥物劑量。劑量可能因您的孩子的年齡或體重而異。將書面服藥說明提供給其他看護人。
- 請勿將藥物形容為「糖果」。

戶外遊戲安全

- 教導您的孩子在使用自行車、踏板車、滑板和其他輪式玩具時戴上頭盔。
- 為您的孩子塗抹防曬指數至少為 SPF 15 的防曬霜。避免未滿六 (6) 月齡的寶寶接觸陽光。
- 在倒車之前，請務必檢查車後是否有兒童。



乘車安全

- ❑ 車上的每個人都應該係好安全帶，或者使用適合孩子年齡、體重和身高的汽車座椅或增高座椅。
- ❑ 乘車時請勿將寶寶或孩子放在腿上。
- ❑ 請人檢查座椅是否以正確方式安裝在車內。
 - 如需汽車座椅檢查，請致電**1.510.618.2050**（英語、西班牙語）聯繫Alameda縣緊急醫療服務 (Emergency Medical Services, EMS) 機構。

消防和一氧化碳安全

- ❑ 在家中每層樓安裝煙霧和一氧化碳警報器。請務必在您和您孩子的臥室附近安裝警報器。每個月檢查警報器電池並於需要時進行更換。
- ❑ 為房屋的每個房間規劃超過一 (1)條逃生路線。選擇大家在外面集合的地方。和您的孩子一起演練這項計劃。

其他安全措施

- ❑ 了解家中鉛來源，並向您的醫生諮詢鉛檢測事宜。大多數孩子在1歲和2歲時接受檢測。鉛來源包括舊漆或碎裂油漆以及一些玩具、珠寶、家用偏方、香料和餐具。
 - 如需更多資訊，請致電**1.510.567.8280**聯繫Alameda County Healthy Homes Department 或造訪achhd.org。
- ❑ 避免家中出現槍支和其他槍械。如果您家中必須備有此類物品，請卸下子彈並將該物品放在上鎖的地方。將槍支與子彈分開存放。
- ❑ 考慮參加嬰兒/兒童心肺復甦 (Cardiopulmonary Resuscitation, CPR) 課程和急救課程。

如果您有任何安全問題或顧慮，請諮詢您孩子的醫生或護士。

您是否需要更多幫助？

請致電聯繫Alliance健康保險計畫

服務時間：週一至週五，上午8點至下午5

點電話：**1.510.747.4577**

免費電話：**1.855.891.9169**

聽障與語障人士 CRS/TTY)：**711/1.800.735.2929**

www.alamedaalliance.org

ALAMEDA
Alliance
FOR HEALTH

HE_CHILD SAFETY CHECKLIST 01/2022
HED S-1 07/2021