



LIFESAVING SOCIETY

The Lifeguarding Experts

幼兒家長及看顧者的夏季水上安全提示

對於兒童來說戲水是一件非常有趣的事。但是，遇溺是 10 歲以下兒童第二大可避免的死亡原因，其中 5 歲以下幼兒面臨的風險尤其顯著。

後院的泳池是 5 歲以下兒童最容易溺水的地方。遇溺的情況可短於 10 秒內發生，而且只需少少的幾吋水都可導致遇溺。家長及看顧者在各種有水的地方都要格外謹慎，不論是泳池、沙灘或只是戲水噴泉。

- 切勿把兒童單獨留在近水邊的地方，並逗留在觸手可及的範圍看管每個兒童。
- 使用例如 ON GUARD 卡等方法來指定一名成年人負責看管在水邊和水中的兒童。看顧每一名兒童，如果有需要則應尋找更多人幫助。
- 在看顧時應保持警惕並集中全部注意力。將手機、雜誌或燒烤工作等放置一旁，需要轉移注意力時，一定要預先找到另一名成年人替補，方可離開。
- 注意臉部表情，尤其是保持眼神接觸。因很多溺水者無法將頭或手浮在水面上，所以難以呼救或揮手求助。
- 守在水旁，保持整個場地的清晰視野，並準備隨時應急。
- 不會游泳的幼兒或兒童在泳池、湖泊或沙灘時應穿戴救生衣或個人漂浮器具 (PFD)。
- 在後院泳池的四周築起圍欄以防止誤入。
- 永遠不應單靠一個方法來防止兒童進入水池，設置多種障礙或方法來限制進出。
- 不使用時將戲水池和水桶裡的水倒掉和倒放。
- 不使用時將熱浴池覆蓋。
- 在附近泳池參加家庭游泳班。年幼時學習游泳對幼兒來說非常重要，而且可在教學環境裡與父母一起培養水性。