

An Toàn Với Nước



CHĂM SÓC NHỊ KHOA • HỖ TRỢ • NUÔI DẠY CON CÁI
Một Chương Trình thuộc ZERO TO THREE

Đuối nước là nguyên nhân hàng đầu gây tử vong do chấn thương ở trẻ từ 1-4 tuổi. Hàng năm có gần 1.000 trẻ qua đời do bị đuối nước. Tình trạng đuối nước có thể xảy ra bất cứ lúc nào và ở bất kỳ gia đình nào. Chỉ tưởng tượng thôi cũng thật đáng sợ, việc quý vị hiểu được sự thật về tình trạng đuối nước để có thể giữ an toàn cho con mình là điều rất quan trọng.

SỰ THẬT: ĐUỐI NƯỚC KHÔNG GÂY RA TIẾNG ỒN. TRẺ CÓ THỂ BỊ ĐUỐI NƯỚC SAU VÀI GIÂY MÀ GẦN NHƯ KHÔNG VÙNG VẦY.

Lời Khuyên Dành Cho Người Chăm Sóc:

- Chỉ định một người lớn làm Người Theo Dõi Trẻ Khi Gần Nước. Việc này giống như chỉ định một người lái xe tại bể bơi hoặc bãi biển. Công việc của Người Theo Dõi Trẻ Khi Gần Nước là quan sát hoạt động bơi hoặc chơi trong hoặc GẦN nước của trẻ.
- Người này cần:
 - ✓ Không chịu sự ảnh hưởng của ma túy hoặc rượu.
 - ✓ Cắt điện thoại của mình đi.
 - ✓ Tránh làm các hoạt động khác.
 - ✓ Quan sát trẻ chặt chẽ, ngay cả khi có người cứu hộ.
 - ✓ Luân phiên với một người lớn khác để nghỉ ngơi.
- Sử dụng báo động bể bơi. Chúng cho quý vị biết nếu có các cơn sóng trên bề mặt nước. Khi đó quý vị biết khi nào có người té ngã vào bể bơi.



SỰ THẬT: TRẺ NHỎ CÓ THỂ BỊ ĐUỐI NƯỚC NGAY CẢ VỚI MỨC NƯỚC LÀ 2 INCH.

Lời Khuyên Dành Cho Người Chăm Sóc:

- Đổ hết nước trong xô và các bồn chứa khác ngay sau khi sử dụng xong.
- Sử dụng khóa bồn cầu và không để trẻ nhỏ ở một mình trong phòng tắm.
- Để mắt đến trẻ nhỏ khi trẻ đang trong bồn tắm.
- Tránh dùng ghế trẻ em hoặc ghế ngồi tắm trong bồn tắm. Những vật dụng này không bảo vệ trẻ khỏi việc bị đuối nước (xem bài viết [Giờ Tắm](#)).

SỰ THẬT: 27 PHẦN TRĂM CÁC TRƯỜNG HỢP ĐUỐI NƯỚC (Ở TRẺ NHỎ 4 TUỔI TRỞ XUỐNG) THƯỜNG DIỄN RA Ở NHÀ BẠN BÈ, NGƯỜI THÂN HOẶC HÀNG XÓM. Ngay cả khi nhà quý vị an toàn và bảo vệ trẻ em, quý vị vẫn có thể được mời sang nhà hàng xóm-và họ không lắp hàng rào hoặc báo động cho bể bơi.

Lời Khuyên Dành Cho Người Chăm Sóc:

- Luôn để mắt đến con quý vị. Nếu việc liên tục phải quan sát khi ở nhà một người bạn là quá căng thẳng, quý vị có thể trả lời bằng "RSVP rất tiếc, tôi không thể đến được".
- Hãy cho con của quý vị mặc áo phao do Tuần Duyên Hoa Kỳ phê duyệt (mặc vừa vặn) khi cho trẻ chơi gần nước, bể bơi hoặc bồn nước nóng.

SỰ THẬT: HẦU HẾT CÁC TRƯỜNG HỢP TRẺ NHỎ DƯỚI 5 TUỔI BỊ ĐUỐI NƯỚC XẢY RA Ở TRONG BỂ BƠI TRONG NHÀ. Gần 70 phần trăm trẻ em bị đuối nước đều không được tưởng chừng là tìm thấy ở bể bơi, nhưng chúng đều nằm ở dưới nước. Bốn mươi sáu phần trăm trẻ được thấy lần cuối là ở trong nhà. Trẻ mới tập đi thường có kỹ năng tẩu thoát của một nhẵn giả. Trẻ thường muốn những gì chúng muốn và một chiếc cửa đóng không phải lúc nào cũng chặn chúng lại được.

Lời Khuyên Dành Cho Người Chăm Sóc:

- Hãy chú ý kỹ khi trẻ nhỏ ở trong hoặc xung quanh nước. Quan sát chặt chẽ chính là cách tốt nhất để ngăn không để trẻ bị đuối nước.
- Sử dụng cửa an toàn cho trẻ em có lắp khóa để trẻ không thể mở.
- Cất hết đồ chơi trong bể bơi đi để trẻ không bị cám dỗ.



- Nếu quý vị không tìm thấy trẻ, **hãy kiểm tra bể bơi và bồn nước nóng trước.**
- Lắp hàng rào cố định xung quanh bể bơi. Hàng rào nên:
 - ✓ Cao tối thiểu bốn foot và vây quanh toàn bộ bể bơi ở cả bốn cạnh.
 - ✓ Chống leo trèo và không có chỗ tựa chân.
 - ✓ Có các thanh dọc cách nhau không quá 4 inch (để trẻ nhỏ không thể chui qua).
 - ✓ Có chốt hàng rào cách mặt đất ít nhất 54 inch.
 - ✓ Có cửa tự đóng, tự chốt.
 - ✓ Khóa lại khi không dùng bể bơi.

SỰ THẬT: THAM GIA CÁC LỚP DẠY BƠI CHO TRẺ EM THƯỜNG BẮT ĐẦU Ở 1 TUỔI CÓ THỂ GIẢM TỶ LỆ BỊ ĐUỐI NƯỚC. Tuy nhiên, quý vị không thể “chống đuối nước” cho trẻ em. Luôn luôn quan sát kỹ con quý vị khi ở gần nước.

Lời Khuyên Dành Cho Người Chăm Sóc:

- Tìm kiếm các chương trình bơi lội dạy trẻ cách thoát khỏi một vùng nước khi bị té ngã.
- Khi trẻ nhỏ ở trong hoặc xung quanh một vùng nước, luôn phải có một người lớn có kỹ năng bơi lội ở gần trẻ, cách một sải tay, liên tục “giám sát xúc giác”.
- Đừng chỉ định trẻ lớn tuổi hơn trông trẻ nhỏ tuổi hơn khi ở gần bồn tắm, bể bơi, spa hoặc các vùng nước mở khác.

Phỏng theo nguồn lực từ Viện Hàn Lâm Nhi Khoa Hoa Kỳ:

[Drowning Prevention for Curious Toddlers: What Parents Need to Know](#) và [Pool Dangers and Drowning Prevention—When It's not Swimming Time](#)

