

@家长们

在家看护儿童 这些安全注意事项要牢记

每年3月份最后一周的星期一，是“全国中小学生安全教育日”。

伤害不仅严重威胁儿童的生命安全和身体健康，更给家庭和社会带来沉重压力和负担。

有资料显示，超过45%的儿童伤害发生在家中，且儿童的年龄越小，伤害发生在家中的比例越大。因此，家长们别大意，居家安全至关重要。

家长是儿童安全的第一责任人和守护者，家长或监护人未尽到看护责任往往是儿童伤害发生和死亡的根本原因。

家长看护儿童时要做到有效看护，即专心、近距离、不间断，不能把低龄儿童单独留在家中。家长若因故无法看护，需委托其他成年人进行有效看护，不可将低龄儿童交由未成年人看护。家长还要从儿童视角定期排查家庭环境中存在的安全隐患。



资料图片

●居家防跌倒

跌倒是造成儿童非致命性伤害的首要原因，也是造成儿童严重脑损伤、儿童永久性残疾的重要原因。家中常见的儿童跌倒包括绊倒、滑倒、跌落。预防家中跌倒可从以下细节入手。

1.及时清除家中地面、台阶上易造成绊倒的杂物，如玩具、起褶的地毯、地板上的电线以及其他连线(网线等)。

2.给家中所有窗户安装上防护装置，如窗户限位器、护栏等，但要注意，安装护栏时要确保家人在遇到紧急情况时可以逃生。

3.阳台、窗口不应摆放桌椅类物品，防止儿童攀爬。

4.保持家中地面不湿滑。浴室安装扶手，铺上防滑垫或贴上防滑砖。

5.在儿童床、儿童经常活动的区域放置地毯等软性防护材料。

6.儿童玩耍区域要保持足够亮度。

7.不要给儿童穿不合脚的鞋子或过长的裤子。

●居家防锐器伤

家中带尖头的用具、小件物品等会增加儿童被刺伤、割伤的机会。

1.桌子、茶几、柜子等家具，墙的尖角、锐利处加护角进行钝化防护。

2.家中的刀具、针、牙签等要妥善

放置在儿童不易拿取的地方，并为儿童配备专用剪刀。

3.低龄儿童应使用儿童专用餐具，就餐时禁止儿童拿着餐具跑来跑去，以防摔倒被刺伤。

4.为孩子挑选玩具时，要注意玩具的边角是否锐利。

5.常用的家用食品加工电器，如豆浆机、榨汁机等，不要让孩子独自操作。

●居家防烧烫伤

热水、热液、热蒸汽以及盛装热液的容器，明火，烟花爆竹等是儿童烧烫伤的主要原因。

1.高温或盛有热液的容器应放在儿童不易接触且平稳坚固的地方，带把手的容器应将把手向内放置。

2.洗澡时先放冷水再放热水，家长应用手先试试水温，用完水龙头后

应将其调至冷水一侧。

3.长时间贴身使用热水袋、暖宝宝等物品时，皮肤和热源之间应采取一定的隔离手段，如使用毛巾包裹，避免长时间接触皮肤造成低温烫伤。

4.教育儿童不要玩火柴、打火机、酒精炉等明火用具。

5.正确购买、存放、使用符合标准

的烟花爆竹，不能让儿童单独燃放烟花爆竹。

6.确保家庭燃气、电器使用安全，不在室内或楼道内停放电动车及其蓄电池。

7.建议配备家用灭火器等消防器材，教给孩子火灾逃生技能。

8.烧烫伤发生后，要牢记应急处理五字诀，即“冲、脱、泡、包、送”。

●居家防中毒

在家庭的日常生活中，儿童误服药物、化学制剂，或过量服用药物以及吸入一氧化碳等有毒气体是儿童中毒的主要原因。

1.家中药品、有毒制剂应放在儿童不易取到的地方。过期和不用的药品要及时扔掉。给儿童服药时，应严格按标签上指示的年龄和体重给药，或按医嘱给药；实事求是地告诉

孩子药物对治病的作用，不要哄骗孩子吃药。

此外，家长要做好药物管理，最好不要在孩子面前服药，避免孩子模仿，也不要拿药逗孩子。

2.清洁剂、消毒剂等化学制剂不要放在废弃的饮料瓶中存放。农村家庭，家长要注意家中农药的存放，避免孩子误服。

3.冬季注意安全取暖，避免儿童接触一氧化碳等有毒气体，保证居室合理通风。

4.燃气热水器要用强排式，不能安装在浴室等密闭的空间内，并加装燃气泄漏报警装置。

5.使用喷雾杀虫剂、蚊香或居室空气消毒剂后，应通风后再让儿童进入。

据健康中国

新研究： 了解中年大脑变化 有助预测老年认知状况

新华社北京3月24日电 爱尔兰科克大学研究人员日前在美国《神经科学动向》杂志上发表文章说，中年(通常被认为40岁到60岁或65岁之间)是大脑逐渐走向衰老的时期，更好地了解中年时期大脑的变化有助预测老年认知健康状况。

文章说，人到中年，大脑会经历重大的分子、细胞和结构变化，其中许多变化与认知能力下降有关，且认知能力下降在人到中年时会加速。从结构上讲，中年时期与大脑部分结构的体积变化、海马体(与记忆、学习有关的大脑结构)萎缩以及大脑不同部分之间的连通性下降有关。

研究人员说，有证据表明大脑在中年时会经历不确定性的结构和功能变化，这些变化对认知功能有影响。

研究人员认为，目前大多数关于大脑健康和认知能力下降的研究集中在老年人身上，干预措施的效果有限。研究人员建议，应该对中年时期大脑的变化进行更多研究，可能会发现与认知健康有关的新生生物标志物和干预措施，也有助确定新的治疗目标。

日本研究人员 解开哮喘和肥胖 共同抑制因子机制

新华社东京3月24日电(记者钱铮)日本一个研究团队近日报告说，他们解开了哮喘和肥胖的共同抑制因子 Munc13-4 基因的工作机制，有可能通过激活这种基因，研发出同时针对哮喘和肥胖的新疗法。

日本群馬大学日前发布新闻公报说，近年来，有研究显示哮喘和肥胖有一些相同的风险因素，但不清楚这些因素如何发挥作用。该校与东京医科齿科大学和埼玉医科大学共同组成的研究团队发现，Munc13-4 基因对哮喘性支气管炎、会导致肥胖的白色脂肪组织炎症具有抑制作用。

在实验鼠实验中，研究人员发现，Munc13-4 基因通过正向调节具有抑制免疫应答作用的蛋白质白细胞介素-10 和蛋白质白细胞介素-12 的分泌，可抑制哮喘性支气管炎和白色脂肪组织炎症。在 Munc13-4 基因缺损的实验鼠体内，白介素-10 和白介素-12 分泌减少，导致哮喘性支气管炎和白色脂肪组织炎症恶化。

公报说，本项研究中，研究人员首次解开了与哮喘和肥胖相关的 Munc13-4 基因在两种疾病中具体的工作机制。研究人员推测，Munc13-4 也可能是人体内哮喘和肥胖的共同抑制因子。他们希望进一步找到激活 Munc13-4 的方法，以便同时抑制哮喘和肥胖。

相关研究成果已发表在国际期刊《变态反应》上。