

# 給寶寶 一個安全環境

當你忙碌地準備迎接嬰兒的降臨或是照顧你的新生兒時，有沒有考慮嬰兒的安全呢？以下是一些既簡單又重要的提示，幫助你安排一個安全的家居環境給你的寶寶。

## 睡眠

1. 讓嬰兒背部平躺於牀上睡覺
2. 嬰兒最好睡在嬰兒牀上
3. 如果你與嬰兒同牀睡，放嬰兒於睡籃內與他分隔開及給他獨立的被子
4. 如果嬰兒與人同牀睡，同睡者不要飲酒或服藥
5. 不要與嬰兒同睡於梳化上
6. 嬰兒要穿着輕巧的衣服睡覺
7. 嬰兒面部及雙手應在被子外
8. 切勿把雜物放在嬰兒睡覺的牀上
9. 切勿讓嬰兒睡在鬆軟的物件上（例如被子、軟枕頭、羊毛皮或豆袋椅等）
10. 嬰兒睡覺的地方必須保持空氣流通及溫度舒適
11. 給嬰兒一個無煙環境
12. 嬰兒牀欄的柱與柱之間的闊度要少於6公分（2.5吋）
13. 嬰兒牀的墊褥須緊貼牀欄並不留空隙



14. 切勿把嬰兒獨自留在沒有欄柵的牀或梳化上
15. 把嬰兒安放在手推車時，必須要繫上扣帶及把活動輪鎖牢
16. 一般嬰兒揹帶只適用於三個月或以上的嬰兒

## 沐浴

1. 替嬰兒沐浴時，要使用嬰兒浴盆
2. 預備替嬰兒沐浴，必須先放冷水、後放熱水，然後用手肘試水溫

## 餵哺

1. 母乳餵哺可預防嬰兒猝死症
2. 如需餵哺配方奶，只可以嬰兒配方奶給初生至六個月的嬰兒飲用
3. 用來餵哺嬰兒及沖調奶粉的用具（包括奶瓶、奶嘴、鉗子等），必須完全消毒
4. 餵哺嬰兒的配方奶最好全都是新鮮沖調的
5. 不要使用微波爐把奶加熱
6. 餵奶前（包括配方奶或加熱後的母乳），必須測試奶溫
7. 切勿把奶瓶墊高讓寶寶獨自吃奶
8. 任何時候都讓嬰兒遠離燙水

想知更多家居安全資訊，請瀏覽  
「兒童健康 家居安全」網頁  
<http://s.fhs.gov.hk/upzx2>

 家庭健康服務  
網頁：[www.fhs.gov.hk](http://www.fhs.gov.hk)  
24小時資訊熱線：2112 9900

網上版本



觀看短片



2019年6月修訂  
FHS-HS7B