

婴儿床换大床



rednose.org.au

red
nose
saving little lives

何时让您的孩子搬出婴儿床？

在澳大利亚，婴幼儿因从婴儿床和床上掉落而受伤的案例日益增多。这是由于大人没有意识到将幼童搬出婴儿床的适当时间，或是过早地让婴幼儿睡在成人床上。

何时让您的孩子搬出婴儿床？

符合现行澳大利亚标准并且根据Red Nose的安全睡眠环境指南制造的婴儿床将为宝宝打造最安全的睡眠环境。

不要在婴儿床内放置玩具、枕头、床围、婴儿活动器具和任何其他可以帮助幼童爬出婴儿床的可“堆叠”的物品。

请勿将加重毯放在婴儿床空间内或儿童可以触碰到的区域。

出于安全原因，当您观察到幼童开始试图爬出婴儿床并且看起来可能会成功时，便是时候将他们搬出婴儿床了。

这通常发生在幼童两岁至三岁半之间，但也可能早至18个月大。

！ 切记

如果您的孩子体重超过15公斤，切勿使用便携式婴儿床（或查看特定型号的说明）。

从婴儿床搬出后孩子在哪里睡觉

地垫

一种选择是从婴儿床或全高单人床上取下床垫，然后铺在地板上使用。

确保床垫远离墙壁，因为幼童可能会被卡在床垫和墙壁之间。儿童的床垫需要坚实稳固，以防止发生致命的睡眠事故。

床垫周围区域不要放置毛绒玩具、豆袋、塑料袋或类似物品，以防止幼童滚到上面。柔软的物品可能会裹住幼童的脸部，导致窒息。

确保地垫远离家中经常有人行走的区域，以防止成人或宝宝的兄弟姐妹摔倒在地垫上造成事故。

儿童床

另一种选择是使用儿童床：

- 由于儿童床高度较低，可以降低宝宝从床上掉下来受伤的风险，因此是一个安全的过度方法。
- 幼儿床经济实惠，因为当婴儿床不再适合宝宝时，可以将婴儿床的床垫和床上用品移到儿童床上。

成人高度的床

如果您决定使用成人高度的床，请注意，幼童很容易从床上掉下来或是因卡在床和墙之间而受伤。

- 请确保床垫与床头之间的缝隙不超过95毫米。较大的缝隙可能会导致幼童卡住。
- 将掉落高度保持在最低限度，并在床周围使用柔软的地面材料或床垫，以最大程度地减少掉落造成的伤害。
- 请勿在儿童可能掉落的区域内放置家具、玩具和其他硬物。

便携式床边护栏：如果您决定将便携式床边护栏安装到成人高度的床上以防止孩子掉落，请注意，如果护栏安装不当，儿童可能会被卡住。在让您的孩子上床睡觉之前，请检查便携式床边护栏是否与床垫的侧面紧密贴合，以及床垫和床边护栏之间是否没有缝隙。这将有助于防止儿童的身体或头部滑入间隙并被卡住。

切勿将枕头、柔软的床上用品和毛绒玩具放在床边护栏旁。窒息事件曾在堆满毛绒玩具的环境中发生过。如果年幼孩子的脸压在毛绒玩具上，可能会导致窒息。

等到宝宝年满两岁，并且不再睡婴儿床或便携式婴儿床时，再使用枕头睡觉。

换床前确保家中安全

不再睡婴儿床后，孩子可以更方便地进入所有生活区域。在您的孩子换床之前，请检查孩子的房间和整个房子是否存在可能的危险。

确保环境安全：

- 特别注意可能导致跌倒、溺水、窒息、被夹住或中毒的潜在危险。
- 悬垂的绳索、细绳和活动物品可能会缠绕幼儿颈部，因此必须放在幼儿无法触及的地方。
- 确保幼儿远离加热器、电器和电源插座，以避免过热、灼伤和触电的风险。
- 确保所有家具和电视都安装有墙壁固定支架，使其不易倾倒。
- 确保儿童无法触及楼梯和窗户。



切记……

为宝宝营造安全的睡眠环境：

- ✓ 安全的睡床
- ✓ 安全的床垫
- ✓ 安全的床上用品
- ✓ 昼夜安全的睡眠环境

! 警示

- 婴幼儿在豆袋、沙发、大靠垫和充气床上睡觉并不安全。
- 不建议九岁以下的儿童使用双层床。
- 如果孩子穿着婴儿睡袋睡在婴儿床外，请务必小心！穿着婴儿睡袋且没有睡在婴儿床内的孩子掉落和受伤的风险更高。孩子必须受到不间断地看护，并在孩子醒来后立即脱下睡袋。
- 让加重毯远离幼童，因为它们可能会导致严重伤害或死亡。



本手册是为纪念 Ava 而制作。

Red Nose对我们工作、生活和造访的这片土地的传统所有者（原住民）予以认可。

Red Nose安全睡眠咨询中心(Red Nose Safe Sleep Advice Hub)

1300 998 698

(在澳大利亚东部标准时间/澳大利亚东部夏令时营业时间内提供服务)

education@rednose.org.au

rednose.org.au/safesleep

© 2020, 2022 Red Nose Limited. 版权所有。
有关版权查询，请联系：education@rednose.org.au



rednose.org.au

**red
nose**
saving little lives