



普通高等学校安全教育知识读本

# 大学生安全教育手册

本书编写组 编著

教育部思想政治工作司 指导



高等教育出版社

普通高等学校安全教育知识读本

# 大学生安全教育手册

本书编写组 编著

教育部思想政治工作司 指导



高等教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生安全教育手册/本书编写

组编著. —北京: 高等教育出版社, 2008.9

ISBN 978-7-04-025506-5

I. 大… II. 本… III. 大学生—安全教育—手册 IV.  
G645.5-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第140157号

策划编辑: 胡彦博

责任编辑: 傅雪林 范 峰

封面设计: 刘晓翔

版式设计: 张申申

责任校对: 傅雪林 范 峰

责任印制: 朱学忠

出版发行 高等教育出版社

购书热线 010-58581118

社 址 北京市西城区德外大街4号

免费咨询 800-810-0598

邮政编码 100011

网 址 <http://www.hep.edu.cn> <http://www.hep.com.cn>

总 机 010-58581000

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司

网上订购 <http://www.landaco.com> <http://www.landaco.com.cn>

印 刷 北京佳信达艺术印刷有限公司

开 本 787×1092 1/32

版 次 2008年9月第1版

印 张 6.25

印 次 2008年9月第1次印刷

字 数 120 000

定 价 12.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 25506-00

## 《大学生安全教育手册》编委会

### 编委会成员 (按姓氏笔划排序)

|     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| 王 涛 | 刘 宏 | 刘志超 | 刘贵友 |
| 孙 雷 | 余先亭 | 应中正 | 张芝萍 |
| 李四军 | 李克敏 | 李雪莲 | 杨贵华 |
| 陈 洪 | 郑 萼 | 段恒春 | 辜芳昭 |
| 雷育德 |     |     |     |

### 编写组成员 (按姓氏笔划排序)

|     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|
| 于健航 | 于咏昕 | 尤超英 | 方红珊 |
| 王卫权 | 冯伟光 | 应中正 | 李亚飞 |
| 李国芳 | 李雪莲 | 范 峰 | 郑 萼 |
| 胡彦博 | 徐 蕾 | 徐丽萍 | 袁 慧 |
| 梁家峰 | 傅雪林 |     |     |

## 序言

加强安全教育,树立安全意识,培养大学生在紧急情况下自救能力和处理问题能力,不仅是高校安全工作的需要,也是全面提高大学生综合素质的基本要求。教育部历来重视学校安全工作。2004年7月,教育部与中央综治委、公安部联合发出《关于深入开展安全文明校园创建活动的意见》,并连续发出通知推动构建安全文明校园,推动加强学校安全工作。在教育部2008年度工作会议上,周济部长再次明确指出,要“坚持学校安全工作警钟长鸣,常抓不懈”。同时,李卫红副部长也多次对抓好高校安全教育工作提出要求。近年来,各地和高校在安全教育和管理方面做了大量的工作,取得了积极的成效。有关专家编写的《大学生安全教育手册》一书是高校加强大学生安全教育的成果之一。

教育部司政司积极推动高校安全工作,对《大学生安全教育手册》一书给予支持和指导。我们认为,高校的安全教育工作要抓好两个方面的内容:一是教育管理部门和高校应当把大学生的安全教育工作作为学生管理工作的重中之重,通过严格执行有关安全管理规定、制定针对一些突发事件的应急预案等措施,尽力排除各种不安全因素,保障大学生的人身和财产安全;二是通过系统的学习,使大学生掌握应对各种危险的自救和救助他人的科学有效的方

法,养成安全行为习惯、树立安全意识,最大限度地做到预防危险、避免危险。《大学生安全教育手册》一书,针对大学生的特点,从大学生生活中多发、常见的安全隐患入手,以简明的行为规范和避险方法为主线,穿插图例、正反案例等,讲述各种安全保护措施。书的内容包括意外伤害防范、人为伤害防范、自然灾害应对、常见心理问题应对、信息安全、运动安全、常见流行性疾病预防以及常用急救知识等内容,涵盖了大学生学习、生活中最常见、最多发的各类不安全因素的应对方法。这本写给大学生的书,比较适合大学生安全教育的现状和大学生对安全知识的阅读需求。在本书的编写过程中,同时还得到有关部门的帮助和鼓励,以及部分高等院校的支持和协助。

当前,高校面临的安全问题仍然很多,安全教育和管理工作必须警钟长鸣,常抓不懈。我们希望通过多种工作形式丰富和深化大学生安全教育,为大学生成长成才保驾护航。让我们共同努力,时刻把大学生的安全放在心上,让学校、社会、家庭和每一个大学生行动起来,为大学生营造更好的安全成长环境。

教育部思想政治工作司

2008年7月10日

# 郑 重 声 明

高等教育出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、销售行为均违反《中华人民共和国著作权法》，其行为人将承担相应的民事责任和行政责任，构成犯罪的，将被依法追究刑事责任。为了维护市场秩序，保护读者的合法权益，避免读者误用盗版书造成不良后果，我社将配合行政执法部门和司法机关对违法犯罪的单位和个人给予严厉打击。社会各界人士如发现上述侵权行为，希望及时举报，本社将奖励举报有功人员。

反盗版举报电话：(010) 58581897/58581896/  
58581879

传 真：(010) 82086060

E-mail: dd@hep.com.cn

通信地址：北京市西城区德外大街4号

高等教育出版社打击盗版办公室

邮 编：100120

购书请拨打电话：(010) 58581118

# 目 录

|                           |    |
|---------------------------|----|
| <b>导 论 树立安全意识, 创建和谐校园</b> | 1  |
| 一、加强安全教育, 树立安全意识          | 2  |
| 二、加强安全教育, 促进和谐校园建设        | 4  |
| <br><b>专题一 意外伤害防范</b>     | 7  |
| 一、交通事故防范                  | 8  |
| 二、触电防范                    | 28 |
| 三、火灾防范                    | 33 |
| 四、溺水防范                    | 39 |
| 五、动物致伤防范                  | 44 |
| 六、踩踏事故防范                  | 50 |
| 七、恐怖袭击防范                  | 52 |
| <br><b>专题二 人为伤害防范</b>     | 57 |
| 一、诈骗防范                    | 58 |
| 二、传销防范                    | 63 |
| 三、盗窃防范                    | 66 |
| 四、诱拐防范                    | 71 |
| 五、抢劫与抢夺防范                 | 75 |
| 六、毒品防范                    | 79 |
| 七、性侵害防范                   | 83 |



|                         |         |
|-------------------------|---------|
| <b>专题三 自然灾害应对</b>       | 87      |
| 一、洪水应对                  | 88      |
| 二、地震应对                  | 91      |
| 三、冻雨应对                  | 98      |
| 四、雷电应对                  | 101     |
| 五、泥石流应对                 | 103     |
| <br><b>专题四 常见心理问题应对</b> | <br>109 |
| 一、应激应对                  | 110     |
| 二、神经衰弱应对                | 111     |
| 三、抑郁症应对                 | 113     |
| 四、焦虑症应对                 | 118     |
| 五、强迫症应对                 | 121     |
| 六、精神分裂症应对               | 124     |
| <br><b>专题五 信息安全</b>     | <br>127 |
| 一、网络安全                  | 128     |
| 二、通讯信息安全                | 139     |
| <br><b>专题六 运动安全</b>     | <br>145 |
| 一、运动安全常识                | 146     |
| 二、常见运动损伤的症状及处理方法        | 150     |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| <b>专题七 常见流行性疾病预防</b>  | 155 |
| 一、流行性感冒               | 156 |
| 二、细菌性痢疾               | 157 |
| 三、肺结核                 | 158 |
| 四、病毒性肝炎               | 159 |
| 五、红眼病                 | 160 |
| 六、艾滋病                 | 162 |
| <br><b>专题八 常用急救知识</b> | 165 |
| 一、损伤处理                | 166 |
| 二、止血                  | 169 |
| 三、包扎                  | 172 |
| 四、固定                  | 175 |
| 五、搬运                  | 177 |
| 六、心肺复苏术               | 181 |

导论

# 树立安全意识 创建和谐校园

## 一、加强安全教育, 树立安全意识

安全是人类生存的最为根本的需求, 是所有人都关心的普遍话题。我们每个人从出生那一刻开始, 生命安全问题和心理安全问题就成为人生的重大课题, 甚至是终生的课题。因而在马斯洛的理论中, 人的基本需求包括七个层次, “安全” 位居第二。个人只有在安全的主、客观环境中, 才能得到健康良好的发展, 才能对社会做出应有的贡献; 同样只有安全的社会才能够合理运行。所以, 开展安全方面的教育, 归根结蒂体现的是对人的关怀。

大学生作为我们国家未来的建设者和接班人, 担负着重要的社会使命, 因此他们的人身和财产安全是家长、学校和社会共同关注的重要问题。尤其是近年来, 随着社会的发展, 大学生的生活和学习已经与社会生活的各个方面紧密相连, 由此带来的安全问题也引起了全社会更多的关注。当前, 经过各方面的努力, 大学生的安全意识虽然已经得到了很大提高, 但是我们也应看到, 大学生安全教育和安全管理工作的形势依然十分严峻。

对大学生进行安全教育、帮助他们树立安全意识, 是国家、社会、学校以及家庭的共同责任。针对大学生的安全教育, 总体而言大致包括以下几个方面:

第一, 严格遵守各类安全规范, 养成良好的安全行为习惯。当前我国各级政府机关、有关部门已经颁布了

很多涉及交通安全、用火用电安全、生产安全等方面的规章制度、国家标准，而各高等院校也制定了很多相关的安全管理规定，遵守这些规章制度、养成良好的安全行为习惯可以使大学生远离大部分的危险。

第二，提高警惕、及时发现危险，养成良好的安全意识。危险往往就在我们的身边，因此每个大学生都必须居安思危、提高警惕，在主观上养成安全意识，这样才能最大可能的避免各类危险的发生。例如进入宾馆、商场、电影院等公共场所的时候，应当注意安全出口和安全设施的位置；外出的时候，遇到各种可疑的人或者物品时要提高警惕；与他人交往时，应当注意保护个人信息。

第三，掌握科学自救及救助他人的知识和技能。有备则无患，无数血的事实也告诉我们，只有当每个大学生都具备了安全自救、施救的知识和技能的时候，才能够在发生危险的时候将损失降低到最小。这包括两个方面：（1）平时应多留意报纸、广播、电视、网络、音像制品、展览、科普画廊等媒体对于防灾避险知识和方法的宣传，积极参加各种正规的防灾演习活动。对学校开设的相关课程，应该充分予以重视，珍惜系统学习防灾知识的机会，妥善保存有关资料以备查阅。（2）随身携带安全信息卡并准备简易的求生物品。安全信息卡上应载明姓名、出生年月、家人或学校的联系方式、血型、病史、过敏史等内容。简易的求生物品包括取火、照明、切割、医疗、通讯等工具等，应当将它们放在固定位置，以备不时之需。

第四，遇险时保持冷静、沉着应对。当危险发生的

时候,慌乱只会让自己和他人处于更加不利的境地,并且会给施救带来更多的困难,因此遇险时一定要冷静,首先要观察周围的环境、分析形势,然后再寻求帮助或者实施自救,切忌草率从事。如果现场有专业人员的指挥,一定要服从命令。

中国有句古话,叫做“居安思危,思则有备,有备无患。”一方面,我们在平安的环境中也要想到会出现的困难和危险。当然这不并不是让我们杞人忧天,而是教导我们要防患于未然,将危险消灭在发生之前,这也是防灾减灾的最高境界。另一方面,随着安全知识的累积就会形成相应的防灾减灾的能力;这种能力积累到一定程度,就成为了自身的安全行为习惯;这种行为习惯进而就内化成为一种安全意识。当每个大学生都具备了安全意识的时候,就可以避免绝大部分危险的发生;即使当我们已经身处危险之中时,也能够科学的自救和救助他人,从而将损失降低到最小。

## 二、加强安全教育,促进和谐校园建设

“和谐校园”是“和谐社会”的有机组成部分,而建设和谐校园的目标就是营造一个安全、健康、文明的育人环境。可见,安全校园是既是和谐校园前提,也是和谐校园的目标。

当前,针对大学校园的安全建设工作主要包括:

(1) 加强安全管理工作,如应急预案的制订,安全防护

系统建设,队伍建设等,从制度建设入手,尽一切可能避免各类安全事故的发生。(2)加强大学生的安全教育,增强防范风险的能力和紧急避险的能力。这两者相辅相成,缺一不可。安全管理工作,是从受教育的环境入手,而针对大学生的安全教育是从每个个体入手,避免安全事故的发生。

由此可见,大学生的安全教育是校园安全建设工作的重要组成部分。只有加强大学生的安全教育,使他们具备了安全意识、养成了安全习惯,才有可能推进各高等院校的安全建设工作,进而为和谐校园的建设工作奠定基础。





# 1 专题一 意外伤害 防范

月有阴晴圆缺，人有旦夕祸福。在人的一生中，难免会遇到意外情况。许多时候，导致意外事故的危险因素就潜藏在我们日常的生活中。当遇到某种意外危险或面临某种突发事件时，许多人常常因为缺乏必要的安全知识和意识而猝不及防，导致意想不到的后果。因此，掌握必要的防范意外伤害的知识，自发地培养安全意识，不仅能指导我们自觉地回避某些危险，一旦遇到意外事件和紧急情况，也能指导我们科学地进行自救和他救。