



让父母放心
孩子平安的
应急百宝书

让孩子365天 都平安

李澍晔 刘燕华◎著

- ◆孩子充满好奇心,因此也更容易受到意外伤害。
- ◆爸爸妈妈应该注意些什么呢?
- ◆爸爸妈妈又该怎么做呢?



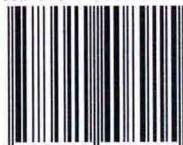
 新世界出版社
NEW WORLD PRESS



让父母放心、孩子平安的应急百宝书

- 孩子在家需要注意些什么？孩子外出时怎么办？如何让孩子安全地交到好朋友？怎样才能让孩子在校园里平平安安？更不要说一些经常的灾害、事故和健康安全问题了。
- 现在的父母大都只有一个孩子，看着蹦蹦跳跳的孩子，爸爸妈妈总是一百个不放心。到底该提醒孩子哪些必须注意的事情呢？年轻的父母常常担心挂一漏万，让心爱的宝贝遭到意外的伤害。
- 两位资深教育专家李澍晔和刘燕华夫妇，精心编制了这本《让孩子365天都平安》，详细说明了遇到种种危险时该怎么办，以及如何预防和避险。让父母和孩子都能平平安安。

ISBN 978-7-5104-0891-5



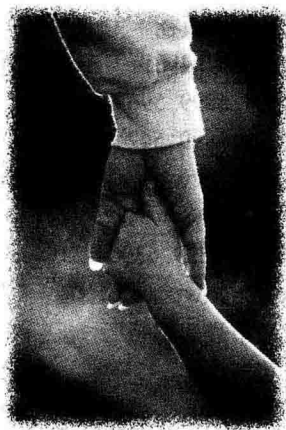
9 787510 408915 >

建议上架：儿童教育·安全常识

定价：28.00 元

让孩子365天都平安

李澍晔 刘燕华◎著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

让孩子365天都平安 / 李澍晔, 刘燕华著. —北京: 新世界出版社, 2010.5

ISBN 978-7-5104-0891-5

I. ①让… II. ①李…②刘… III. ①安全教育—青少年读物
IV. ①X925-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第059103号

让孩子365天都平安

作 者	李澍晔 刘燕华
责 任 编 辑	刘丽刚
责 任 印 制	李一鸣 黄厚清
出 版 发 行	新世界出版社
社 址	北京市西城区百万庄大街24号(100037)
发 行 部	(010) 6899 5968 (010) 6899 8733(传真)
总 编 室	(010) 6899 5424 (010) 6832 6679(传真)
本社中文网址	http://www.nwp.cn
本社英文网址	http://www.newworld-press.com
版 权 部	+8610 6899 6306
版权部电子信箱	frank@nwp.com.cn
印 刷	三河市祥达印装厂
经 销	新华书店
开 本	889×1194 1/32
字 数	420千字 印张: 13.25
版 次	2010年5月第1版 2010年5月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5104-0891-5
定 价	28.00元

版权所有 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

前 言

安全健康，不仅是学生希望的，也是家长、老师、社会希望的。根据统计，全国每年有数万名学生，发生各种各样的意外伤害，给学生本人、家庭、学校和社会带来严重不幸。

造成学生意外伤害的原因主要有以下几个：

一是思想幼稚，考虑问题简单，行动之前不考虑后果。

二是社会、学校和家庭对学生意外伤害缺乏必要的了解和教育。由于学生意外伤害并不是普遍发生的，很少有规律性，因此家庭、学校和社会也就时常忽视对学生的安全教育，主要表现为教育不系统、重复率低、不深入。现实生活中，粗心的家长，高兴了对孩子随便讲一下意外伤害的严重性，很少认真地讲解预防知识和科学处理问题的技巧，根本没有引起学生的重视。

三是当今社会复杂，危险无处不在，安全事故问题突出，突发性、隐蔽性的问题严重。由于现代技术的飞速发展，家庭中各种电子产品、机械产品、燃气用具、城市里的各种危险“杀手”增多，如汽车、高压电线与电线杆、高高悬挂的广告牌子、下水道井、电梯、高楼上的摆放物品、垃圾堆里的危险易爆遗弃物品、高爆装药的爆竹、超性能的玩具枪(刀)、野外遗留下来的危险物品、假冒伪劣变质的食品，个别防火设施严重不足的歌

厅、舞厅、网吧、游戏厅等等，使发生意外伤害的可能性增大。

四是受到电影、电视里一些暴力镜头影响，追求刺激和神勇，当“大王”、“英雄”和“霸主”的想法盛行。

五是自然环境日益恶化，地震、洪水、雪崩、海啸、酸雨、沙尘暴、高温、火山爆发、山洪爆发、化学农药制剂的大量使用，将会给人类造成前所未有的大灾难。

严酷的现实告诉人们，在日常生活中，学生一定要提高自身的保护能力，掌握避免危险发生的技能，始终在心中竖起危险“警戒牌”，警钟应长鸣！

《让孩子365天都平安》里详细说明了遇到危险以后怎么办，重点在于预防和解决办法，相信读者会从中受到启示，掌握避险技能，让孩子们一年365天都平安。

作者 李澍晔 刘燕华

于北京彩虹心灵驿站

2009年7月28日

caihongxinling@sohu.com

1日 开门前要 当心 P / 002	2日 进门前要 当心 P / 003	3日 接到莫名其 妙的电话时要 当心 P / 004	4日 接到莫名 其妙的短信 要当心 P / 005
5日 使用水龙头 要当心 P / 006	6日 插电源要 当心 P / 007	7日 看电视时要 当心 P / 008	8日 使用电脑要 当心 P / 009
9日 看书要当心 P / 010	10日 使用刀具要 当心 P / 011	11日 逗猫要当心 P / 012	12日 逗狗要当心 P / 013
13日 养鸟儿要 当心 P / 014	14日 在阳台玩耍 要当心 P / 015	15日 遇到小动物 进家要当心 P / 016	16日 不要往窗外 扔东西 P / 017
17日 停电要当心 P / 018	18日 保险丝断了 要当心 P / 019	19日 擦玻璃要 当心 P / 020	20日 使用煤气灶 要当心 P / 021
21日 闻到异味要 当心 P / 022	22日 玩玩具要 当心 P / 023	23日 睡觉前要检 查床铺 P / 024	24日 洗澡要当心 P / 025
25日 吹空调要 当心 P / 026	26日 吹风扇要 当心 P / 027	27日 吃零食要 • 当心 P / 028	28日 吃冷饮要 当心 P / 029
29日 使用杀虫剂 要当心 P / 030	30日 阳台窗户养 花要当心 P / 031	31日 听到室内 有异常动静 要当心 P / 032	

1日 燃放鞭炮要 当心 P / 034	2日 使用微波炉 要当心 P / 035	3日 使用燃气灶 要当心 P / 036	4日 给电池充电 要当心 P / 037
5日 使用烟火要 当心 P / 038	6日 雷雨天要 当心 P / 039	7日 使用电线插 座要当心 P / 040	8日 卧室着火后 要当心 P / 041
9日 厨房着火后 要当心 P / 043	10日 客厅着火后 要当心 P / 044	11日 邻居家着火 要当心 P / 045	12日 教室着火要 当心 P / 046
13日 商场着火要 当心 P / 047	14日 歌舞厅着火 要当心 P / 048	15日 网吧着火要 当心 P / 049	16日 医院着火要 当心 P / 050
17日 公共汽车着 火要当心 P / 051	18日 轮船着火要 当心 P / 052	19日 火车着火要 当心 P / 053	20日 地铁着火要 当心 P / 054
21日 仓库着火要 当心 P / 055	22日 加油站着火 要当心 P / 056	23日 飞机客舱着 火要当心 P / 057	24日 森林着火要 当心 P / 058
25日 高楼着火要 当心 P / 059	26日 车祸后着火 要当心 P / 060	27日 身体衣服着 火要当心 P / 061	28日 电视机及其 它电器着火要 当心 P / 062
004			

1日 马路边走路 要当心 P / 064	2日 过无人看 管的铁路口 要当心 P / 065	3日 夜间走路要 当心 P / 066	4日 骑自行车要 当心 P / 067
5日 过红绿灯要 当心 P / 068	6日 过马路要 当心 P / 069	7日 马路边跑步 锻炼要当心 P / 070	8日 不能在马路 上玩轮滑 P / 071
9日 不能翻越马 路中间护栏 P / 072	10日 不能在马路 上追逐嬉戏 P / 073	11日 不能在马路 上玩球 P / 074	12日 遇到警车要 躲避 P / 075
13日 遇到运货物 的大车要当心 P / 076	14日 遇到救护车 要当心 P / 077	15日 遇到拖挂车 要躲避 P / 078	16日 遇到运送化 学物品的车要 当心 P / 079
17日 遇到“醉鬼 车”要躲避 P / 080	18日 遇到吊车要 躲避 P / 081	19日 遇到牲畜车 要躲避 P / 082	20日 遇到摩托车 要躲避 P / 083
21日 遇到工程作 业车要躲避 P / 084	22日 遇到拉啤 酒瓶子的车 要躲避 P / 085	23日 遇到拉煤气 罐的车要躲避 P / 086	24日 遇到拉汽油 的车要当心 P / 087
25日 乘公共汽车 要当心 P / 088	26日 乘地铁列车 要当心 P / 089	27日 乘火车要 当心 P / 090	28日 打出租车要 当心 P / 091
29日 遇到惊马要 当心 P / 092	30日 过立交桥要 当心 P / 093	31日 堵车时不能 在车队中穿行 P / 094	

1日 进电梯前要 当心 P / 096	2日 进出银行要 当心 P / 097	3日 自动提款前 后要当心 P / 098	4日 进入偏僻的 厕所时要当心 P / 099
5日 发现不明物 品要当心 P / 100	6日 遇到病人求 助要当心 P / 101	7日 遇到算命的 “大仙”要当心 P / 102	8日 遇到“记者 采访”要当心 P / 103
9日 遇到社会调 查人员要当心 P / 104	10日 遇到免费赠 物要当心 P / 105	11日 遇到“仇家” 要当心 P / 106	12日 遇到“执法 人员”要当心 P / 107
13日 遇到问路的 人要当心 P / 108	14日 遇到“老师” 要当心 P / 109	15日 遇到“志愿 者”要当心 P / 110	16日 遇到父母单 位的人要当心 P / 111
17日 发现有人尾 随要当心 P / 112	18日 进理发店要 当心 P / 113	19日 不能进洗浴 中心 P / 114	20日 不能进歌 舞厅 P / 115
21日 不能进网吧 P / 116	22日 遇到“醉鬼” 要当心 P / 117	23日 遇到小偷要 当心 P / 118	24日 遇到抢劫犯 要当心 P / 119
25日 遇到“色狼” 要当心 P / 120	26日 遇到迷信人 员散发册子要 当心 P / 122	27日 遇到上访的 人群要当心 P / 123	28日 遇到群殴人 群要当心 P / 124
	29日 被人“碰瓷 讹诈”怎么办? P / 125	30日 被人挟持怎 么办? P / 126	

1日 做值日时要 当心 P / 128	2日 课间活动要 当心 P / 129	3日 做器械运动 要当心 P / 130	4日 运动会上要 当心 P / 131
5日 打篮球时要 当心 P / 132	6日 踢足球时要 当心 P / 133	7日 游泳时要 当心 P / 134	8日 跑步时要 当心 P / 135
9日 学校施工时 要当心 P / 136	10日 不能玩危险 游戏 P / 137	11日 上厕所不能 开玩笑 P / 138	12日 不能吓唬人 P / 139
13日 鼻子出血不 要慌 P / 140	14日 不能把危险 物品带入校园 P / 141	15日 吃饭要当心 P / 142	16日 增减衣服要 及时 P / 143
17日 不能追逐 打闹 P / 144	18日 不能烧垃圾 P / 145	19日 不要被“激 将” P / 146	20日 喝水要当心 P / 147
21日 不要憋尿 P / 149	22日 遇到校外人 员上门打架怎 么办? P / 150	23日 遇到暴力事 件怎么办? P / 151	24日 遇到地震怎 么办? P / 152
25日 遇到停电怎 么办? P / 154	26日 东西丢了怎 么办? P / 155	27日 学校组织劳 动怎么办? P / 156	28日 身体不舒服 怎么办? P / 157
29日 观看比赛 P / 158	30日 物理实验要 当心 P / 159	31日 化学实验要 当心 P / 160	

1日 被同学欺负了怎么办? P / 162	2日 父母离婚了, 被同学讥笑怎么办? P / 163	3日 同学误解我怎么办? P / 164	4日 被同学喊外号怎么办? P / 165
5日 同学要我玩性游戏怎么办? P / 166	6日 见到异性同学就害羞怎么办? P / 167	7日 异性同学单独约我外出怎么办? P / 168	8日 同学喜欢我, 要与我谈恋爱怎么办? P / 169
9日 同学患了传染病怎么办? P / 170	10日 去同学家怎么办? P / 171	11日 被同学拦截怎么办? P / 172	12日 被同学嫉妒怎么办? P / 173
13日 同学背地里说坏话怎么办? P / 175	14日 同学借东西不还怎么办? P / 176	15日 同学让我看黄色光盘怎么办? P / 177	16日 同学介绍我认识他的朋友怎么办? P / 178
17日 同学邀请我过生日怎么办? P / 179	18日 同学总给我发无聊短信怎么办? P / 180	19日 同学提出无理要求怎么办? P / 181	20日 同学考试抄自己的怎么办? P / 182
21日 同学残疾了怎么办? P / 183	22日 同学不投我的票怎么办? P / 184	23日 同学让我代写作业怎么办? P / 185	24日 同学给我写求爱信怎么办? P / 186
25日 同学拉我去河里游泳怎么办? P / 187	26日 同学影响我学习怎么办? P / 188	27日 同学请我抽烟怎么办? P / 189	28日 同学请我喝酒怎么办? P / 190
	29日 同学请我玩麻将怎么办? P / 191	30日 同学请我上网玩游戏怎么办? P / 192	

1日 冰雹 P / 194	2日 暴雨 P / 195	3日 狂风 P / 196	4日 龙卷风 P / 197
5日 台风 P / 198	6日 海啸 P / 199	7日 雷击 P / 200	8日 洪水 P / 201
9日 泥石流 P / 202	10日 滚石 P / 203	11日 山体滑坡 P / 205	12日 沙尘暴 P / 206
13日 地震 P / 207	14日 洞穴 P / 210	15日 压埋 P / 212	16日 冰窟窿 P / 213
17日 大雪 P / 215	18日 浓雾 P / 216	19日 雪崩 P / 217	20日 沼泽 P / 218
21日 高温 P / 219	22日 紫外线照射 P / 220	23日 酸雨 P / 221	24日 遭遇野兽 P / 222
25日 严寒 P / 223	26日 高原 P / 224	27日 沙漠与戈壁滩 P / 225	28日 原始丛林 P / 226
29日 高山峡谷 P / 227	30日 江、河、湖、海 P / 228	31日 暴风雪 P / 229	

1日 迷失方向之一：根据太阳寻找方向 P / 232	2日 迷失方向之二：根据手表寻找方向 P / 233	3日 迷失方向之三：根据月亮寻找方向 P / 234	4日 迷失方向之四：根据星星寻找方向 P / 235
5日 迷失方向之五：根据动物寻找方向 P / 236	6日 迷失方向之六：根据植物寻找方向 P / 237	7日 迷失方向之七：根据地物寻找方向 P / 238	8日 迷失方向之八：根据天气寻找方向 P / 239
9日 断水以后之一：根据植物找水 P / 240	10日 断水以后之二：根据野菜(果)找水 P / 241	11日 断水以后之三：根据民间谚语找水 P / 242	12日 断水以后之四：根据动物找水 P / 243
13日 断水以后之五：根据时间找水 P / 244	14日 断水以后之六：自身的水 P / 245	15日 断水以后之七：判断水质 P / 246	16日 断水以后之八：过滤并消毒水 P / 247
17日 断粮以后之一：能吃的野菜 P / 248	18日 断粮以后之二：能吃的树 P / 251	19日 断粮以后之三：能吃的动物 P / 253	20日 断粮以后之四：捕捉方法 P / 254
21日 断粮以后之五：能吃的菌类 P / 256	22日 断粮以后之六：能吃的水产品 P / 258	23日 断粮以后之七：吃东西有学问 P / 259	24日 断粮以后之八：不能吃的有毒食物 P / 260
25日 求救信号 P / 263	26日 露营 P / 265	27日 防止蚊虫、毒蛇、猛兽攻击的土办法 P / 267	28日 消毒 P / 269
	29日 取火 P / 270	30日 海难 P / 271	31日 空难 P / 272

1日 中暑 P / 274	2日 煤气中毒 P / 275	3日 食物中毒 P / 276	4日 “上火” P / 277
5日 晕车(船)怎么办? P / 279	6日 预防狂犬病 P / 280	7日 预防破伤风 P / 282	8日 触电 P / 284
9日 吃错药了怎么办? P / 285	10日 判断出血 P / 286	11日 快速止血 P / 287	12日 骨折 P / 288
13日 内脏脱出怎么办? P / 289	14日 感冒了怎么办? P / 290	15日 鱼刺卡住喉咙怎么办? P / 291	16日 不小心吞下异物怎么办? P / 292
17日 警惕鲜花杀手 P / 293	18日 脚崴了怎么办? P / 294	19日 预防近视 P / 295	20日 预防蚊虫叮咬 P / 296
21日 肚子疼怎么办? P / 297	22日 不要招惹动物 P / 298	23日 肚子里有蛔虫了怎么办? P / 299	24日 被开水烫了怎么办? P / 300
25日 迷眼了怎么办? P / 301	26日 耳朵进了小昆虫怎么办? P / 302	27日 口臭怎么办? P / 303	28日 脚臭怎么办? P / 304
29日 头皮屑多怎么办? P / 305	30日 有狐臭怎么办? P / 306		

十月——卫生健康与急救(下) 目录 OCTOBER

1日 被蛇咬了怎么办? P / 308	2日 被马蜂蜇了怎么办? P / 309	3日 被蝎子蜇了怎么办? P / 311	4日 被蚂蝗咬了怎么办? P / 312
5日 水土不服怎么办? P / 313	6日 脚上磨出泡怎么办? P / 314	7日 不爱吃早饭怎么办? P / 315	8日 得了水痘怎么办? P / 316
9日 预防急性胃炎 P / 317	10日 得了红眼病怎么办? P / 318	11日 如何预防“非典” P / 319	12日 如何预防痢疾 P / 320
13日 预防传染性肝炎 P / 321	14日 预防流行性乙脑 P / 322	15日 预防口蹄疫 P / 323	16日 预防肺结核 P / 324
17日 预防腮腺炎 P / 325	18日 夜间憋尿的危害 P / 326	19日 保护好嗓子 P / 327	20日 经常头晕怎么办? P / 328
21日 夜间总做噩梦怎么办? P / 329	22日 夜间经常失眠怎么办? P / 330	23日 屁多、气味难闻怎么办? P / 331	24日 冬天手脚被冻伤怎么办? P / 332
25日 戒除手淫 P / 333	26日 脸上长了“青春痘”怎么办? P / 334	27日 正确对待月经 P / 335	28日 正确对待遗精 P / 336
	29日 乳房的发育与保护 P / 337	30日 男孩性器官的卫生与保护 P / 338	31日 正确拨打紧急电话 P / 339