

*Daxue Shenghuo
Anquan Shouce*

大学生生活 安全手册

中南大学安全委员会 / 组编



中南大学出版社
www.csupress.com.cn



*Daixue Shenghuo
Anquan Shouce*

大学生生活 安全手册

中南大学安全委员会 / 组编



中南大学出版社
www.csupress.com.cn

图书在版编目(CIP)数据

大学生生活安全手册/中南大学安全委员会组编. —长沙:中南大学出版社,2012.8

ISBN 978-7-5487-0595-6

I. 大... II. 中... III. 大学生—生活安全—安全教育
IV. G645.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 175630 号

大学生生活安全手册

中南大学安全委员会 组编

☐责任编辑 陈雪萍

☐责任印制 文桂武

☐出版发行 中南大学出版社

社址:长沙市麓山南路

邮编:410083

发行科电话:0731-88876770

传真:0731-88710482

☐印 装 长沙国防科大印刷厂

☐开 本 850 × 1168 1/32 ☐印张 6.25 ☐字数 135 千字

☐版 次 2012 年 8 月第 1 版 ☐2013 年 2 月第 3 次印刷

☐书 号 ISBN 978-7-5487-0595-6

☐定 价 17.00 元

图书出现印装问题,请与经销商调换

前言



学校安全工作是全社会安全工作的一个十分重要的组成部分。它直接关系到青少年学生能否安全、健康地成长，关系到千千万万个家庭的幸福安宁和社会稳定。

曾经被誉为“象牙塔”的高校如今正在发生着深刻而剧烈的变化。市场经济的触角迅速伸入校园，高校校园环境与社会融合、交叉的程度越来越高，大学校园已俨然变成了开放型的“小社会”，校园社会化现象日趋明显，学生与社会的接触增多，这客观上给高校的安全工作带来了诸多的挑战；同时，一些治安案件、危及大学生的人身财产案件、诱发大学生违法犯罪案件等在高校大学生中也时有发生；此外，大学生面临学习、生活、恋爱、升学、就业等一系列的人生重大课题，所有这些都可能使大学生出现程度不同的不适应情况，出现某些思想情绪的波动，产生某些心理困惑，酿成某些安全隐患。

俗话说：“祸患常积于忽微”。如果说上述问题带来的也许只是安全隐患的话，那么，由于隐患积累所带来的危及大学生们生命安全的事例数不胜数。国家统计局发布的数据显示，2011年，我国总人口约为134735万人，此前抽样调查则显示，2009年我国15~19岁年轻人约占总人口的7.17%，20~24岁



的年轻人约占总人口的 7.52%，25 岁～29 岁的年轻人约占总人口的 6.48%。据估算，我国 15～30 岁的独生子女总人数至少也有 1.9 亿人。另根据卫生部发布的《2010 中国卫生统计年鉴》所显示的该年龄段人口疾病死亡率来推算，15～30 岁年龄段的死亡率至少为 40 人/10 万人，由此估计，目前我国每年 15～30 岁独生子女死亡人数至少 7.6 万人，由此带来的是每年约 7.6 万个家庭的分崩离析，难以补救。而 15～30 岁，正是大多数人在高校读书或进修的年纪！

因此，加强对大学生的安全防范教育和遵纪守法教育，使大学生自觉树立安全防范意识和自觉遵纪守法意识，成为目前高校学生管理工作中的重要任务。在此，我们通过资料搜集，把相关的安全知识用简明生动、图文并茂的形式整理汇编成书，供大家参阅。

本书是在中南大学安全委员会指导下，由学校督查办公室牵头，学校保卫处、学生工作部、研究生工作部、团委、本科生院等部门参与编写完成的。主要参编人员有：罗军飞、张志宏、刘喜、金红艳；参与编写的还有本校行政管理专业 2010 级研究生李媛、新闻学专业 2010 级研究生于旻生、汉语言文学 2008 级本科生陈楠和陈祯、行政管理专业 2008 级本科生梁月仙及郭慧玲。

本书在编写过程中参考并吸收了有关专家和学者的研究成果，在此一并表示谢意。尽管编者作了很大努力，但由于时间紧，加之知识水平有限，不妥之处在所难免，恳请有关专家及广大读者提出宝贵意见。

中南大学安全委员会

2012 年 7 月

目录



如何报警

1

- 一、如何拨打火警电话 119 / 1
- 二、如何拨打急救求助电话 120 / 2
- 三、如何拨打交通事故报警电话 122 / 3
- 四、如何拨打报警电话 110 / 3

消防安全篇

5

- 一、失火时必须做对的事 / 5
- 二、宿舍消防安全 / 10
- 三、教室消防安全 / 11
- 四、实验室消防安全 / 12
- 五、图书馆消防安全 / 13
- 六、礼堂、报告厅消防安全 / 15



 交通安全篇 17

一、步行安全 / 17

二、骑车安全 / 19

三、乘车安全 / 22

 用电安全篇 33

一、触电 / 33

二、电器着火 / 36

 财产安全篇 39

一、防盗 / 39

二、防骗 / 44

三、证件挂失 / 55

 实验室安全篇 59

一、易发生火灾的实验 / 59

二、实验室化学用品泄漏的预防与处理 / 61

三、实验辐射的预防及处理 / 64

上网安全篇

65

一、上网的生理安全 / 65

二、上网的心理安全 / 66

心理安全篇

69

一、快乐地生活 / 69

二、融入生活 / 76

三、搞好学习 / 82

五、好好谈恋爱 / 87

六、避开就业误区 / 93

食品安全篇

101

一、分清食品保质期和保存期 / 101

二、养成良好的饮食卫生习惯 / 102

三、正确购买食品 / 103

四、正确选购饮料 / 103

五、科学饮用牛奶 / 104

六、防范食物中毒 / 104

七、倡导科学饮食 / 106

八、军训期的食品安全 / 107



 常见疾病防控篇

111

- 一、流行性感冒 / 111
- 二、病毒性肝炎 / 113
- 三、流行性出血性结膜炎(红眼病) / 115
- 四、结核病 / 116
- 五、传染性非典型肺炎(SARS) / 117
- 六、艾滋病 / 118

 女生专题

121

- 一、校园中主要的性侵害形式 / 121
- 二、性侵害案件的易发季节——夏季 / 122
- 三、需特别防范性侵害的女生 / 122
- 四、女生集体宿舍性侵害的防范 / 123
- 五、摆脱异性纠缠的方法 / 123
- 六、预防社交性强奸的策略 / 124
- 七、夜晚独行应特别注意的事项 / 124
- 八、遭遇性侵害怎么办 / 125

 意外伤害的应对

127

- 一、烧(烫)伤 / 127
- 二、切割伤 / 129

三、猫狗咬(抓)伤 / 130

四、毒蛇咬伤 / 132

五、电梯困人 / 134

六、溺水 / 135

七、晕厥 / 136

八、鼻衄 / 136

九、抽筋 / 136



急救常识

..... 137

一、判断病情 / 137

二、心肺复苏术 / 139

三、止血 / 141



附录

..... 145

附录一：学生伤害事故处理办法 / 145

附录二：普通高等学校学生安全教育及
管理暂行规定 / 155

附录三：中华人民共和国治安管理处罚法 / 161

附录四：常用电话 / 189

参考文献 / 191

如何报警



你会打 110、119、120、122 报警电话吗？

遇到紧急事件，及时、正确地拨打报警电话，才能使救援人员及时赶赴现场，在最短的时间内正确施救。

拨打报警电话，是件看似简单，实则有一定技巧的事。

一、如何拨打火警电话 119

拨打火警电话 119 时，一定要沉着冷静，语言表达清晰，具体注意以下事项：

(1) 电话接通以后，要准确报出失火的地址（火灾发生地点、学生楼栋号、寝室号）、引起火灾的原因、火势大小、有没有人被困、有没有发生爆炸或毒气泄漏以及着火的范围





等。在说不清楚具体地址时，要说出地理位置、周围明显建筑物或道路标志。

(2) 将自己的姓名、电话或手机号码告诉对方，以便联系。注意听清接警中心提出的问题，清晰正确地回答。

(3) 打完电话后，立即派人到交叉路口等候消防车，引导消防车迅速赶到火灾现场。

(4) 如果火情发生了新的变化，要立即告知公安消防队，以便他们及时调整力量部署。

二、如何拨打急救求助电话 120

(1) 及时报警。

(2) 讲清地点。注意讲清确切地址。如果不清楚确切地址，要讲清大致方位、典型地标。

(3) 说清病人发病表现，如胸痛、呕吐、呕血、意识不清、呼吸困难等。

(4) 尽可能说明患病或受伤的时间。如果是意外伤害，要说明伤害的性质，如触电、热水烫伤、交通事故、中毒等，并报告受害人受伤的部位和情况。

(5) 尽可能说明有何特殊需要，了解清楚救护车到达的大致时间。

(4) 留下姓名及联系方式。

(5) 在约好的地方迎候指引。

三、如何拨打交通事故报警电话 122

拨打 122 时，报警人要沉着、冷静，说清以下问题：

(1) 准确描述出事地点。在城市主要干道内，可观察附近的交通标志牌、指路牌，确定出事位置。当附近没有明显的交通标志时，可借助周围的一些典型地物来确定位置。



(2) 简单描述事故情况。准确报出人员伤亡情况、车辆损坏程度、能否驶离现场、是否需要清障车等。

四、如何拨打报警电话 110

以下情况都可以拨打 110：

(1) 正在发生杀人、抢劫、绑架、强奸、伤害、盗窃、贩毒等刑事案件时；

(2) 在发生扰乱商店、市场、车站、体育文化娱乐场所公共秩序，赌博、卖淫嫖娼、吸毒、结伙斗殴等治安案件时；

(3) 发生各种自然灾害事故时；

(4) 发生重大责任事故时；

(5) 突遇危难无力解决时；

(6) 举报违法犯罪线索时。



民警特别提醒，拨打 110 要注意以下事项：

(1) 遇到紧急需要时，一定要及时、就近拨打 110。

(2) 如果遇到电话忙音，请耐心等待，千万不要重拨，以免重复排队。

(3) 报警时要按民警的提示讲清报警求助的基本情况；现场的原始状态如何；有无采取措施；犯罪分子或可疑人员的人数、特点、携带物品和逃跑方向等。还要提供报警人的所在位置、姓名和联系方式。

(4) 如果因为紧张或其他原因，不能准确说明所在地点，可告知附近的主要建筑或其他标志，或按照接警员的询问依次回答。

(5) 报警后，无特殊情况，尽量不要离开报警用过的电话，以保通信畅通。有案发现场的，要注意保护，不要随意翻动。除了营救伤员，不要让任何人进入。



温馨提示

110、119、120、122 报警电话都是免费电话，任何有电话的单位、个人及公用电话都应应为报警人提供方便。



消防安全篇

人们的生活离不开火，但是如果管理不好或者使用不当，很容易发生火灾，严重危害人们的生命财产安全。“隐患险于明火，防范胜于救灾。”只有时时关心消防、处处注意防火，才能从根本上减少或避免火灾事故的发生，保证我们的生命和财产安全。

一、失火时必须做对的事

1. 需要特别注意的事项

- (1) 切忌慌乱，正确判断火势来源，采取与火源相反方向逃生。
- (2) 切勿使用升降设备(电梯)逃生。
- (3) 切勿返入屋内取回贵重物品。
- (4) 夜间发生火灾时，应先叫醒熟睡的人，并且尽量大声



喊叫，以提醒其他人逃生。

(5)常备消防四宝：灭火器、逃生绳、防毒面具、手电筒。

2. 正确灭火

(1)棉物用水灭。木头、纸张、棉布、衣服等起火，可以直接用水扑灭。

(2)油火不用水。油类、酒精等起火，不可用水去扑救，可用沙土或浸湿的棉被等迅速覆盖在起火处。

(3)电火先断电。电器起火应首先切断电源，然后扑救，或用潮湿的物品捂盖。

(4)煤气湿被压。煤气起火可用湿棉被、湿毛巾等盖住火点，并迅速切断气源。

(5)室火勿开窗。密闭的房间起火时，不要轻易开窗，以免空气对流加速火势蔓延。

(6)擅用灭火器。轻微失火，可用灭火器或消防栓等消防设施自行扑救。



3. 会使用灭火设施

(1)灭火器的使用方法：

将灭火器提到起火地点附近，站在火场的上风头：

①拔下保险销；

②一手握紧喷管，另一手握紧压把；



③保持有效距离(离火焰 1.5 米左右),将喷嘴对准火焰根部扫射。

灭火器的正确使用方法动漫网址: <http://zyzx.lzedu.cn/Article/jyxx/anquan/200704/747.html>

干粉灭火器——适宜于扑救石油产品、油漆、有机溶剂火灾,也适宜于扑灭液体、气体、电气火灾(干粉有 5 万伏以上的电绝缘性能),有的还能扑救固体火灾。

注意:干粉灭火器不能扑救轻金属燃烧的火灾;不宜逆风喷射。

二氧化碳灭火器——适宜于扑救贵重仪器设备、档案资料、计算机室内火灾,它不导电,也适宜于扑救带电的低压电器设备和油类火灾,但不可用它扑救钾、钠、镁、铝等物质火灾。

1211 灭火器——特别适用于扑救精密仪器、电子设备、文物档案资料火灾,也适宜于扑救油类火灾。

泡沫灭火器——它最适宜扑救液体火灾,不能扑救水溶性可燃、易燃液体的火灾(如:醇、酯、醚、酮等物质)和电器火灾。

(2)消防栓的使用:

①找到离火场距离最近的消防栓。

②打开消防栓箱门,取出水带。

③将水带的一端接在消防栓出

