

马向于 编著



写给农民兄弟的

农村居民 应急自助手册

我们无法阻止灾害的发生，只能在灾害发生后第一时间让损失减到最小……

技术实用 知识全面 通俗易懂 农家必备

实用

避险 防灾 自救

应急书

SPM

南方出版传媒
广东人民出版社



写给农民兄弟的

农村居民

马向于 编著

技术实用 · 知识全面
通俗易懂 · 农家必备

应急自助手册

SPM

南方出版传媒
广东人民出版社

· 广州 ·

图书在版编目(CIP)数据

农村居民应急自助手册 / 马向于编著. — 广州: 广东人民出版社, 2017. 5
ISBN 978-7-218-11651-8

I. ①农… II. ①马… III. ①安全教育—手册 IV.
① X956-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第032091号

NONGCUN JUMIN YINGJI ZIZHU SHOUCHE

农村居民应急自助手册

马向于 编著

 版权所有 翻印必究

出 版 人: 肖风华

责任编辑: 张竹媛 张力平
整体设计: 张竹媛 陈小丹
责任技编: 周 杰

出版发行: 广东人民出版社

地 址: 广州市大沙头四马路10号(邮政编码: 510102)

电 话: (020) 83798714 (总编室)

传 真: (020) 83780199

网 址: <http://www.gdpph.com>

印 刷: 广东信源彩色印务有限公司

开 本: 889毫米×1194毫米 1/32

印 张: 6

字 数: 135千字

版 次: 2017年5月第1版 2017年5月第1次印刷

定 价: 25.00元

如发现印装质量问题影响阅读, 请与出版社(020-83795749)联系调换。
售书热线: 020-83795240

中国是一个发展中的农业大国，有着数亿的农民，又是一个自然灾害多发的国家，农业生产同自然环境有极强的相关性。据统计，每年因自然灾害造成的直接经济损失达500亿元之巨，进而影响农民兄弟的收入。

灾害是指自然发生或人为造成的、对人类和人类社会具有危害性后果的事件与现象，具有突发性和危害性的特点，按其成因可分为自然灾害和人为灾害。自然灾害从地球形成后一直不断发生，中国史料中很早就有水、旱、风、雹、虫等灾害的记载。从公元前206年到新中国成立时的2155年间，我国共发生较大的旱灾1056次、水灾1049次，平均每两年就发生一次大的灾害。新中国成立以来的统计数据表明，影响我国农业生产的主要自然灾害依次为：干旱（约占64%）、涝灾（23%）、风雹（8%）和冻害（6%）。70年代后，自然灾害发生的频度和强度都有所

上升，造成了农业产出减少形成经济损失。而农业产出的减少就会导致农民增收的困难。由于农业产出的边际收益极低，大量青壮年农民外出务工以获取更多的收入，以至于农村只剩下妇女、老人和儿童，田地也主要由妇幼老弱者经营甚至出现撂荒的现象。

自然灾害不仅会对农业生产造成破坏性影响，而且会损毁农民的财产，如洪水不但会淹没大量农田，还会对农民房屋以及其他财产甚至生命安全造成威胁。

所以，在面对灾难危害时，如何保护自己的生命和财产安全，且在灾后第一时间组织抢救农作物，减少损失显得尤为重要。这都需要我们了解自然灾害和人为灾难的相关知识，学会应急避险技能，保护自己和家人尽量避免或减少伤害。



目 录

第一章 应急必备常识	1
第一节 突发事件及其分类分级.....	2
第二节 预警级别标示和常用安全标志.....	3
第三节 家庭必备应急物品.....	4
第四节 牢记应急报警电话.....	5
第二章 农村常见意外事故应对方法	11
第一节 骑摩托车或三轮车发生交通事故.....	12
第二节 搭乘农用车意外遇险.....	13
第三节 行走发生交通事故.....	14
第四节 遇到其他交通事故.....	15
第五节 农药中毒.....	16
第六节 沼气中毒.....	18
第七节 洗澡时突发晕厥.....	18
第八节 食用野生菌和野菜中毒.....	20
第九节 触电事故.....	21



第十节	野外被蛇咬伤·····	22
第十一节	野外被毒蜂蜇伤·····	24
第十二节	遭到野兽袭击·····	25
第十三节	饮用水污染事故·····	26
第十四节	化学污染事故·····	27
第十五节	放射性污染事故·····	29
第十六节	煤矿事故·····	30
第十七节	油锅起火·····	32
第十八节	电路老化失火·····	32
第十九节	液化气爆炸·····	34
第二十节	燃放烟花爆竹或丢烟头导致意外火灾·····	35
第二十一节	上坟烧纸引发森林火灾·····	36

第三章 公共卫生事件应对方法·····39

第一节	流行性感冒·····	40
第二节	禽流感·····	41
第三节	鼠疫·····	42
第四节	非典型肺炎·····	43
第五节	预防控制手足口病·····	44
第六节	登革热·····	45
第七节	霍乱·····	46
第八节	狂犬病·····	47
第九节	流行性出血性结膜炎（红眼病）·····	48
第十节	病毒性肝炎·····	49
第十一节	炭疽·····	50
第十二节	伤寒、副伤寒·····	51



第十三节 艾滋病	52
----------	----

第四章 紧急救护常识

第一节 常用求救信号	56
第二节 心肺复苏术	57
第三节 吃东西哽住	59
第四节 呼吸道梗塞	60
第五节 常用的止血方法	61
第六节 包扎伤口的的方法	62
第七节 骨折	64
第八节 一氧化碳中毒	65
第九节 癫痫抽搐发作	66
第十节 中暑	67
第十一节 烧烫伤	69
第十二节 溺水	70
第十三节 心脑血管病	72
第十四节 鼻出血	73
第十五节 异物入眼	74
第十六节 耳朵出血	75
第十七节 扭伤	76
第十八节 晕昏	77
第十九节 猝死	78

第五章 社会安全事故如何应对

第一节 入室盗窃	82
第二节 赶集遇到扒手	83



第三节	街头抢夺和抢劫·····	84
第四节	性侵犯·····	85
第五节	遇到走街串巷的推销骗子·····	87
第六节	妇女与儿童被拐骗·····	87
第七节	接到诈骗电话·····	89
第八节	传销诈骗·····	90
第九节	聚众闹事与械斗·····	91
第十节	亲人或朋友吸食毒品·····	92
第十一节	农机事故·····	93
第十二节	被绑架·····	95
第十三节	邪教组织·····	97
第十四节	烟花爆竹燃放事故·····	98

第六章 发生农业气象灾害怎么办·····101

第一节	早稻育秧遇“倒春寒”天气怎么办·····	102
第二节	水稻中期遇高温热害怎么办·····	103
第三节	水稻遭受水灾后如何进行补救·····	104
第四节	如何预防水稻因阴雨台风倒伏·····	105
第五节	暖秋年份冬小麦冬前旺长怎么办·····	107
第六节	麦收时遇阴雨天气如何防御麦穗发芽生霉·····	108
第七节	风灾过后小麦倒伏怎么办·····	110
第八节	涝灾后棉花怎么挽救·····	111
第九节	棉花夏季高温烂铃怎么办·····	113
第十节	汛期多雨棉花疯长怎么办·····	115
第十一节	玉米遭遇涝灾怎么办·····	117
第十二节	“倒春寒”危害果树怎么办·····	119



第十三节	果树遭遇旱灾怎么办·····	120
第十四节	涝灾过后如何管理果园·····	122
第十五节	果树遭受雹灾后的补救措施·····	123
第十六节	暑天蔬菜洪涝灾后怎么办·····	125
第十七节	雹灾后蔬菜生产如何补救·····	126
第十八节	夏季如何防御热雷雨危害蔬菜·····	127
第十九节	夏季养殖肉鸡如何防御高温危害·····	129
第二十节	洪灾后家禽养殖要注意的事项·····	130
第二十一节	盛夏生猪养殖遇高温天气怎么办·····	132
第二十二节	高温天气下如何给鱼池注水·····	134
第二十三节	夏季高温下防止鱼池泛塘·····	136
第二十四节	严寒冬季如何防止鱼类死亡·····	137
第七章	重大灾难应急避险·····	141
第一节	地震时如何保护自己·····	142
第二节	地震后被掩埋时怎么办·····	143
第三节	火灾来了怎么办·····	144
第四节	海啸发生时怎么办·····	147
第五节	山洪来了怎么办·····	148
第六节	河流漫溢和决堤时的避险方法·····	150
第七节	突遇泥石流的闪避方法·····	152
第八节	遇到崩塌和滑坡时怎么办·····	153
第九节	雪灾来了怎么办·····	155
第十节	暴雨来了怎么办·····	156
第十一节	下冰雹时注意事项·····	157
第十二节	雷电天注意事项·····	159



第十三节	雾霾天气注意事项·····	160
第十四节	大风刮来怎么办·····	161
第十五节	高温注意事项·····	163
第十六节	沙尘暴来了如何应对·····	163

第八章 灾后重建注意事项·····167

第一节	临时住所的搭建·····	168
第二节	灾后的饮食安全·····	169
第三节	灾后的卫生防疫·····	170
第四节	灾后的心理恢复·····	171
第五节	重返家园的注意事项·····	173

第九章 附录·····175

第一节	地震前动物地异常·····	176
第二节	火灾常识·····	176
第三节	遇险求救信号·····	177
第四节	常见食品搭配禁忌，23种相克食物千万不能吃·····	177



第一章 应急必备常识



这些应急必备知识，我们每个人都要掌握。特别是急救、报警电话，一定要牢记。



第一节 突发事件及其分类分级

●突发事件

我们所说的突发事件就是那些突然发生的，会造成或有可能造成严重的社会危害，必须采取相应的应急措施才能够应对的自然灾害、事故灾难、公共卫生事件和社会安全事件。

自然灾害：地质灾害、气象灾害、水旱灾害、生物灾害和森林火灾等都属于自然灾害。

事故灾难：主要有失火、爆炸、交通事故、电气水事故、煤气中毒、化学污染事故等。

公共卫生事件：主要有重大传染病疫情、群体性不明原因疾病、食物中毒、职业危害和其他给公众健康带来严重影响的事件。

社会安全事件：主要有经济安全事件、群起性事件、恐怖袭击事件、民族宗教事件与其他刑事案件等。

●突发事件分类

突发事件的分类：一级特别重大，二级重大，三级较大，四级一般。





第二节 预警级别标示和常用安全标志

● 预警级别标示

红色预警——一级特别严重，标示有可能发生特别重大的突发事件。

橙色预警——二级严重，标示有可能发生重大的突发事件。

黄色预警——三级较重，标示有可能发生较大的突发事件。

蓝色预警——四级一般，标示有可能发生一般的突发事件。

● 常用安全标志符号

◆ 禁止类



禁止吸烟



禁止烟火



禁止带火种



禁止用水浇灭



禁止放置易燃物

◆ 警告类



注意安全



当心火灾



当心爆炸



当心腐蚀



当心中毒

◆ 命令类



必须戴防护眼镜
Must wear protective goggles



必须带遮光护目镜
Must wear opaque eye protection



必须戴防尘口罩
Must wear dustproof mask



必须戴防毒面具
Must wear gas defence mask



必须戴护耳器
Must wear ear protector



◆提示类



第三节 家庭必备应急物品

家庭中备好应急物品是非常必要的，当意外灾害发生的时候，我们所备的急救物品可以有效地帮助我们应对灾难，让我们顺利地自救和互救。

●家庭应急救援包（箱）

1. 应急逃生绳：所承受的重量在 200 千克以上，绳子的直径在 25 ~ 30 毫米之间，外面最好包裹阻燃材料。
2. 简易防烟面具：在火灾现场和有毒气体外泄的地方戴上防毒面具，能有效阻止有害气体通过呼吸道进入身体内。
3. 锤子、哨子、收音机、手电筒、电池（定期更换）等也是必备物品。
4. 经常储备好瓶装矿泉水、压缩饼干等饮料、食品（定期更换）。
5. 绷带、胶布、止血带等应急医药用品。

●家庭日常防灾救援包

1. 家用灭火器（定期更换）。
2. 应急药品。
 - （1）医用材料：胶布、体温计、剪刀、酒精棉球。
 - （2）外用药：碘酒、眼药水、烫伤药膏、消炎粉。



(3) 内服药: 退烧片、止泻药、保心丸、止痛片、抗生素、催吐药。

(4) 消毒水。

3. 食品。

(1) 固体食品: 饼干、面包、方便面等(定期更换)。

(2) 瓶装饮用水(定期更换)。

(3) 罐装食品(定期更换)。

第四节 牢记应急报警电话

“110”报警服务电话

当我们处于危急关头, 遇到紧急状况的时候都可以拨打“110”电话进行求助。比如看到有溺水、坠楼、自杀事件的发生, 有人在做违法犯罪的事情, 遇到抢劫、被盗、发生火灾、交通事故和其他自然灾害事故以及危及我们或其他人生命财产安全的时候都属于紧急情况。

● 应急要点

1. 可以用移动电话或有线电话直接拨“110”三个数字。拨打“110”报警电话任何时间、任何地点都是免费的, 投币、磁卡等类型的公用电话都可以直接拨通。

2. 电话接通后向公安机关人员提供相关的详细信息, 其中包括事件发生的具体时间、具体地点(如果不清楚所在地点, 可以提供相关的标志物或是醒目的建筑等)、具体情况, 还要告知自己的姓名、所在住址和电话号码以便联系。

● 专家提示



1. 报警要快，要及时向公安机关值班人员反应情况，尽可能避免因延误导致事态更严重的情况发生。
2. 一定要保持镇定，接通电话后要清楚地表达，让警方能够明白准确地了解具体情况，采取相应的应急措施。
3. 切记不要胡乱拨打报警电话，不能提供假信息，给公安机关工作人员造成困扰。
4. 如有伤亡，首先尽快联系“120”医疗急救。
5. 日常生活中要教会自己的孩子正确使用“110”报警电话。

“120”医疗急救求助电话

在我们国家，统一的急救电话是“120”。如果我们的亲人、邻居、朋友或路上遇到的陌生人因为突然发病，或是身体因为车祸、劳作时的意外伤害等造成重创等情况，我们都可以拨打“120”，联系急救中心对伤者进行抢救。

● 应急要点

1. 直接用移动电话或借助有线电话（如磁卡、投币等类型的公用电话）来拨打“120”三个数字。“120”医疗急救电话是免费的。

