

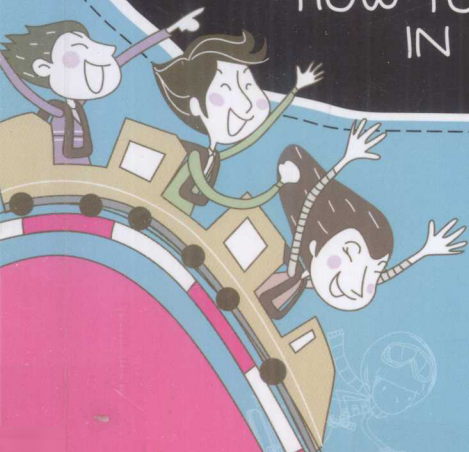


# 倒霉蛋雷豆

## 的自救法宝

HOW TO PROTECT YOURSELF  
IN DANGER

英汉对照



主编：成应翠 张艳萍  
审校：Dionne Manson



华东理工大学出版社  
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS



# 倒蛋雷豆 的自救法宝

HOW TO PROTECT YOURSELF  
IN DANGER

主编：成应翠 张艳萍  
审校：Dionne Manson



华东理工大学出版社  
EAST CHINA UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY PRESS

图书在版编目(CIP)数据

倒霉蛋雷豆的自救法宝:英汉对照 / 成应翠, 张艳萍主编. —上海: 华东理工大学出版社,  
2011.1

ISBN 978-7-5628-2808-2

I. 倒... II. ①成...②张... III. 自救互救-青少年读物-英、汉 IV. X4-49

中国版本图书馆CIP 数据核字(2010)第 083904 号

遨游英语系列·英汉对照

## 倒霉蛋雷豆的自救法宝

.....

主 编 / 成应翠 张艳萍

审 校 / Dionne Manson

策划编辑 / 陈 勤

责任编辑 / 曹慧炜

责任校对 / 金慧娟

封面设计 / YUKI 工作室

插 图 / 石文莉 王雅琪 吴言冬

出版发行 / 华东理工大学出版社

地 址: 上海市梅陇路 130 号, 200237

电 话: (021)64250306(营销部)

(021)64252717(编辑室)

传 真: (021)64252707

网 址: [press.ecust.edu.cn](http://press.ecust.edu.cn)

印 刷 / 江苏句容市排印厂

开 本 / 710mm×1000mm 1/16

印 张 / 12

字 数 / 155 千字

版 次 / 2011 年 1 月第 1 版

印 次 / 2011 年 1 月第 1 次

印 数 / 1-5000 册

书 号 / ISBN 978-7-5628-2808-2/H·980

定 价 / 29.50 元

(本书如有印装质量问题, 请到出版社营销部调换。)

## 写在前面的话



你有没有在学习或生活中，饱受英语这一古怪精灵的“折磨”；你有没有听到别人一口流利的“鹦语”，而自己总是张口结舌而自卑；你有没有一看到严肃枯燥的教材，就“头晕眼花”想打退堂鼓的感觉；你有没有因找不到感兴趣的学习材料，而感到英语学习枯燥无味呢？

现在有这样一套丛书即将呈现在你面前，没有严肃呆板的长者说教，有的是亲切活泼的朋友交流；没有枯燥乏味的单词语法，有的是潜移默化的全方位吸收；没有艰涩深奥的科学讲解，有的是新奇通俗的科普知识；她没有令人望而生厌的陈词滥调，有的是趣味横生的故事情节……这就是《遨游英语系列》，你正在寻找的英语学习好伙伴。

《遨游英语系列》丛书将引导你进入英语学习的另类殿堂，还犹豫什么呢？打开她吧，你将惊叹于英语还可以这样学！

引人入胜的故事情节、生动活泼的人物对话、难易适中的地道英语会让你在轻松愉快的氛围中解除对英语

的畏惧，增强你学习英语、了解科普知识的积极性和自信心，让你成为英语学习这一游戏中的支配者，增强你的创新意识，提高你跨学科运用知识的能力，激发你的发散思维和逆向思维，一举数得。

本丛书的鲜明特色是以趣味故事、百科知识为载体，以炫酷卡通为导学，以英语学习为主旨。

编者们的努力用新的视角来挖掘蕴藏在科普知识中的最新观点，并以贴近读者的生活素材为原型，编撰成趣味横生的故事和生动活泼的人物对话，又很自然地将科普知识和实用英语融入和穿插其中。与此同时，本丛书采用了青少年们的“新宠”——卡通漫画来做插画，图文并茂、轻松活跃，不仅能够使插画紧密配合故事情节的需要，增加故事的趣味性和直观性，同时，也能增强本系列丛书的时尚感和亲和力。本丛书英汉对照、内容丰富，让读者在轻松愉悦的环境中学习和领悟英语，了解更多实用的科普知识。

本丛书共9册，下面各家庭成员将一一出场与大家见面：

《昆虫的童话》——你一定会惊叹原来小虫虫们的世界也这么精彩奇妙！在这里，“昆虫迷”阿布和阿丰将带你探索充满新奇的昆虫世界，你会了解到更多虫虫们喜怒哀乐、酸甜苦辣的个性空间。来吧，虫虫们将成为你学习的好伙伴！

《动物奇趣园》——这里有天下第一懒——树懒，这里有长着大牙齿的海象，这里有南极绅士——企鹅，这里有慢条斯理的树袋熊，这里就是我们的最爱——动物奇趣园。那么，接下来就让小主人公皮皮和毛毛带领我们畅游这座迷人的动物园吧。

《小丑鱼与海洋明星们》——主人公双胞胎小丑鱼，将带你体验海底世界海洋明星们快乐绚烂的生活，快来加入我们的海底世界奇异之旅吧！在这里，或许你会找到和你性格一样的海底东东呢，通过与它们面对面的交流，你将获得这些海洋明星们各种鲜为人知的小秘密哦。

《精彩世博行》——随着上海赢得2010年世界博览会的主办权，“世博会”已经成了家喻户晓的字眼，但你对世博会真正了解多少呢？你知道世博会是怎样形成的、有哪些类别以及

有何功用吗？你知道世博会的历史比奥运会和世界杯的历史还长吗？你知道世博会之最吗？让我们一起走进世博会……

《动漫秀》——影视技术的不断发展，越来越多的卡通形象被搬上银屏。通常卡通故事中的人物长相奇特，有凶猛的狮子王、有憨态可掬的企鹅、有体形庞大的长毛象、有身手不凡的熊猫……这些卡通明星个性鲜明，其中有武林高手、捍卫和平的英雄和神秘莫测的大侠……打开本书，领略卡通世界的无穷乐趣吧。

《奇趣大世界》——你知道冰旅馆有何独特体验吗？你知道可乐也能做喷泉？你见过世界上最丑的小狗吗？你知道世界上还有另外一个“我”吗？老鼠也会冲浪？小猪也能牧羊？……本书将带你一起去见证这多姿多彩的大千世界！

《历史迷古古》——你是不是对古代大人物的生活和经历充满好奇？那你就找对伙伴了，主人公历史迷古古将带你乘坐时空穿梭机回到过去的岁月，让你目睹古代伟人们的一言一行，更直接地去了解他们光环背后的小秘密，出发啦！

# FOREWORD

《**地理魔力屋**》——本书会让你的探险欲望、冒险精神得到充分满足。各种奇妙的地理现象，能激发你的探险欲望，挑战你的精神极限，最后还会有专家为你指点迷津哦！

《**倒霉蛋雷豆的自救法宝**》——想做一个让父母放心的好孩子吗？想成为一个可爱的“小大人”吗？想成为一个百事不求人的自救专家吗？秘籍在此！本书以“倒霉小子”雷豆的经历和自述，向我们传授各种应对危险情况的自救知识和应急措施，这些可是你必不可少的生存法宝啊！

哦！要是能和本丛中这些可爱聪明的东东们面对面地自由交流是一

件多么棒的事情啊！可是你要知道它们都是地球村的村民，个个都能说一口流利的英语，**Buck up!**(加油哦！)你也很快会成为它们中的一员。我们相信本丛书将成为你学习和生活的好帮手，培养你学习英语的兴趣和信心，有效地提高你的学习成绩和在真实语境中运用英语的能力。认真阅读本丛书，不仅能开阔眼界、丰富语言，还能卓有成效地提高你的口语和听力，培养语感，为考试和升学奠定良好的基础。

限于编者学识和时间，书中疏讹错漏之处在所难免，敬请广大读者和业界同仁不吝赐教。

2011年1月于北京





# 目录

# CONTENTS

|         |                                                       |    |
|---------|-------------------------------------------------------|----|
| Unit 1  | How to Avoid Drowning?                                |    |
|         | 如何防止溺水? .....                                         | 1  |
| Unit 2  | How to Survive a Shipwreck?                           |    |
|         | 海上遇险如何求生? .....                                       | 5  |
| Unit 3  | How to Deal with Gas Poisoning?                       |    |
|         | 发生煤气中毒怎么办? .....                                      | 9  |
| Unit 4  | How to Deal with a Cramp?                             |    |
|         | 抽筋后怎么办? .....                                         | 13 |
| Unit 5  | How to Deal with a Nosebleed?                         |    |
|         | 鼻子出血时如何自救? .....                                      | 17 |
| Unit 6  | What to Do When You Encounter an Avalanche?           |    |
|         | 遭遇雪崩怎么办? .....                                        | 21 |
| Unit 7  | What to Do When a Fishbone Gets Stuck in Your Throat? |    |
|         | 鱼刺卡喉怎么办? .....                                        | 25 |
| Unit 8  | How to Survive If You Are Stranded in the Desert?     |    |
|         | 沙漠遇险怎样进行自救? .....                                     | 29 |
| Unit 9  | What to Do If Trapped in a Cave?                      |    |
|         | 洞穴遇险如何自救? .....                                       | 33 |
| Unit 10 | What to Do If Someone Gets Sunstroke?                 |    |
|         | 中暑时需要如何救助? .....                                      | 37 |
| Unit 11 | What to Do When an Earthquake Happens?                |    |
|         | 地震来了怎么办? .....                                        | 41 |





# CONTENTS

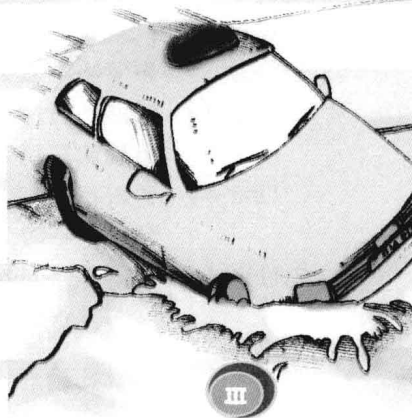
|         |                                                 |    |
|---------|-------------------------------------------------|----|
| Unit 12 | What to Do When a Traffic Accident Happens?     |    |
|         | 发生交通事故后怎么办? .....                               | 45 |
| Unit 13 | What to Do When You Encounter a Snake?          |    |
|         | 遭遇毒蛇时怎么办? .....                                 | 49 |
| Unit 14 | How to Ease a Toothache?                        |    |
|         | 牙痛时应如何止痛? .....                                 | 53 |
| Unit 15 | How to Deal with a Wasp Sting?                  |    |
|         | 被蜂蜇伤应如何自救? .....                                | 57 |
| Unit 16 | What to Do When a Forest Fire Happens?          |    |
|         | 遇上森林失火怎么办? .....                                | 61 |
| Unit 17 | What to Do When a House Is on Fire?             |    |
|         | 房屋失火该怎样解决? .....                                | 65 |
| Unit 18 | How to Deal with a Scald?                       |    |
|         | 被开水烫伤应如何处理? .....                               | 69 |
| Unit 19 | How to Survive After Falling into a Swamp?      |    |
|         | 误入沼泽地如何自救? .....                                | 73 |
| Unit 20 | What to Do If You Step on a Nail?               |    |
|         | 踩上铁钉弄伤后应如何处理? .....                             | 77 |
| Unit 21 | How to Avoid a Lightning Strike Outdoors?       |    |
|         | 在野外如何防止雷击? .....                                | 81 |
| Unit 22 | What to Do When Someone Gets an Electric Shock? |    |
|         | 发现有人触电怎么办? .....                                | 85 |





# CONTENTS

|         |                                                                              |     |
|---------|------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Unit 23 | How to Deal with an Ankle Sprain?<br>踝关节扭伤应如何自救? .....                       | 89  |
| Unit 24 | What to Do If Something Gets in Your Eye?<br>眼中进入异物怎么办? .....                | 93  |
| Unit 25 | What to Do When Encountering a Fierce Dog?<br>路遇恶狗怎么办? .....                 | 97  |
| Unit 26 | How to Survive in a Flood?<br>如何在洪水中求生? .....                                | 101 |
| Unit 27 | How to Build a Fire in the Field?<br>怎样在野外安全架火? .....                        | 105 |
| Unit 28 | How to Keep a Healthy Diet during Travel?<br>旅游中怎样做到安全饮食? .....              | 109 |
| Unit 29 | How to Ride a Bike Safely?<br>如何做到安全骑车? .....                                | 113 |
| Unit 30 | What to Do When a Stranger Knocks on Your Door?<br>遇到陌生人敲门怎么办? .....         | 117 |
| Unit 31 | What to Do If Being Kidnapped?<br>被歹徒劫持了怎么办? .....                           | 121 |
| Unit 32 | How to Travel by Plane Safely?<br>如何做到安全乘飞机? .....                           | 125 |
| Unit 33 | What Do You Need to Know When<br>Flying a Kite?<br>放风筝时应注意些什么? .....         | 129 |
| Unit 34 | What Do You Need to Know When<br>Climbing a Mountain?<br>登山时应注意哪些安全事项? ..... | 133 |
| Unit 35 | How to Wade across a River?<br>野外如何安全地过河? .....                              | 137 |





# CONTENTS

|         |                                                                         |     |
|---------|-------------------------------------------------------------------------|-----|
| Unit 36 | How to Get Out of a Chaotic Crowd?<br>如何逃离混乱的人群? .....                  | 141 |
| Unit 37 | How to Prevent and Cure a Chill<br>and a Frostbite?<br>怎样防治风寒与冻伤? ..... | 145 |
| Unit 38 | How to Survive If Fallen into an Ice<br>Hole?<br>掉入冰窟后怎样自救? .....       | 149 |
| Unit 39 | How to Deal with Chapped Hands<br>and Feet?<br>手脚皸裂怎么办? .....           | 153 |
| Unit 40 | How to Deal with Insomnia?<br>晚上失眠怎么办? .....                            | 157 |
| Unit 41 | What to Do When the Ceiling Is<br>Leaking?<br>天花板漏水怎么办? .....           | 161 |
| Unit 42 | How to Deal with Asthma?<br>患了哮喘怎么办? .....                              | 165 |
| Unit 43 | How to Deal with Carsickness?<br>出现晕车病怎么自救? .....                       | 169 |
| Unit 44 | What to Do When a Typhoon Is Coming?<br>台风来临时怎么办? .....                 | 173 |
| Unit 45 | How to Escape When a Car Falls into Water?<br>汽车落水后如何逃生? .....          | 177 |



# Unit 1

## How to Avoid Drowning?

### 如何防止溺水

#### 雷豆的麻烦事



夏天的中午,红彤彤的太阳毒辣辣地烤炙着大地,知了不停地叫着。我家大黄吐着舌头趴在枣树底下大口喘气,爸爸妈妈都在里屋睡午觉,我便一个人偷偷到附近的一条小河中去游泳。可没想到那河那么深,水那么急啊,我刚下到水里就滑了下去,差点把我淹没了。幸亏当时河边还有其他人,及时把我救了上来。我耷拉着脑袋刚到家门口,迎面碰到果果姐姐。

On a baking hot noon in the summer, the cicadas were singing, and my dog was spreading its limbs in the shade with its tongue out. I stole out of the house while Mum and Dad were having a nap, then went all the way to a nearby river to enjoy a swim. To my surprise, the water was very deep and was flowing quite rapidly. I slipped and fell. Fortunately, someone beside the river pulled me up in time. I felt depressed and returned home. I met my sister Guoguo at the door.



## 急救进行时

( G=Guoguo L=Leidou )

**果果:** 你这一下午跑哪儿去啦? 也不说一声, 急死人了!

**雷豆:** 我……我去游泳了。

**果果:** 游泳? 可是我从来不知道你会游泳啊! 在哪儿游的?

**雷豆:** 在郊外的那条小河里……

**果果:** 啊! 你还真够大胆的啊, 竟敢下水! 爸妈要是知道了非得吓死不可! 怎么样, 没事吧?

**雷豆:** 我不知道那河水那么深, 结果刚下去就滑倒了, 差点被淹没了。

**果果:** 啊! 这么危险! 那……那后来呢?

**雷豆:** 我拼命挣扎着往岸上爬, 但怎么也爬不上来, 浑身没有一点力气, 只觉得水的压力好大, 我的身体直往下沉……

**果果:** 你快喊救命啊!

**雷豆:** 我喊了, 但一张嘴水就往我嘴里灌, 呛得我更难受……

**果果:** 河岸上有人吗?

**雷豆:** 有, 一位叔叔发现了我, 及时把我救了上来。

**果果:** 啊!!! 总算有惊无险, 现在感觉怎么样?

**G:** Where have you been this afternoon? Not even a message for us!

**L:** I... I went to swim...

**G:** Swim? I never knew you could do that. Where?

**L:** In the river...

**G:** What?! How dare you! What would Mum and Dad say if they knew that! Are you all right?

**L:** I didn't know the water was that deep... I slipped and was almost submerged.

**G:** Dear God! What then?

**L:** I struggled towards the bank but I couldn't make it. I felt my slipping away... The pressure of the water was so strong... I kept sinking...

**G:** Did you cry for help?

**L:** I did, but the water poured into my mouth and I choked...

**G:** Was there anybody on the bank?

**L:** Yes, a man saw me and saved me.

**G:** Oh my! Thank goodness. How do you feel now?

**L:** Much better. Except that my ears



**雷豆:** 好多啦,就是耳朵还有些轰轰响。

**果果:** 肯定是进水了,快回家用棉签把它给吸出来。以后可不许一个人跑出去游泳了,你看多危险啊!

**雷豆:** 好吧!姐姐你不要告诉爸爸妈妈啊!我以后不那样了……

are still ringing...

**G:** Must be water in there. Get in. We need some cotton buds. Never swim alone! That's very dangerous!

**L:** OK... But please don't tell Mum and Dad! I promise I will never do it again.

## 窍门排排站

1. 初学游泳者要有家长或老师的陪同,并选择较安静的浅水区进行练习。

Beginners must practice in the wading pool under the guidance of a teacher or a parent.

2. 连续游泳时间,一次最好不要超过 2 小时。

Don't swim continuously for over two hours.

3. 游泳时如果发生呛水现象,要尽快将头部露出水面,并使劲咳嗽,以疏通气管。

If you are choking, quickly pull your head out of the water, then cough as hard as you can to bring out the water in your windpipe.

### 指点迷津

baking hot 形容天气很热

cicada [sɪˈkeɪdə] *n.* 蝉

steal [sti:l] *vi.* 偷偷地移动

slip [slɪp] *vi.* 打滑

submerge [səbˈmɜ:dʒ] *vt.* 淹没

choke [tʃəʊk] *vi.* 窒息,呼吸困难



## 快乐驿站

### Whose Father Was the Stronger?

Will and Bill were quarrelling about whose father was the stronger. Will said, "Well, you know the Pacific Ocean? My father's the one who dug the hole for it."

Bill wasn't impressed, "Well, that's nothing. You know the Dead Sea? My father's the one who killed it!"

## 谁的父亲更强壮?

威尔和比尔在为谁的父亲更强壮而争吵。威尔说:“喏,你知道太平洋吗?就是我爸爸为它挖的洞。”

比尔不屑一顾:“噢,那没什么。你知道死海吗?那是我爸爸杀死的。”

## 欧美文化

### St. Patrick's Day

英国人的“圣帕特里克节”,时间为每年3月17日,是悼念爱尔兰的守护神圣帕特里克(St. Patrick)的节日。圣帕特里克曾经是爱尔兰人的节日,爱尔兰人民非常崇拜守护神圣帕特里克,其国旗也被称为“圣帕特里克旗”(St. Patrick's Flag),为白底斜红十字旗。1801年,爱尔兰成为英国的一部分,爱尔兰旗也在英国“米字旗”上表现了出来,爱尔兰人的节日圣帕特里克节也成了英国人的节日。到了1920年,爱尔兰的大部分地区又出现了分裂,爱尔兰南部26郡(county)独立,而北部仍属英国。

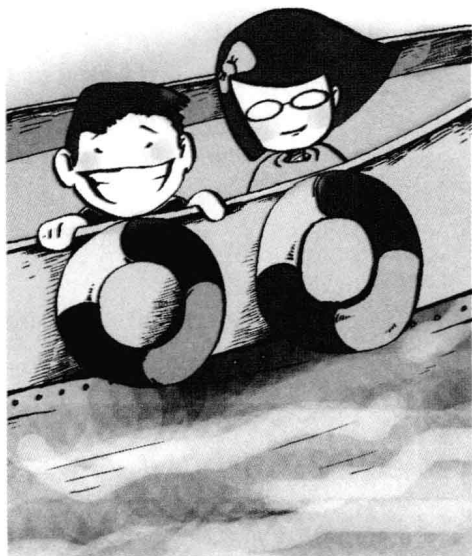
在英国,3月17日正是春暖花开的日子,圣帕特里克节又崇尚绿色,所以英国的圣帕特里克节已演变成植树节。3月17日这一天,英国的中、小学生都放假,每一个学生领到一小包树籽或树苗,到野外植树,给大地增添绿色,因此,在当今的英国,St. Patrick's Day已成为名副其实的植树节。

## Unit 2

# How to Survive a Shipwreck?

## 海上遇险如何求生?

雷豆的麻烦事



我整天缠着爸爸妈妈带我去看大海,暑假里我终于如愿以偿。那天我和姐姐乘坐一艘美丽的轮船畅游大海,但突然轮船颠簸了一下,原来是轮船触暗礁了。很快船就要倾斜着沉到海中。船上所有人都乱作一团,幸好我与姐姐都得到一个救生圈,但我只是抱着救生圈却不知如何是好。

I had been begging for a journey to the sea for quite a long time, and finally this dream came true in the summer vacation. One day, my sister and I were having a wonderful voyage on a ship when suddenly an intense bump was felt. It turned out that we had crashed on a submerged reef. The ship inclined sideways and began to sink. There was chaos on the ship. Fortunately enough, we each got a life buoy. However, I didn't know what to do except hold it tightly.



## 急救进行时

( G=Guoguo L=Leidou )

**雷豆:** 姐姐,我们会死吗?

**L:** Sister, are we gonna die?

**果果:** 雷豆,不要怕,我们只要抓紧救生圈就会很安全。

**G:** No! Don't be afraid. Just hold the buoy and we'll be okay!

**雷豆:** 那我们现在该怎么办?

**L:** What do we do now?

**果果:** 附近没有岛屿,紧紧抱好救生圈啊,不要乱动,保持体力。

**G:** There's no island around... Hold the buoy tightly. We must save strength, so don't move too much.

**雷豆:** 呀,我的胳膊好像受伤了!

**L:** Oops! My arm hurts!

**果果:** 怎么样,流血了吗?

**G:** Is it bleeding?

**雷豆:** 好像没有。

**L:** No.

**果果:** 千万别弄破伤口,血会把鲨鱼引来的。

**G:** Be careful with it! The blood may bring the sharks.

**雷豆:** 我知道啦!姐姐,我好渴啊,我想喝海水解解渴!

**L:** All right. Sister, I'm thirsty. Can I drink some sea water?

**果果:** 不行,海水越喝越渴,你再坚持一会。

**G:** No! That will only make you even more thirsty! Hold on for a while.

**雷豆:** 姐姐快看,那儿有一艘大船!

**L:** Look! A boat!

**果果:** 太好啦!救命!救命!

**G:** Great! Help! Help!

(两人边挥手边呼喊,大船快速向他们驶来。)

**雷豆:** 姐姐,我们得救了!

**果果:** 是啊,我们安全啦!



( The two waved and yelled loudly. The ship came towards them. )

**L:** We are saved!

**G:** Yeah! We are safe!

## 窍门排排站

1. 海上遇险时要有坚强的意志和克服困难的决心与勇气,坚信自己一定能走出绝境。

When a shipwreck happens, you have to be strong-willed. Always believe that you can overcome the difficulties and survive.

2. 迅速发出呼救信号,不放过任何求救的机会。

Send SOS messages as soon as possible. Never miss any chance for help.

3. 寻找能够填饱肚子的一切东西,保证能够活着,海洋中的鱼、虾、贝壳及海藻等物都可以用来吃的。

Find anything to feed yourself. Fishes, shrimps, shellfish, seaweeds and so on are all edible.

### 指点迷津

bump [bʌmp] *n.* 碰撞

submerged rock *n.* 暗礁

sideways [ˈsaɪdweɪz] *adv.* 向一侧地

chaos [ˈkeɪɒs] *n.* 混乱



## 快乐驿站

### I'm Glad

A Sunday school teacher was telling her pupils the importance of making others glad. "Now, children," said she, "has anyone of you ever make someone else glad?"

"Please, teacher," said a small boy, "I've make someone glad yesterday."

"Well done. Who was that?"

"My granny."

"Good boy. Now tell us how you made your grandmother glad."

"Please, teacher, I went to see her yesterday, and stayed with her three hours."