

平安

人生丛书

平安学生

——献给中小学生和
学校教师们

主 编 罗 云

副主编 金 磊

徐德蜀

中国地质大学出版社

平安学生



平安人生丛书之二

平安学生

献给中小学生和学校教师们

主 编 罗 云

副主编 金 磊 徐德高

编 著 徐德高 王陆昕 谢建清

周永东 罗 云 金 磊

中国地质大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

平安学生:献给中小学生和学校教师们/罗云主编. —武汉:中国地质大学出版社,1996.4

(平安人生丛书之二)

ISBN 7-5625-1064-4

I. 平...

I. 罗...

II. 学生-安全知识

IV. X9

出版发行 中国地质大学出版社(武汉市·喻家山·邮政编码 430074)

责任编辑 方 菊 责任校对 熊华珍 版面设计 阮一飞 黄建利

印 刷 武汉测绘院地图印刷厂

开本 850×1168 1/32 印张 3.125 字数 70 千字

1996 年 4 月第 1 版 1996 年 4 月第 1 次印刷 印数 1—5000 册

定价:7.00 元

前言

平安，人生最基本的企望，人生最美好的祝福。当您是孩子的时候，父母用全身心保护您的安康；当您进入学生时代，老师和亲人们祝福您平安成长；当您成家立业了，亲人和朋友们日夜期望您从工作岗位上平安归来；当您进入老年，孩子和朋友们愿您健康长寿，安享晚年。人生平安对于我们如此的平常和必须，而又是如此的难觅和难得。

在我们生存的现代环境里，无论是家庭生活还是公共娱乐，无论是工作还是生活，无论是在室内还是在户外，都存在着来源于人为或自然的危险及危害，对我们的生命、健康和财产产生威胁，真可谓“人在家中坐，祸从天上来”。君可见：以分秒为计的交通死亡事故；每时每刻都在发生的无情火灾；诸多职业事故导致的伤残和早逝；家庭生活失误造成的倾家荡产和终生悔痛，等等。天灾人祸已成为时时处处伴随着人类生存的“幽灵”。

这些“幽灵”来自于现代生活中高层人造空间和机、电、化学、毒气等物品的危险；来自于风暴、水灾、地震、地陷等自然灾害。对此，我们基本的法宝就是依靠科学，唯有安全科学是事故和灾难的“克星”。

尽管今天我们还不能对每一个人或每一件事的发展过程中是否会发生事故或灾祸做出精确的预测或推断，但是，

Abc117/11

只要有了一份警觉,懂得一些知识和规律,掌握一些避难和应急的方法,做到“超前防范”和“临危能应”,我们就能把天灾和人祸可能造成的伤害及损失降低到最小限度,就能在灾祸发生时获得最大的生存机会。

平安人生丛书之二——《平安学生》是献给中、小学生和学校教师们的一份平安祝福,书中介绍给您们一些实现安全免灾的知识和办法,愿她起到一张生命安全“保险单”的作用。

我们衷心地祝愿您——好人一生平安!

作 者

1996年2月

目 录

交 通 安 全

1. 小黄帽保安全 (2)
2. 行人必须遵守交通安全规则 (2)
3. 横穿车道须走人行道 (3)
4. 公路上漂亮的斑马线 (3)
5. 交通安全信号灯 (4)
6. 学会识别车灯的示意 (5)
7. 汽车安全带的作用 (5)
8. 车辆反光镜的作用 (6)
9. 乘坐公共机动车辆必须遵守哪些规定 (6)
10. 汽车尾气有危害 (7)
11. 莫在铁道上行走和玩耍 (8)
12. 骑自行车应遵守哪些规定 (8)

玩耍及游乐中注意安全

13. 中、小学生放学快回家 (11)
14. 电子游戏机有危害不宜久玩 (11)
15. 玩耍中要防止火灾 (12)
16. 恶作剧玩耍有危险 (13)

17. 电视机的危害及视力保护	(14)
18. 电梯中玩耍很危险	(15)
19. 搏斗游戏注意安全	(15)
20. 独自游玩注意安全	(16)
21. 施工工地不能进入	(17)
22. 水塘边玩耍很危险	(17)
23. 不能摇动广告牌等支撑物	(18)
24. 接触下坠电线有触电危险	(18)
25. 过大桥要加倍注意安全	(19)
26. 放风筝时的安全注意事项	(19)
27. 薄冰上行走很危险	(20)
28. 游泳须有大人带	(20)
29. 游泳时打闹很危险	(21)
30. 游泳跳水注意水的深浅	(21)
31. 路边下水管暗道不能钻	(22)
32. 太阳下面防中暑	(23)
33. 野草丛中莫乱钻	(23)
34. 小动物可爱会伤人	(24)
35. 马路上踢球不安全	(25)
36. 动物园里的安全知识	(25)

公共治安与安全

37. 警察叔叔是最可靠的人	(28)
38. 防扒窃的常识	(28)
39. 学生宿舍常见的盗窃方式有哪些	(29)
40. 学生宿舍经常被盗的时间	(29)

41. 同学交往中应注意的安全问题	(30)
42. 生活中警惕上当受骗	(31)
43. 打群架害人害己不应该	(31)
44. 观看体育比赛的安全知识	(32)
45. 损坏公物要受惩罚	(33)
46. 赌博是违法行为	(33)

生活中的安全

47. 看书时合适的照明很重要	(36)
48. 眼睛近视应少吃甜食	(36)
49. 常吃过热食物易得食道癌	(37)
50. 吃冷饮不可过量	(37)
51. 饱餐后饮汽水危险	(38)
52. 为什么不能随便用塑料薄膜装食品	(39)
53. 废旧书报包装食品害处多	(39)
54. 怎样防止食物中毒	(40)
55. 认识烟酒对视力的危害	(41)
56. 睡双层床要防坠落	(42)
57. 防止漆铅中毒	(42)
58. 认识厨房里的危险	(43)
59. 认识家中用具可能产生的危害	(44)
60. 居家哪些部位有危险	(45)
61. 家里安全装置何其多	(45)
62. 家中防盗的常识	(46)
63. 独自在家时的安全事项	(47)

遇到危险能应付

- 64. 着火报警“119” (50)
- 65. 火焰烧伤不要慌 (50)
- 66. 被盗报警“110” (51)
- 67. 家遇坏人不开门 (51)
- 68. 家中大人危急打电话 (52)
- 69. 手指流血不要怕 (53)
- 70. 鼻子流血会处理 (54)
- 71. 马蜂蜇人会处理 (54)
- 72. 毒蛇咬伤快救治 (55)
- 73. 发生火灾如何自救 (56)
- 74. 游泳中如何自救 (56)
- 75. 儿童溺水急救法 (58)
- 76. 儿童眼睛受伤的处理 (58)

实验室中的安全

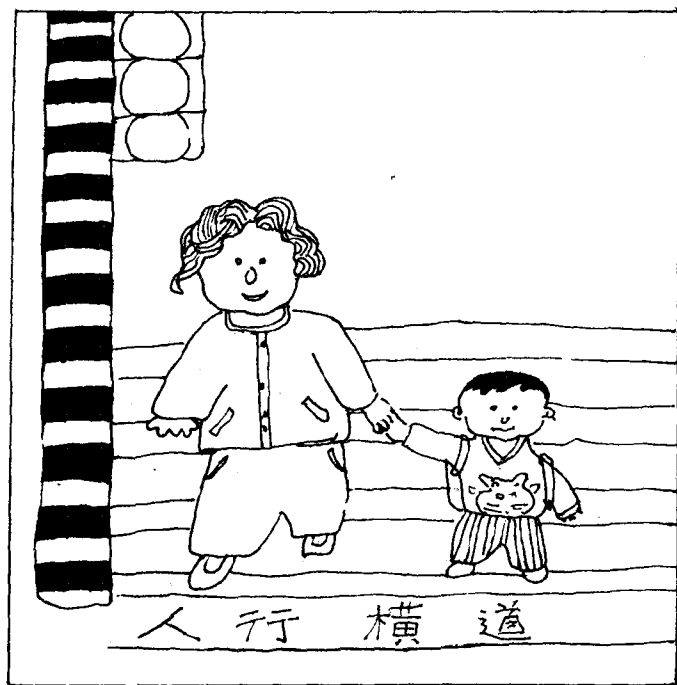
- 77. 正确使用玻璃器皿 (61)
- 78. 正确使用电器 (61)
- 79. 防止实验室用电引起火灾 (62)
- 80. 电器事故的紧急处理 (63)
- 81. 正确使用电工工具 (63)
- 82. 手潮湿不能摸电器 (64)
- 83. 注意热源会烫伤 (64)
- 84. 实验室常见的有毒有害物 (65)
- 85. 一氧化碳的中毒急救措施 (66)

86. 酸对人体有危害	(67)
87. 实验室一般原则与个人防护	(68)
88. 做实验时烧烫伤处理	(68)
89. 化学灼伤的现场处理	(70)
90. 触电后怎么办	(71)

安全常识应知晓

91. 中、小学生不宜跳迪斯科舞	(73)
92. 女学生不要用指甲油美化指甲	(73)
93. 大扫除、布置教室时要注意安全	(74)
94. 运动中发生肌肉抽筋怎么办	(74)
95. 怎样防治冻疮	(75)
96. 学生学点保险知识	(76)
97. 什么是“学生团体平安保险”	(77)
98. 什么是学生团体平安保险附加意外伤害医疗保险	(78)
99. 什么是游乐场人身意外伤害保险	(78)
100. 什么是中、小学生和幼儿园儿童住院医疗保险	(79)
101. 室内防污染	(80)
102. 空气污染对人体有害	(81)
103. 秋季锻炼三要素	(83)
104. 儿童在学校的安全	(83)
105. 如何防雷电意外伤害	(84)
106. 乘电梯的意外伤害及预防措施	(85)
107. 洪涝灾期的自我保健	(86)

交通安全



1. 小黄帽保安全

人们常见儿童或中、小学生戴小黄帽或有红色条纹的黄帽,特别是在集体活动,如春游、运动会或穿行大街时,列队而行的黄帽少年十分引人注目。

黄色十分鲜艳醒目,容易被人发现,是国际公认和我国国标规定的安全警告色,已为工业和社会接受,并广泛采用。中、小学生和儿童外出戴上小黄帽,可在几百米之外就能发现,从而对司机做出安全提示作用。这一做法首先是在日本推行的,进入 80 年代以来,我国很多城市也推行这种办法,使学生被机动车撞伤事故的发生率大为降低。

2. 行人必须遵守交通规则

据统计,全世界每 7 秒钟就有 1 人死于交通事故,而交通事故的主要原因之一就是违反交通规则。因此,我们要告诫中、小学生,要严格遵守交通规则,步行上学或上街玩时要遵守行人交通规则,即:

(1)须在人行道上行走,没人行道的路要靠路右边行走。

(2)横过车道,须走人行横道,并左右观看,确认无危险时,再通过。

(3)不准穿越、骑坐车道和铁路道口的护栏。

(4)不准在道路上扒车、追车、强行拦车或抛物击车。

(5)学龄前儿童在街道或公路上行走,须有成年人带领。

(6)通过铁路道口,如遇道口栏门关闭,须停车在栏门

外等候。通过无人看守道口,须瞭望,确认安全后,方可通过。

3. 横穿车道须走人行道

中、小学生上学或放学回家时,可能要穿越几条马路,放学时间又正是交通拥挤时,因此,要特别注意交通安全。横过车道或过十字路口时,须走设有人行横道标志(图 1)或天桥的地方,并注意指挥灯信号和人行横道灯的信号。只有遵守交通规则穿越车道,才能保证安全到达对面。

行人行走时,应在人行横道线内,因为人行横道线是表示准许行人横穿车道的标线,也可称为安全通道。人行横道线为白色条纹,其位置,应根据行人横穿道路的实际需要而确定。人行横道的最小宽度为 300 厘米,也可根据行人数量以 1 米为一级加宽。人行横道线标志如图 2 所示。



图 1 人行横道标志

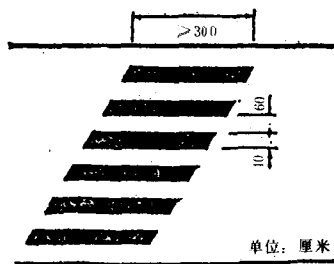


图 2 人行横道线标志

4. 公路上漂亮的斑马线

为了表示公共客车通向专门的分离引道和停靠位置,

采用了港口式停靠站标线,港口式停靠站标线的颜色为白色。斑马线由斜 45°,线宽 45 厘米,间距 100 厘米的平行条纹组成,斑马线出现在安全岛上。国外也用斑马线作人行横道标线。学生们应记住:斑马线区域内是安全区域。所以在穿过十字路口时,要从斑马线上通过。

5. 交通安全信号灯

我们在十字路口常常见到指挥灯信号和人行横道灯信号,只有按信号灯的指挥进行有序的运动,才能确保交通顺利,车、人平安。

十字路口指挥灯信号分为红、黄、绿三种灯,其意义如下:

(1)绿灯亮时,准许车、人通行,但转弯车辆不得妨碍直行车辆和被放行的行人通行;

(2)黄灯亮时,不准车、人通行,但已越过停止线的车和已进入横道的行人,可继续通行;

(3)红灯亮时,不准车、人通行;

(4)绿箭头灯亮时,准许车辆按箭头所示方向通行;

(5)黄灯闪烁时,车、人须在确保安全的原则下通行。

人行横道信号灯,只有绿灯和红灯,其意义是:

(1)绿灯亮,准许行人通过人行横道;

(2)绿灯闪烁时,不准行人进入人行横道,但已进入者,可继续通行;

(3)红灯亮,不准行人进入人行横道。

中、小学生要会识别交通信号,懂得指挥灯和人行横道灯的规定,自觉遵守交通规则,养成良好的交通安全习惯,

以减少交通事故,保护自身安全。

6. 学会识别车灯的示意

一般机动车都有远光灯、近光灯、转向灯、刹车灯、倒车灯、示宽灯、车牌灯;有的还装有雾灯;一些高级车辆采用了使人醒目的组合灯,以色彩和亮度的变换来告诉行人和其他邻近车辆,它的运动状态和行动方向。

小轿车、出租车、公共汽车、长途汽车等机动车在行驶中,靠其前后装配的各种灯,根据司机驾驶时的需要,不时地接通不同功能的灯,告诉行人或其他司机他的车行进的方向或请求对方注意,并给以关照。青年学生要学会识别车灯的示意,以防意外。

(1)转向灯:前后侧向两对黄色灯(或红色灯)。车向左转弯时,车左面前后及左侧面三个转向灯同步闪亮;车向右转弯时,车右面前后及右侧面三个转向灯同时闪亮,待弯转过后,关闭转向灯。

(2)倒车灯:当车需倒行时,打开此灯,常伴有音乐或扬声器发出“倒车!倒车!倒车!……”达到倒车目的后关闭此灯。

(3)刹车灯:车在行进中需减速刹车,只要不断地踏刹车板,刹车灯就伴之亮红灯,车停后,灯灭。

7. 汽车安全带的作用

随着人们生活水平的不断提高,坐出租车的人越来越多,这其中也有中、小学生。行驶快速,但是,偶遇紧急情况或突遇险情,急速刹车,人会猛向前冲,与方向盘、车窗玻璃

碰撞造成伤害或遭受横祸。往往在车祸中，坐前排的人很难幸免，易受伤害。为了解决这一难题，保护乘车人的生命安
全，采用了给坐前排人员配上安全带的办法。它的功能是在
遇险情急刹车时，产生与惯性相反的力量，惯性越大安全带
所产生的反拉力也就越大，以此实现保护前排就坐人的安
全。所以，当你乘坐轿车的前排座位时，一定不要忘记系上
安全带；当你一起与大人乘坐轿车发现大人没有系安全带
时，要提示他们系上安全带。

8. 车辆反光镜的作用

当你乘坐公共汽车或打“的士”时，也许你会发现车门
两侧有两块玻璃镜，这就是反光镜。其实每辆车均有三面反
光镜，第三面反光镜在车内车窗上部的中央处。人称侧面的
两面反光镜是司机的“眼睛”。司机靠把反光镜调整到适当
的位置，从镜中得知行车时左侧、右侧和车内及车后的情
况。特别是在倒车、超车、或让车时，可通过反光镜中真切的
图象判断自己的位置，以快速决定应该采取的操作程序。例
如：右转弯、左转弯、倒车、加速超车或急刹车等。乘车的同
学们要像司机叔叔爱护自己的眼睛一样，爱护汽车反光镜。

9. 乘坐公共机动车辆必须遵守哪些

规定

无论你乘坐哪种交通运输工具，都必须遵守国家道路
交通管理条例，才能保证安全、有序、可靠的行车。因此，我
们奉劝中、小学生朋友乘车时须做到以下几点：

(1)乘坐公共汽车、电车和长途汽车须在站台或指定地

点依次候车,待车停稳后,先下后上;

(2)不要在车道上拦出租汽车,而应该站在路边伸手示意;

(3)不要携带易燃、易爆等危险物品乘坐公共汽车、电车、出租车和长途汽车;

(4)机动车在行驶中,不要将身体的任何部分伸出车外,更不能跳车;

(5)不得妨碍驾驶员安全驾驶。

10. 汽车尾气有危害

随着工业的高速发展,我国机动车数量急剧增加,汽车尾气的污染,引起了人们的重视。据专家测试分析,汽车排出的尾气主要是一氧化碳、氮氧化合物、碳氢化合物(烃类)、二氧化硫、铅化物、碳烟和臭气等。医学专家确认,高浓度的一氧化氮能引起神经中枢障碍,一氧化氮氧化后形成有剧毒的二氧化氮,吸入肺部后,严重时会引起肺气肿。尾气中的氮氧化合物和烃类在紫外线的作用下,可生成一种浅蓝色的光化学烟雾,其主要是对眼睛和呼吸系统造成危害,对它们有明显的刺激作用。特别是尾气中的铅化物,对儿童和青少年的智力发展有害。如果引起铅中毒,可使儿童嗜睡、狂噪、腹痛、呕吐、严重的甚至会瘫痪、痉挛、昏迷或“多动”。

从北京和广州两市对汽车尾气现场检测,有一半以上指标均未达到国家标准。专家们认为:大气污染的“元凶”是汽车尾气。据调查,北京市拥有机动车 84 万辆,大气污染的程度与国外 400 万辆的大城市污染程度相当。这说明我国