

国家安全生产监督管理局
国家煤矿安全监察局

指定读本

全民安全知识读本

(第一版)



X9-49
J-477

国家安全生产监督管理局
国家煤矿安全监察局 指定读本

全民安全知识读本

(第一版)

国家安全生产监督管理局
国家煤矿安全监察局 宣传教育中心 编

煤炭工业出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

全民安全知识读本/国家安全生产监督管理局, 国家
煤矿安全监察局宣传教育中心编. —第一版. —北京: 煤
炭工业出版社, 2005

ISBN 7-5020-2611-8

I. 全… II. ①国…②国… III. 安全—基本知识
IV. X9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 003167 号

煤炭工业出版社 出版
(北京市朝阳区芍药居 35 号 100029)
网址: www.cciph.com.cn
煤炭工业出版社印刷厂 印刷
新华书店北京发行所 发行

*

开本 880mm×1230mm^{1/32} 印张 6^{1/8}
字数 165 千字 印数 30,001—50,000
2005 年 1 月第 1 版 2005 年 6 月第 4 次印刷
社内编号 5382 定价 18.00 元

版权所有 违者必究

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题, 本社负责调换

编委会名单

编委会主任：赵铁锤

编委会副主任：黄毅 田玉章

编委会委员：（按姓氏笔划排序）：

王树鹤	付建华	刘成江	任树奎
李万疆	吴鑫	陈光	张广华
杨富	黄玉治		

主 编：金磊夫

副 主 编：贺定超 李建国

专 家 组：	徐德蜀	姜亢	李福晋	吴宗之
	罗云	彭苏萍	杨志杰	

编 写 人 员：	安元洁	赵京宪	张志红	殷晓波
	廖永平	王铁根	黄勤	解晓霞
	胡大中			

序

国家安全生产监督管理局
国家煤矿安全监察局

局长

王显政

安全与健康是人类最基本的需求，是全面建设小康社会的重要内容和指标。随着社会的进步和全面建设小康社会进程的推进，“安全就是发展、安全就是效益”的科学发展观日益深入人心，“关注安全、关爱生命”，“以人为本、安全第一”已成为一种全新的安全理念。

党和国家高度重视安全生产工作，保护人民群众生命财产安全是践行“三个代表”重要思想的重要内容。跨入21世纪，我国进入了全面建设小康社会、加快推进社会主义现代化的新的发展阶段。随着经济的持续发展和社会的全面进步，人们对维护自身生命权益和身心健康更加关注。

安全工作是一项系统工程，涉及到生产、生活和社会的方方面面。综观各类事故，有相当多都是由于缺乏安全常识和安全技能、违反制度和操作规程造成的。因此，广泛地传播安全知识，加强安全文化的宣传和教育，对搞好安全工作，减少各类伤亡事故的发生，提高人们的生命质量和健康水平，是一项极为重要的基础性的工作。同时，搞好安全知识的普及，对于提高全民的安全素质，丰富和创新中国特色安全文化，促进国民经济持续、快速、健康发展，具有不可替代的重要作用。

知识可以规范人们的思想和行动。安全知识是以人为本，尊重人权，关爱生命的大众文化，是保护广大人民群众的安全与健康的基础。在安全文化的影响下，人们的思想、意识、情感 and 行为规范潜移默化地发生趋同性。同时，安全文化可以使群众对安全与健康、社会的稳定与发展、国家的文明与进步产生正确

的理解，从而凝聚人心，共同在全面建设小康社会的伟大实践中发挥巨大的作用。

安全知识可以有效地约束人们的行为。安全知识的宣传、教育和普及，将会使人们加深对安全法律、法规、标准以及规章、规程的理解和认识，提高遵章守法的主动性和自觉性。通过安全知识的学习，可以使人们逐步树立科学的安全意识、态度和信念，树立正确的安全道德、理想、目标、行为准则等，可以给生产经营活动和人们的生活提供指导。

安全是人们共同的希望和追求，向全社会广泛、深入、持久地宣传安全知识，是使广大群众能够拥有安全和享受安全的重要途径。《全民安全知识读本》为开展安全知识的普及和教育提供了一个极为有效的载体。《全民安全知识读本》紧密结合生产、生活实际，贴近基层、贴近生活，突出以人为本，重点介绍了交通安全、消防安全、家居安全、校园安全、职业安全、防范化学品中毒、旅游安全、应对突发事件、应对自然灾害、常用自救互救方法等安全常识，集知识性、趣味性、可读性和实用性为一体，是一本生动、形象、实用的安全常识读本，是大众必备的“安全顾问”。

《全民安全知识读本》即将与广大读者见面了，本书对全社会“关注安全、关爱生命”氛围的形成将产生积极的推动作用。开卷有益，相信每一位读者都能从中有所裨益、有所收获，用从书中汲取的安全知识武装自己，做到不伤害自己，不伤害别人，不被别人伤害。

希望这本书能给广大群众和千千万万个家庭带来安康、吉祥，祝愿所有的人幸福、平安！

二〇〇四年十二月于北京

安全工作事关人民群众的根本利益，关系到改革、发展和社会稳定的大局。党中央、国务院历来高度重视安全工作，近些年相继采取一系列重大举措，加强安全工作，已经见到了明显的效果。

但是，由于我国安全工作的基础比较薄弱，人们的安全意识普遍不高，重特大事故时有发生，安全工作形势依然比较严峻，给人们的生产、生活造成很大损失。党的十六大强调“高度重视安全生产，保护国家财产和人民生命的安全”。以人为本，安全责任重于泰山。坚持把人民群众的生命安全放在第一位，进一步提高全民族的安全素质，是时代的要求，也是全面建设小康社会的重要内容。

在工作和生活中，我们深深地感到，要实现我国安全生产状况的根本好转，实现人民安居乐业，既要依靠必要的物质基础，更有赖于提高全民的安全素质，通过加强安全宣传教育，增强人民群众的安全意识。为了满足人民群众的需要，我们组织编写了《全民安全知识读本》，本书深入浅出，通俗易懂，面向大众，在全民中广泛深入地普及安全知识，提高人们的安全意识和安全技能，为全面建设小康社会创造安全的环境。

本书由国家安全生产监督管理局（国家煤矿安全监察局）宣传教育中心负责编写，国家局办公室、政策法

规司等司（室）和煤炭工业出版社给予了很多的支持和帮助。中国劳动保护科学技术学会、公安部消防局、北京市交通管理局、首都经贸大学、北京市疾病预防控制中心、中国科技大学、中国矿业大学、中国地质大学、中国农业大学、山东大学等单位的专家和学者在本书的编写和修改过程中，付出了辛勤的劳动，在此一并表示感谢！这是国家局成立以来组织编写的一本面向全民的安全知识读本，以后我们还将陆续编辑出版一些相关行业的安全知识书籍，以更好地满足广大人民群众对安全文化知识的需求。

由于时间仓促，加上水平有限，本书可能有疏漏之处，敬请广大读者批评指正，以便我们在以后的编写工作中可以不断地修改、充实和完善。

最后，向所有为本书编写和出版付出劳动、给予支持的单位及个人表示衷心的感谢！向所有关注安全、关爱生命的人们致敬！

二〇〇四年十二月二十八日

第一篇 交通安全 ————— 1

- 一、不能携带“三品”乘坐公共交通工具 ————— 2
- 二、横过道路的学问 ————— 3
- 三、安全步行六要素 ————— 4
- 四、骑车安全九项注意 ————— 5
- 五、不与开车司机聊天 ————— 6
- 六、安全带的作用 ————— 7
- 七、酒后驾车“杀人害己” ————— 8
- 八、雪天、雾天行车应注意安全 ————— 9
- 九、超车、会车的学问 ————— 11
- 十、倒车不当酿大祸 ————— 12
- 十一、防追尾的有效措施 ————— 13
- 十二、汽车自燃的预防及处理 ————— 15
- 十三、预防“爆胎” ————— 16
- 十四、高速公路意外停车的处理 ————— 17
- 十五、高速公路安全行车把好五关 ————— 18
- 十六、铁路道口行车要谨慎 ————— 19
- 十七、十次事故九次快 ————— 20
- 十八、乘飞机的安全知识 ————— 21
- 十九、乘船安全须知 ————— 22

第二篇 消防安全 ————— 23

- 一、未熄烟头惹祸端 ————— 24
- 二、严防儿童玩火 ————— 25
- 三、安全燃放烟花爆竹 ————— 26
- 四、电线老化应及时更换 ————— 27
- 五、千万不能用铜丝、铁丝代替保险丝 ————— 28
- 六、超负荷用电酿火灾 ————— 29
- 七、预防燃气泄漏 ————— 30
- 八、室内装修不用易燃材料 ————— 31
- 九、安全使用电热毯 ————— 32

十、楼道堆物隐患多	34
十一、发生火灾切忌惊慌	35
十二、如何应对初起火灾	36
十三、哪些火灾不能用水扑救	38
十四、正确拨打“119”报警 消防队救火不收费	39
十五、怎样使用灭火器	40
十六、起火不能乘电梯	41
十七、大火封门怎样逃生	42
十八、15种火场逃生技能	43

第三篇 家居安全 45

一、家庭安全自查表	46
二、提防厨房发生意外	48
三、高压锅防爆	49
四、手湿不要接触通电电器	50
五、空调不宜长时间运转	51
六、什么物品不能放入微波炉加热	52
七、小孩严禁触摸电源插座	53
八、让孩子远离铅中毒	54
九、预防孩子烧伤、烫伤	56
十、家有宠物孩子易受伤	58
十一、异物进入呼吸道怎么办	60
十二、预防老人跌倒	62
十三、把孩子反锁在家危险多	64
十四、野蛮装修与楼体安全	65
十五、乘坐电梯防意外	67
十六、家庭药品的存放	68
十七、预防煤气中毒	70

第四篇 校园安全 71

一、增强中小学生交通法规意识	72
二、上下学路上防交通意外	73
三、嬉闹玩耍防伤害	75

四、体育锻炼防意外	77
五、宿舍安全常识	80
六、实验课中的安全常识	82
七、不能组织中小学生参加救火	84
八、参加集体活动注意安全	85
九、遇到有人强行索要怎么办	87
十、中小学生不去网吧、电子游艺厅	90
第五篇 职业安全	91
一、正确使用劳动防护用品	92
二、办公室防猝死	93
三、防范电磁污染	96
四、光污染的危害及预防	98
五、高温作业防中暑	100
六、职业噪声的危害与控制	101
七、防范高空坠落事故的措施	103
八、管道疏通作业严防发生中毒	104
九、怎样识别电气设备老化程度	106
十、防范粉尘侵害	107
十一、电焊工作业防护	108
十二、不容忽视的职业性皮肤病	109
十三、工伤、工伤保险待遇和标准	110
第六篇 防范化学品中毒	115
一、防止化学品中毒	116
二、谨慎使用杀虫剂	117
三、农药废弃物的危害	118
四、家庭装修如何做到绿色环保	120
五、小心氡气进入家庭	122
六、苯的危害及防治	124
七、有毒气体中毒不要盲目施救	126
第七篇 旅游安全	129
一、旅行衣着点滴	130

二、出行前应准备哪些应急物品	131
三、旅行交通工具的选择	132
四、旅行住宿安全	134
五、旅行时小心谨慎预防意外	135
六、自助游安全第一	136
七、野营须知	139
八、勿在不明水域涉水或游泳	141

第八篇 应对突发事件 143

一、危急时刻怎样拨打“110”	144
二、参加大型活动时遇到意外怎么办	146
三、食物中毒事故的应对措施	148
四、发生交通事故的应对措施	151
五、突发火灾事故的应对措施	153
六、突发毒气泄漏事故的应对措施	156

第九篇 应对自然灾害 157

一、地震来临时的逃生知识	158
二、洪水来临如何逃生	161
三、遇到泥石流、山体滑坡如何逃生	162
四、雷雨天的安全防范	163
五、海啸来临时如何逃生	165

第十篇 常用自救互救方法 167

一、如何拨打“120”急救电话	168
二、触电急救措施	169
三、出血急救措施	170
四、骨折急救措施	172
五、溺水急救措施	174
六、休克急救措施	176
七、中毒急救措施	177
八、烧伤急救措施	179
九、烫伤急救措施	180
十、人工呼吸救治法	181
十一、勿用不正确的救助方法	183



JIAOTONGANQUAN

第一篇

交通安全

一、不能携带“三品”乘坐公共交通工具

易燃、易爆和危险品，通常简称为“三品”。

“三品”是指易燃品、易爆品和危险品，通常简称为“三品”。

(1) 易燃品、易爆品包括：雷管、导火索、炸药、烟花爆竹、汽油、柴油、酒精、火油、花磷、赤磷、光粉、金属钾、金属钠以及压缩可燃气体等。

(2) 危险品包括：剧毒物品、腐蚀物品、放射性物质以及有刺激性异味的物品等。

(3) “三品”有易燃、易爆、有毒、辐射等特性，要是在公共场所发生意外，一定会造成重大的财产损失甚至是人员伤亡，产生严重的后果。

(4) 某市一辆载有43人的客车行驶在崎岖不平的乡村公路上，正逢到某处拐弯时，不慎滑进了路边

的稻田中，车头起火。大火烤爆了一位乘客携带的灌满了液化石油气的钢瓶，一声巨响，钢瓶从车顶冲出，造成车上9人死亡、33人重伤，加剧了因交通事故造成的重大损失。

某地一位乘客把爆竹放入编织袋中悄悄带上车。途中有乘客吸烟，烟头燃着了编织袋，爆竹爆炸造成车毁人亡。

要防止这类事故的发生，在乘坐公共交通工具时千万不要携带“三品”，如果携带必须主动交出；每个公民为了自己和他人的安全，不但要严格遵守乘坐公共交通工具的安全规定，在条件许可的情况下，还要协助有关安检人员进行监督检查，以确保公共安全。

二、横过道路的学问

在出行过程中大家应当自觉遵守交通法规,增强自我保护意识和交通安全意识。

行人在出行过程中,应当自觉遵守交通法律法规,增强自我保护意识和交通安全意识,倡导交通文明。

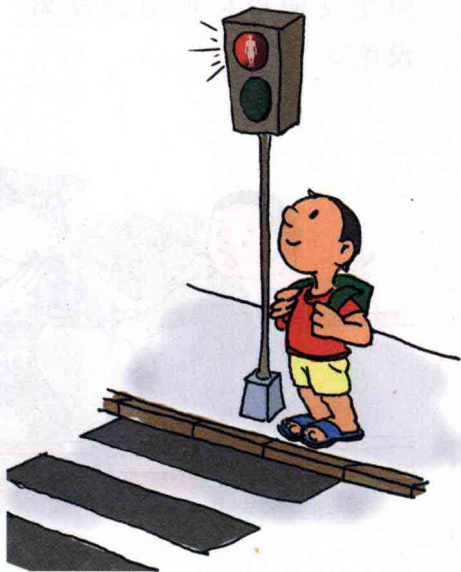
横过道路要注意:

(1)在城市横过道路时要走人行横道,不要图一时方便,抄近道,更不要斜穿猛跑;在郊区以外的公路上通过道路,要确认无车或安全的情况下通过。

(2)有交通步行信号灯控制的道路上,应做到红灯停、绿灯行、黄灯等;没有交通步行信号灯控制的道路上,要看清情况,让车辆先行,不要在车辆临近时突然横穿道路。

(3)横过道路要做到一

慢、二看、三通过,先看左后看右,因为过马路首先接触的是左侧来车,后接触右侧来车,一定要在确认无车或在安全的情况下再通过。



三、安全步行六要素

1 一定要在人行道上行走，没有人行道的要靠右侧行走。

2 不在道路上强行拦车、追车、扒车或向车辆投掷物品。

3 不在道路上玩耍、打闹、坐卧或有其他妨碍交通的行为；不钻越、跨越、倚坐交通护栏或道路隔离设施。

4 遵守交通标志、标线规定，随时注意地面上的坑坎或已经活动、被盗盖后的坑井。

5 不进入高速公路、高架道路或者有人行隔离设施的机动车专用道。

6 学龄前儿童应当由成年人带领在道路上行走；老年人上街最好有人陪伴。



四、骑车安全九项注意

骑车时集中精力，随时保持警觉，
小心危险路面及障碍物。

自行车是日常生活中最为普及的一种交通工具，为减少交通事故，骑车人应注意：

1 遵守道路交通安全法律法规，服从交警指挥。

2 自行车铃、闸、锁要齐全有效。

3 在规定的非机动车道内行驶，不争道抢行，不逆向行驶。超越前车时，不应妨碍被超车的行驶。

4 不扶肩并行、不互相追逐打闹、不左右绕骑。

5 骑车时集中精力，随时保持警觉，小心危险路面及障碍物。

6 不双手离把或手中拿其他物品，不骑车带人，携带物品不超宽超长不携带影响行驶的重物。

7 转弯前减速慢行，向后观望，伸手示意，不猛拐，并注意让机动车先行。

8 掌握不同天气的骑车特点，顺风不骑快车，不撒把骑车；逆风不低头猛踏，注意观察前方情况；雾天控制车速；冰雪天把稳车把，遇情况不要猛刹闸；雨天慢行，不要让雨具遮挡视线。

9 将车辆停放在存车处或指定地点，顺序码放，锁好车辆，不妨碍交通。