

事物是发展变化的，可以从过去的各种危险中总结经验来保护今天的我们，当然，我们也可以根据今天事物发展变化的方向对未来将要产生的危险有预见性地防护。



科技发展五十年

KE JI FA ZHAN WU SHI NIAN



安全教育新起点

AN QUAN JIAO YU XIN QI DIAN

赵海春/主编



安徽美术出版社
全国百佳图书出版单位

内 容 简 介

随着社会的不断进步，危险的性质和发生方式也会有所不同。曾经没有接触过的事物层出不穷，以前没有的危险也随之而出现。这便给青少年自救安全提出了新的要求。青少年只有能够认知这些新生事物以及新发现的事物带来的危险，了解这些新生事物以及新发现的事物的结构原理，才能够更好地保护自己。

事物是发展变化的，可以从过去的各种危险中总结经验来保护今天的我们，当然，我们也可以根据今天事物发展变化的方向对未来将要产生的危险有预见性地防护。这便是本书出版的着力点，希望能够通过本书对各种自救安全知识和经验的介绍，结合未来社会发展的需要，为广大青少年朋友的安全提供更多的保障，为安全教育做一点事情。

科技发展五十年

安全教育新起点

主 编：赵海春

安徽美韵出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目(CIP)数据

安全教育新起点 / 赵海春主编. — 合肥: 安徽美术出版社, 2013.1

(科技发展五十年)

ISBN 978-7-5398-4157-1

I. ①安… II. ①赵… III. ①安全教育 - 青年读物②安全教育 - 少年读物 IV. ①X925-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 019639 号

科技发展五十年

安全教育新起点

Anquan Jiaoyu Xinqidian

主 编: 赵海春

出 版 人: 武忠平 责任编辑: 张李松 陈 远
选题策划: 圣泽文化 责任印制: 李建森 徐海燕
版式设计: 刘 晗 责任校对: 司开江 陈芳芳
出版发行: 时代出版传媒股份有限公司

安徽美术出版社 (<http://www.ahmscbs.com>)

社 址: 合肥市政务文化新区翡翠路 1118 号出版
传媒广场 14 层 邮编: 230071

营 销 部: 0551-63533604 (省内) 0551-63533607 (省外)

印 刷: 永清县晔盛亚胶印有限公司

开 本: 690mm × 945mm 1/16 印 张: 12

版 次: 2013 年 4 月第 1 版

2013 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5398-4157-1

定 价: 23.80 元

如发现印装质量问题, 请与我社营销部联系调换。

版权所有·侵权必究

本社法律顾问: 安徽承义律师事务所 孙卫东律师

■ 前言 ■

随着社会的不断发展和进步，危险的性质和方式也会有所不同。随着没有接触过的新生事物的层出不穷，人们从来没有面对过的危险也随之出现，这就给青少年自救安全提出了新的要求。

安全问题时刻与我们相伴，我们很难预知其发生的时间、地点以及具体情况，但是我们可以平时就多了解一下安全知识，这样在危险发生之时我们也就能够从容应对，将损失降到最低。

只有青少年能够认知这些新生事物以及新发现的事物带来的危险，了解这些新生事物以及新发现的事物的结构原理，才能够更好地保护自己，帮助他人。

一切事物都是发展变化的，原来的我们可以从过去的各种危险中总结经验来保护自己，今天的我们自然也可以根据今天事物发展变化的方向对将要产生的危险有预见性地防护。这便是本书出版刊行的着力点，希望能够通过本书对各种自救安全知识和经验的介绍，结合社会发展的需要，为广大青少年朋友的安全提供更多的保障，为安全教育做一些事情。

随着时间的推移，我们所面临的环境也发生着改变，但是“居安思危”的意识我们应该一直保持。在危险还没到来之前，我们就应该掌握一些应急措施，只有这样我们才会临危不惧，能够在危急时刻保护好自己的人身安全，也能够帮助他人。



目 录

第一章 旅游安全自救	001
第一节 登山旅游安全必备常识	002
登山旅游常识	002
登山旅途中的自我急救	005
第二节 海边度假安全常识	008
水中意外情况自救	008
皮肤晒伤后的应对策略	014
海边游玩常见伤病	016
第三节 郊游野营安全知识	019
山体塌方速逃生	019
“暴寒”现象先防备	020
常用的求救信号	021
第二章 水、电、煤气安全使用常识	023



第一节 饮水安全	024
喝水的几大误区	024
喝水不当会“中毒”	026
喝水的原则	026
喝水的四个最佳时间	027
第二节 安全用电	028
安全用电常识	028
触电的应急处理	032
第三节 煤气安全使用常识	036
煤气生产的注意事项	036
注意燃气燃具的使用安全	037
使用燃气灶所要注意的事项	038
看火识问题	040
正确处理煤气泄漏的方法	041
家里燃气泄漏的应对方案	043
户外管道设施燃气泄漏的处理办法	044
煤气中毒的表现	045
预防煤气中毒	046
煤气中毒处理上的误区	047
青少年煤气安全自救	049



第三章 火灾、地震、泥石流救助常识	051
第一节 火灾安全救助常识	052
报警电话有学问	052
高层建筑火灾的逃生方法	053
棚户区火灾的逃生方法	055
火灾逃生“三要”	056
灯具的防火措施	058
烧伤与自救	059
灭火的基本方法	061
家庭灭火的好帮手——食盐	062
第二节 火山喷发安全救助常识	063
火山引发的危害	063
火山喷发后如何逃生	065
火山喷发后居民要注意的生活问题	065
灾后要注意的心理问题	066
灾后注意饮食	067
第三节 水灾安全救助常识	068
洪水灾害的防治	068
水灾的防治措施	069



躲避水灾时的注意事项	070
水灾自救逃生术	071
突遇山洪进行自救的注意事项	072
第四节 地震安全救助常识	074
家中避震方法	074
学校避震方法	075
街上行人避震方法	076
商店、书店、地铁等处避震方法	076
影剧院、体育馆等处避震方法	076
电梯避震方法	077
户外避震方法	077
第五节 泥石流安全救助常识	078
减轻崩塌、滑坡、泥石流的措施	078
泥石流发生时的应急措施	079
第四章 意外伤害应急处理常识	081
第一节 动物咬伤及其他创伤救助常识	082
被犬咬伤的救助常识	082
蚊虫咬伤的处理方法	083
被蜂蛰伤的救助知识	084



木刺刺伤时的急救措施	085
手割伤的应急措施	086
第二节 意外伤害安全常识	088
皮肤化学烧伤后的处理	088
交通事故中的自我保护和自救方法	089
第五章 自然灾害袭来应该如何面对	093
第一节 暴风雨安全救助常识	094
暴雨的危害和防护措施	094
洪涝灾害	094
暴雨期间的防汛工作	095
暴雨天学生及开车人员需熟知的安全知识	097
大风来时如何应对	102
大风遇上雷雨天气	103
室内防雷措施	104
防雷新技术	105
加强青少年暴雨雷电知识教育	105
雷电伤人后如何自救、互救	106
第二节 海啸安全救助常识	109
海啸前动植物的变化	110



先进的预报可以减少海啸的危害	112
海啸发生时的逃生方法	114
海啸自救与互救	118
第三节 沙尘暴、龙卷风安全救助常识	121
沙尘暴预警信号与安全提示	121
沙尘暴天气避险常识	123
沙尘暴天气健康常识	124
沙尘暴天气交通避险常识	125
沙尘暴天气易诱发的疾病	126
沙尘迷眼的正确处理方式	129
龙卷风来临的预兆	130
龙卷风的预防措施	130
野外遭遇龙卷风	131
乘车遭遇龙卷风	131
公共场所遭遇龙卷风	131
第四节 台风安全救助常识	132
当前观察台风的方法	132
民间预测台风的经验	133
台风的破坏力	136
如何判断台风远离	138



台风来临时需注意哪些	139
外出时需注意哪些事项	141
台风对人体的影响	142
台风过后要防病	144
第五节 雪灾安全救助常识	146
风吹雪及其危害	147
暴风雪及其危害	148
暴雪的危害	149
暴雪预警信号	150
雪灾预警信号	152
暴雪灾害应急要点	155
科学应对突然袭来暴风雪	156
降低雪灾损失的方法	156
雪灾发生时要预防发生雪盲症	157
雪灾过后出行时要保护好自己	158
雪灾时如何防治骨折	159
雪灾时要科学预防冻伤	161
雪灾时慎防冻伤耳朵	162
雪灾时要预防脸部冻伤	163
局部冻伤的分度	163
冻伤治疗方法	164



第六章 假期、户外活动安全必备知识…………… 167

第一节 假期安全常识…………… 168

上网安全小常识…………… 169

科学饮食常识…………… 170

预防诈骗小常识…………… 172

沉湎网络有害无益…………… 172

第二节 户外活动安全知识…………… 175

学生课间容易发生的伤害事故…………… 175

体育课上的安全问题…………… 178

第一章

旅游安全
自救





第一节 登山旅游安全必备常识

山是大自然的宠儿，是地球母亲的骄子，人类和高山之间也有着浓厚的感情。高山上的冰川是地球江河之源，山中的宝藏是人类生存的物质财富，高山豁达的胸怀、高峻雄伟的气魄一直启迪着人类，催人奋进。

自古以来，我国就有一个习俗，那就是重九登高。这不但有利于我们的身体健康，而且能够陶冶人的情操，锻炼人们克服苦难的毅力。到了今天，这种文化一直被人们传承，而登山也成了人们比较钟爱的健身活动之一。

登山是一项有益于身体健康的活动，特别是对于常年生活在城市里的人，有非常大的好处。它可以改善体内血液循环和消化器官的功能。并且，登山对于人体能量的消耗非常大，对减肥很有帮助。

登山是需要勇气的，娱乐的同时还隐藏着危险。它不仅能够全面锻炼人的体格，培养人的机智、勇敢、毅力、吃苦耐劳和集体主义精神，还可以让人扩大眼界，增长知识，让生活变得更加精彩。征服一座高峰是一个登山者的愿望，也是一种自我挑战，它给予人们很多精神财富。

登山旅游常识

1. 在登山过程中，首先要考虑的就是安全问题。有很多登山爱好者经验不足，不熟悉路线，所以千万不可单独行动，一定要听从导游



的指挥和安排。

2. 在出发之前，要详细了解旅游线路，充分了解交通状况，切不可盲目行动。进入山区以后一定要注意塌方落石和路肩塌陷，自行开车进山旅游要事先做好车辆的保养，并且留意旅途沿线的加油站、修理厂、医院等位置。

3. 由于山上所卖的物品比较贵，所以在登山之前，一定要准备一些点心和饮料，还要注意气象预报，适当增减衣物。山上的气候多变，在登山时，最好携带雨具，以免被雨淋湿。另外，最好不要用雨伞，而是用雨披，山上的风很大，用雨伞遮雨，容易被大风连人带伞兜跑，还容易遭受雷击。雪天在山上行走时要小心滑倒。

4. 在登山之前，要对自己身体状况进行了解，如果有高山反应或者身体不适的情况，尽量不要登山，不要逞一时之能而对自己的身体造成伤害。

5. 在登山的过程中，要小心走路，千万不可东张西望、互相打闹，要做到观景不走路、走路不观景。照相的时候还要特别注意安全，要选择可以保证安全的地点和角度，如果岩石有风化迹象，千万不可靠近。

6. 山上的气候要比山下低很多，山上房间里比较阴冷潮

