

“留守孩子” 安全成长常识

林葳◎编著



本书通过一个个鲜活的实例，告诉孩子如何远离事故隐患；提高在遇到危险时如何逃生自救的能力。给他们营造一个安全的生活、学习环境，让他们能够健康、幸福地成长。

内蒙古出版集团
内蒙古文化出版社

“留守孩子” 安全成长常识

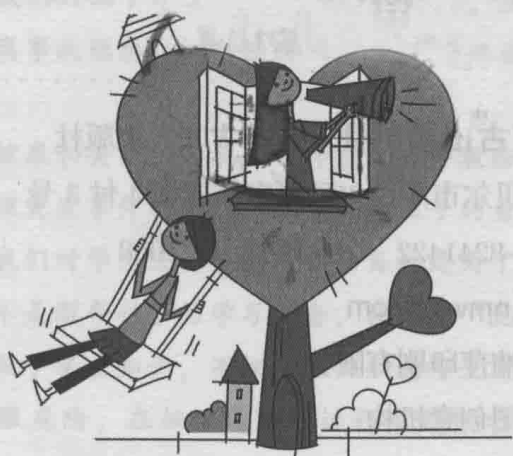


1. The first step is to identify the problem. In this case, the problem is that the company is not meeting its sales targets.

100

“留守孩子” 安全成长常识

林葳◎编著



图书在版编目 (CIP) 数据

“留守孩子”安全成长常识/林葳编著. —呼伦贝尔: 内蒙古文化出版社,
2010.9

(进城务工父母送给孩子最好的礼物)

ISBN 978 - 7 - 80675 - 836 - 6

I. ①留… II. ①林… III. ①安全教育—青少年读物 IV. ①X956-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 169894 号

“留守孩子”安全成长常识

林葳 编著

出版发行: 内蒙古出版集团 内蒙古文化出版社

社 址: 呼伦贝尔市海拉尔区河东新春街 4 付 3 号

直销热线: 0470-8241422 邮编: 021008

网 址: www.nmwhs.com

印刷装订: 北京楠萍印刷有限公司

封面设计: 柏拉图创意机构

责任编辑: 马国林

开 本: 787 × 1092 1/16

印 张: 14 字数: 200 千字

印 次: 2010 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 80675 - 836 - 6

定 价: 22.00 元

版权所有 翻印必究

前言

近年来，地震、洪水、泥石流等自然灾害频发，交通事故居高不下，校园暴力时有发生，火灾、溺水、触电等安全隐患时刻威胁着孩子，加强孩子的安全教育刻不容缓。

自我保护能力是孩子们快乐健康成长的必备能力。只有学会自我保护，远离危险，我们的孩子才能拥有幸福，享受美好的生活。父母还要告诉孩子如何远离事故隐患；如何提防人身侵害；如何在遭遇天灾人祸时自救逃生……

为了孩子的健康和安全，家长和教师应该及早教给他们一些必要的安全常识以及处理突发事件的方法，注意培养孩子的自我保护能力及良好的应急心态。我们对学生进行安全教育的目的是为了让他们得到更多的发展机会，而不是剥夺孩子的学习机会，让他们“无所作为”。因此，我们不仅要教给孩子安全知识，不仅让他们知道哪里有危险，更应该让他们知道如何征服危险，在征服危险的过程中怎样才能有效地保护自己。这才是真正的“安全教育”，这才能使孩子的安全真真正正有保障，懂得远离危险并能够冷静处理问题的孩子，能够克服更多的困难，成就更大的事业。

本书是中小學生安全常識枕邊書，從居家安全、社會安全、自然災害及戶外活動與野外生存四個大的方面，深入淺出地介紹了中小學生們最想知道的、不知道的或必須知道的安全知識。對每一個安全問題，不

仅有知识讲解，还有案例分析，并提出了相应的安全解决措施。全书内容丰富，叙述通俗简洁，且切中了中小學生发展的需求点，具有很强的可读性，是一本不可多得集素质教育与安生生存教育于一体的好读本。

目 录

第一部分 / 居家篇

第一节 外创伤

1. 防摔伤跌伤 (2)
2. 软组织损伤 (5)
3. 防治脱臼 (6)
4. 防锐器切刺伤 (8)
5. 防刺伤、抓伤 (10)
6. 防烫伤 (12)

第二节 易伤身体部位

1. 脑外损伤 (15)
2. 眼部外伤 (17)
3. 牙齿断裂或脱落 (19)
4. 耳外伤 (20)
5. 鼻腔、喉腔进入异物 (22)

第三节 中毒

1. 注意食物中毒 (25)
2. 农药、老鼠药中毒 (28)
3. 铅中毒 (31)
4. 煤气中毒 (33)

第四节 家居危险物品与设施

1. 乘坐电梯 (37)
2. 卫生间物品、设施危机 (39)
3. 使用家用电器和安全用电 (42)
4. 小玩具也会有危险 (46)
5. 小心宠物伤害 (48)
6. 防陌生人上门行骗抢劫 (51)

第五节 可自防的疾病

1. 如何预防冻伤 (55)
2. 如何预防中暑 (58)
3. 防腹泻 (61)
4. 防治鼻出血 (63)

第六节 家庭防火与应对意外失火

1. 家庭防火与火灾 (66)
2. 居家火灾如何逃生 (69)
3. 油锅着火,不要惊慌 (72)

第二部分 / 社会篇

第一节 社交与公共场所安全

1. 群体游戏安全 (76)
2. 防止走失 (78)
3. 公共场合火灾 (81)
4. 防大规模踩踏事件 (84)
5. 网吧和上网安全 (87)
6. 远离易爆物 (91)
7. 远离毒品 (93)
8. 不要学抽烟喝酒 (95)
9. 拒绝黄色信息 (98)

第二节 交通安全

1. 过马路 (102)

2. 过铁路	(105)
3. 骑自行车安全	(107)
4. 乘坐公交车安全	(109)
5. 乘坐火车安全	(111)
6. 防晕车、晕船	(113)
7. 防公共汽车起火	(116)

第三节 提防社会恐怖行为

1. 防人绑架	(118)
2. 防人勒索	(121)
3. 防人抢劫	(123)
4. 黑社会团体侵害	(125)

第四节 可自防的人身侵害

1. 防被人诱拐	(128)
2. 防性侵犯	(131)
3. 防学校暴力	(134)

第五节 预防流行病、传染病

1. 防流感	(138)
2. 谨防水痘	(140)

3. 防病毒性肝炎	(143)
4. 防病毒性脑炎	(146)

第三部分 / 自然篇

第一节 不可抗击的天灾

1. 防雷电袭击	(150)
2. 防风暴	(154)
3. 防沙尘暴	(156)
4. 地震逃生	(159)
5. 地震被埋的自救	(161)
6. 预防海啸	(164)
7. 预防洪水	(167)
8. 防泥石流、山体坍塌	(170)

第二节 可自防性灾害

1. 防雪崩	(173)
2. 防冰雹袭击	(175)
3. 防冻伤	(177)
4. 防晒伤	(180)

第四部分 / 户外活动与野外生存篇

第一节 户外活动安全

1. 燃放烟花爆竹安全 (184)
2. 防意外溺水 (186)
3. 远离流浪狗 (190)
4. 捅马蜂窝 (192)
5. 警惕爬树危险 (195)
6. 防工地“陷阱” (197)

第二节 野外生存自救

1. 野外迷路 (201)
2. 野外如何宿营 (203)
3. 如何渡河 (207)
4. 防蚊虫等寄生昆虫的叮咬 (209)
5. 野外找不到水源怎么办 (211)
6. 遭遇野兽怎么办 (214)
7. 遭遇森林火灾怎么办 (217)
8. 陷入沼泽、流沙、泥潭怎么办 (219)
9. 如何发出求救信号 (222)

第一部分

◎ 居家篇

第一节 外 创 伤

1. 防摔伤跌伤

摔伤是导致死亡的第六大原因，也是非致命伤的主要原因。每年大约有 150 个 14 岁以下的孩子死于摔伤。其中，死亡率最高的是 2 岁左右的幼儿。每年有 300 万儿童由于摔伤到医院急诊室接受治疗。但是，接受治疗的孩子只占摔伤人数的 10%。其余的虽然摔伤了，但是并没有去医治。

案例：

2007 年河北邢台某村，3 岁的小女孩惠惠一边走一边喝着饮料下楼。一不留神，小家伙一脚踩空，从又高又陡的楼梯上滚落下来，手中的饮料瓶被摔碎，那些玻璃碎片像一把把锋利的小刀，割破了惠惠的肩部、脸部，顿时血流如注。虽然到医院缝合处理后很快痊愈，但惠惠脸上还是留下了疤痕。

儿童能发生摔伤的地方多得不胜枚举，只要我们能够想象到的地方都可能发生。比如：床上、换衣台上、楼梯上、窗户上、门口台阶上、树上、自行车上、娱乐设施上、冰上，等等。初学走路的幼儿最容易从窗户上和楼梯上摔下来；稍大一点儿的孩子则容易从房顶上、运动器材上或者娱乐设施上摔下来。在家里发生的摔伤大多数发生在 4 岁以下的幼儿身上。在家里最容易摔伤的时间是吃饭前后，其中 40% 发生在下午

4点至8点之间。

家长如何做

预防：

(1) 防学步儿童从楼梯上摔下来。应该在楼梯顶部和底部（包括门口的台阶处）安装防护门，直至孩子能够稳当地上下楼梯的时候再将其拆除。

为了避免孩子在冬季摔伤，要用食盐或者沙子撒在有冰的过道上，使上面的冰雪融化。

(2) 防从窗户上掉下来。在春季和夏季，经常发生孩子从窗户上摔下来的事故。最常见的是从二层和三层的窗户上摔下来，也有从三层以上的窗户上掉下来的严重情况。预防建议如下：

① 把靠近窗户的所有家具和床移开。

② 把所有不用的窗户锁上。

③ 如果开窗，缝隙不要超过4英寸。

④ 如果开窗，最好开上边的窗扇。

⑤ 安装窗户护栏。窗户护栏由金属制成，栏杆之间最大间隙为10厘米，能承受80千克的压力。所有窗户的内侧都应安装护栏，但是每一个房间至少要有有一个窗户上的护栏是活动的或者可以移开的，以防有紧急情况或者着火的时候方便使用。可移动的护栏必须不用钥匙和其他工具就能打开。儿童安全窗户护栏是近年才生产的产品，不要和为了防止小偷而设计的防盗护栏相混淆。

(3) 不使用婴儿学步车。婴儿学步车曾一度被认为是一件必要的用具，现在却被看作是一种存在着潜在危险的东西。6~12个月的婴儿在婴儿学步车中发生的事故，每年估计达23000件。其中，大约有80%的孩子受伤都是在学步车上从楼梯上跌落下来造成的。所以，有楼梯的家里不宜使用学步车。比较反对使用学步车，因为它对孩子学走路并没有多

少帮助。现在，人们越来越喜欢使用固定学步车。尽管它不能随意移动，但是却能使孩子感受到独立活动的乐趣，并且没有跌倒的危险。但是，必须确认学步车的弹簧不露在外面，以防挤压孩子的手指。

救治护理：

当孩子摔伤或跌伤时，大多伤及表皮，有淤肿形成，可把冰块装入小塑胶袋用毛巾包好，冷敷局部以起到止血止疼的作用。

表皮被擦破时，可用干净湿布擦净伤口及周围，然后涂上红药水，数日后痂自行脱落。

孩子伤口发痒是正常的，若孩子说伤口疼痛难忍，同时伤口确有红肿则表示有感染的可能，应去医院治疗处理；如果孩子是从高处跌下后受伤的，千万不可掉以轻心。

有下列情况之一者要马上送医院治疗，不可耽误：

① 观察四肢有否骨折、脱臼。

② 若伤及头部应观察头部有无血肿，特别是应注意颅脑损伤出血。有的孩子当时不明显，颅内出血往往不是大量出血，症状不明，过20~30分钟则出现无精神、倦怠、呕吐及抽风等严重症状。偶尔因未及时发现，抢救延误而出现危险。如单纯的头皮血肿时应及时冷敷，不能按摩。

③ 伤及胸腹、背部位时应看看有无腹部胀疼、口渴及小便是否带血等。尤其应注意由于伤及脾脏造成大量内出血的严重情况。

④ 如果弄不清孩子跌伤什么部位时，也应观察孩子有无上述各种情况以及孩子的精神状况。

此外，跌伤后还应注意：不论跌伤的情况如何，都不能给小孩吃止痛药、镇静药或外敷什么止血药等，特别是不应马上哄孩子入睡。因为这些做法都能掩盖病情，使病情加重。另外在送医院的路上应尽量让孩子保持一定的姿势，如骨折后可将患肢相对固定，这样可以控制病情的发展并减轻疼痛。

2. 软组织损伤

软组织包括的范围很广，肌肉、肌腱、韧带、神经、血管等都是软组织。外伤时，软组织损伤可能与骨折或关节脱位同时发生，也可能是单独发生。这时肌肉、肌腱、血管、神经等组织会出现完全或不完全的断裂，使组织内部出血肿胀，并使其功能受到不同程度的影响。

孩子软组织创伤很常见。比如，孩子参加体育活动或游戏时，头或四肢碰撞硬物引起创伤，孩子乘坐自行车时被链条绞伤足踝部软组织，门窗挤压手指，孩子使用小刀引起割伤等，都属软组织创伤。可分为挫伤和裂伤两种：

挫伤：多发生在四肢和头部。创伤后，皮肤出现青紫肿胀、斑块，但皮肤完好无损，称为挫伤。

裂伤：指软组织间断裂或不完全断裂。小儿裂伤以头部裂伤最为常见，其次见于面部和四肢。

家长如何做

(1) 对于挫伤，伤后不要用手去揉搓、挤压，这样会使内出血渗出得更多，肿胀加重。一般情况下，淤肿不大的小损伤，自行吸收而愈。稍大的淤肿，开始1~2天做冷敷以减少出血和渗出，以后可热敷促进血肿吸收。如果淤肿较大，引起感染，可在局部外敷云南白药、龙角散、白花油等，口服或肌肉注射抗生素和止血药物，以促进吸收和防止感染化脓。自行车轮胎造成的足踝软组织挫伤，一般需要较长时间治疗，才能愈合。

(2) 对于裂伤，由于头、脸部皮肤血管丰富，裂伤后常常出血较凶，父母此时要检查伤口的大小和深浅程度，如果并不严重，先剪去伤处的毛发，用肥皂水或清水冲洗伤口周围，再用医用酒精消毒，然后用生理盐水或凉开水冲洗干净。