

平安
365

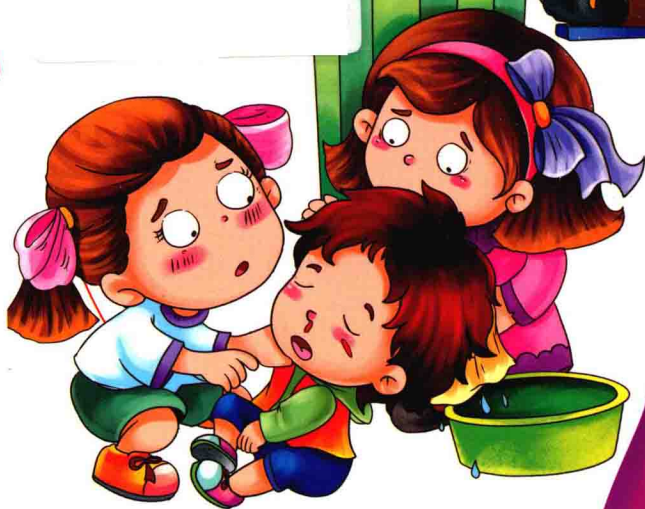
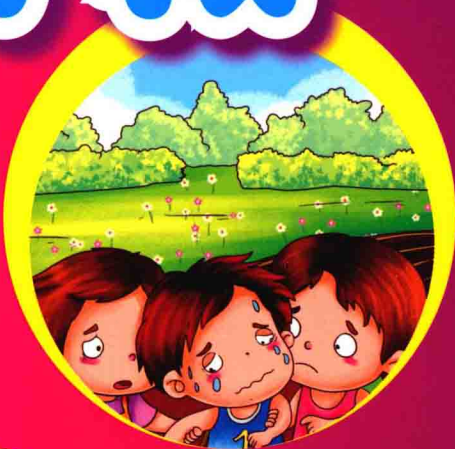


宝宝安全意识培养第一书

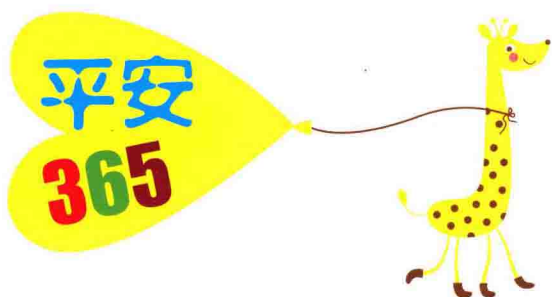
· 学习安全知识 · 掌握避险技能 ·

自护自救

韩 雪 / 编

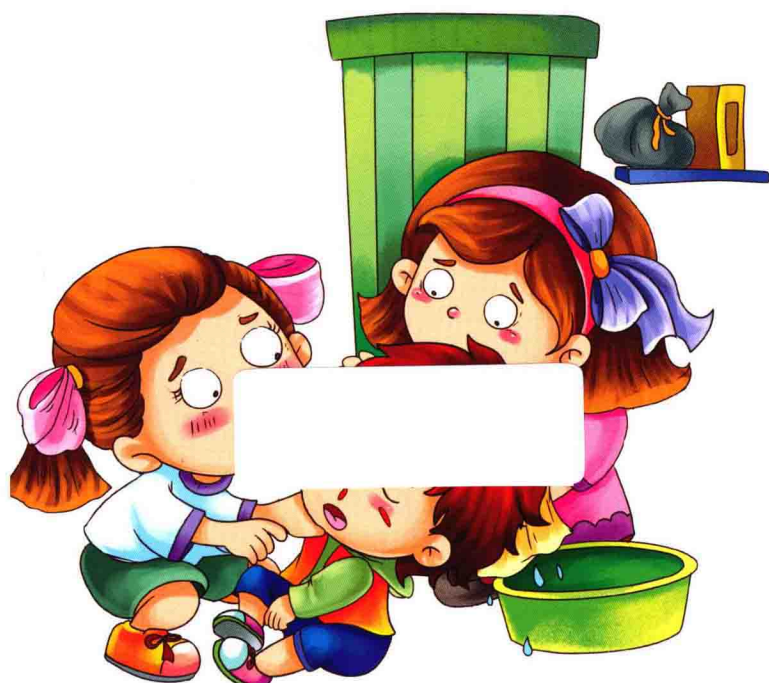


河北出版传媒集团 河北少年儿童出版社



自护自救

韩 雪 / 编



河北出版传媒集团 河北少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

自护自救 / 韩雪编. -- 石家庄 : 河北少年儿童出版社, 2014. 4

(平安 365)

ISBN 978-7-5376-6990-0

I. ①自… II. ①韩… III. ①安全教育—学前教育—教学参考资料 IV. ①G613.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 047846 号



策 划: 温廷华 董素山
编 者: 韩 雪
责任编辑: 翁永良 李 平
美术编辑: 牛亚卓
封面设计: 张美玲

出 版: 河北出版传媒集团 河北少年儿童出版社
(石家庄市中华南大街 172 号 邮政编码 050051)
发 行: 新华书店
印 刷: 北京宝隆世纪印刷有限公司
开 本: 889mm×1194mm 1/16
印 张: 2.5
版 次: 2014 年 7 月第 1 版
印 次: 2014 年 7 月第 1 次印刷
书 号: ISBN 978-7-5376-6990-0
定 价: 12.80 元

版权所有 侵权必究

若发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。
电话: 010-57741232 传真: 010-87653015



着火了，怎么办·····	1
沙子进眼睛了·····	2
突然停电，怎么办·····	3
沙尘暴来了·····	4
撞头了，怎么办·····	5
地震来了，怎么办·····	6
洪水来了·····	7
被困电梯·····	8
触电急救·····	9
翻车了，怎么办·····	10
运动中岔气了·····	11
游泳时腿抽筋·····	12
地铁故障莫惊慌·····	13
被蛇咬了，怎么办·····	14
水管漏水，怎么办·····	15
肌肉拉伤，怎么办·····	16
陌生人在窗外张望·····	17
磕破膝盖，怎么办·····	18



手被老鼠夹夹到·····	19
乘船要穿救生衣·····	20
掉进冰窟窿了·····	21
小虫钻进耳朵·····	22
饭粒呛到气管里·····	23
脚踝扭伤，怎么办·····	24
家人突发疾病·····	25
手臂被烫伤了·····	26
耳朵进水了·····	27
怎样止住鼻血·····	28
牙齿磕掉了·····	29
球击中眼睛·····	30
掉进坑里，怎么办·····	31
手指被割破，怎么办·····	32
食物中毒有办法·····	33
胳膊脱臼，怎么办·····	34
被大哥哥欺负·····	35
发高烧，怎么办·····	36

着火了，怎么办

幼儿园里着火了，浓烟滚滚。乐乐一点儿也不慌张，他乖乖地听从老师的指挥，用湿毛巾捂着嘴巴和鼻子，和小朋友排队向外走。



安全广播站

发生火灾时，小朋友们不要惊慌地乱跑；一定要用湿毛巾捂住嘴和鼻子，防止吸入烟雾和有毒气体而窒息；要在老师的带领下，迅速找到安全出口逃生。

沙子进眼睛了

倩倩在沙坑里玩沙子，正玩得高兴时，不小心沙子进到眼睛里了。倩倩急得直哭，妈妈赶紧端来一盆清水给她冲洗眼睛。



安全广播站



如果沙子进眼睛里了，小朋友不要着急，更不要用力揉眼睛，要赶紧让爸爸妈妈找来清水冲洗眼睛。

突然停电，怎么办

晚上洋洋一个人在家，突然停电了，屋里黑漆漆的。洋洋很害怕，便往屋外跑去，可惜看不见路，一不小心被笤帚绊倒了。



晚上家里停电时，小朋友尽量不要外出。不要害怕，也别乱跑，以免看不见周围的事物而绊倒，摔伤身体。小心摸索着找到电话打给爸妈，然后老实地坐在沙发上等着他们回家。

沙尘暴来了

狂风大作，漫天沙尘，沙尘暴来了！欢欢心里好害怕，她赶紧躲回家，并快速关好门和窗。



安全广播站



遭遇沙尘暴时，小朋友要用衣服蒙住头，以防吸入沙尘。另外，要尽快躲到安全的室内，关紧门窗。

撞头了，怎么办

欣欣在屋子里玩，他淘气地钻到桌子底下。“咚”的一声，欣欣的头猛地撞到桌角上，顿时起了一个大包。可是爸爸妈妈不在家，欣欣该怎么办呢？



安全广播站

小朋友们如果被桌角碰撞到头，起包了，切忌用力揉搓，而要及时用冰块冷敷。若还不能消肿，应及时到医院检查治疗。

地震来了，怎么办

突然发生了地震，房子摇摇晃晃，此时的大力已经来不及跑出去了，机灵的他赶紧躲进了厕所，同时用毛巾捂住了口鼻。小朋友，你认为大力的做法对吗？



安全广播站



地震时，小朋友首先要看是否能逃到室外，如不能，可以就近躲到厕所或承重墙边蹲下，最好用毛巾捂住口鼻，防止吸入灰尘，冷静等待救援。

洪水来了

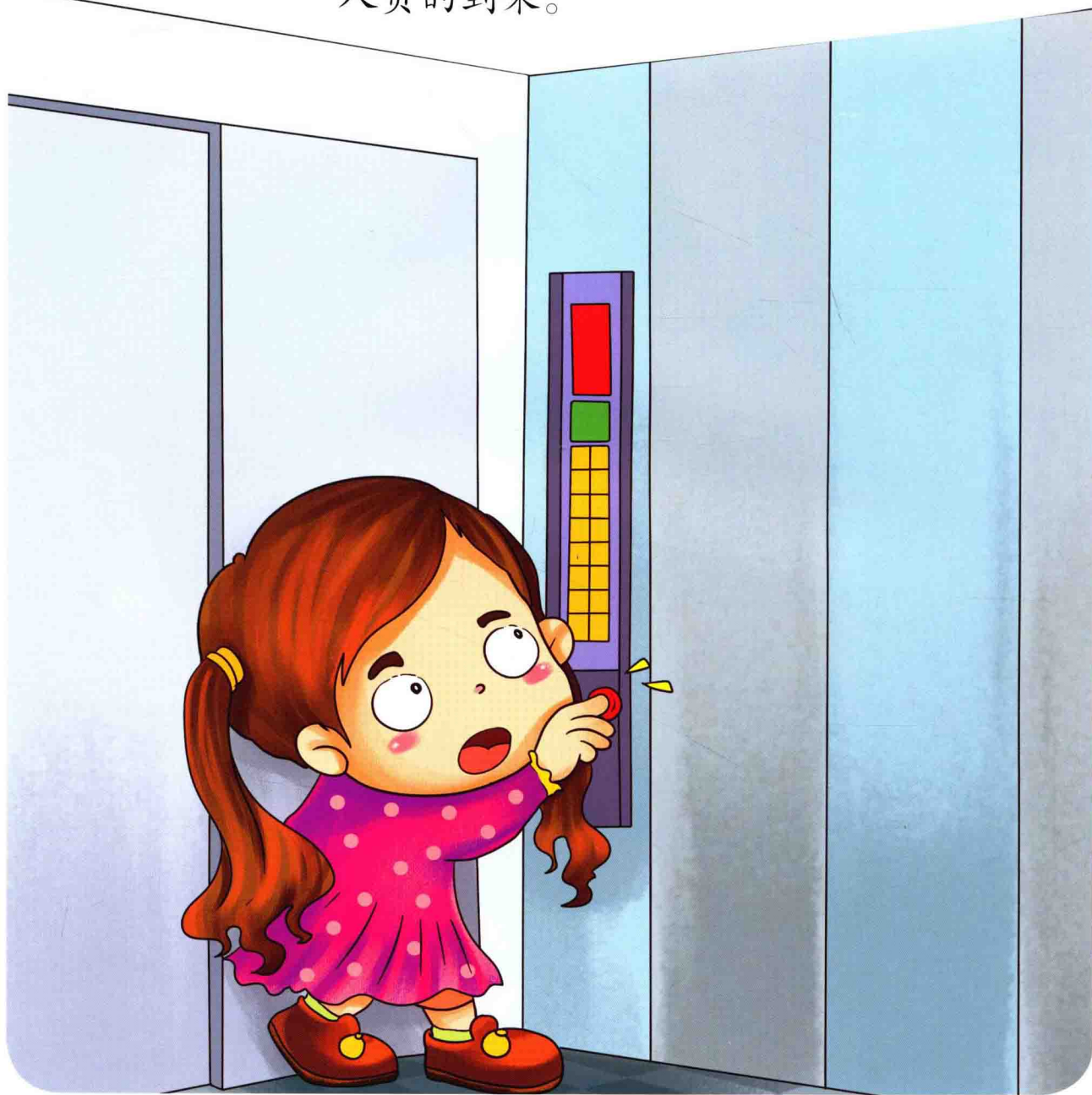
下暴雨引发洪水，娇娇害怕极了，眼看洪水就要追过来了，她赶紧朝附近的一栋高楼跑去。



遇到洪水，小朋友别慌张，要跟在爸爸妈妈身旁别乱跑，并尽快找到附近最高的地方躲避洪水，等待救援。

被困电梯

佳佳正在乘电梯回家，电梯突然不动了，聪明的佳佳马上按动了红色按钮，然后稳稳地握住扶手，安静地等待救援人员的到来。



安全广播站



如果被困在电梯里，小朋友不要拍打或强行扒开电梯门，赶快按下红色的报警按钮，然后握住电梯扶手或者蹲在电梯内一个侧角位置，双手抱头，这样比较安全。

触电急救

三个小伙伴一块儿在家玩耍，淘气的瑶瑶不小心触电了，勤勤赶紧用干燥的木棍从瑶瑶身上挑开电线，悦悦立即拨打了120急救电话求救。



安全广播站

如果有小朋友触电，其他小伙伴千万不要直接用手或金属之类的导电物体去接触那个小朋友，以免自己也触电。可以切断电源，或用干燥的木棍把电线拨开，并拨打120急救电话等待救援。

翻车了，怎么办

晚上鹏鹏和家人结束了野营开车回家，在路上，小轿车不小心翻了，鹏鹏试着从车窗爬出来，并找来了救援的叔叔。

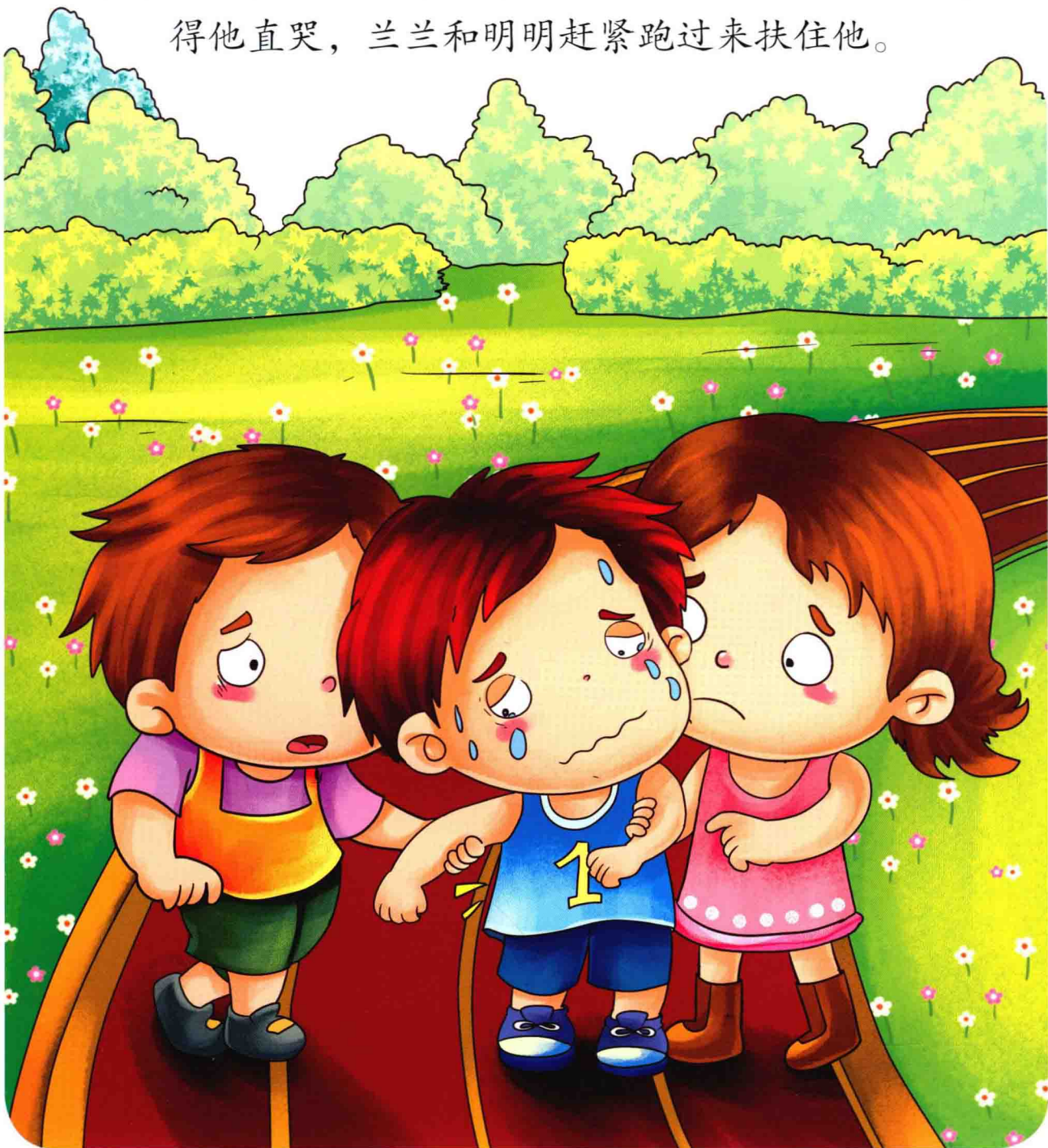


安全广播站

车在翻倒时，小朋友们要迅速把身子蜷成一团，手攀住车上的固定物体。当车停止后，想办法砸碎车窗上的玻璃，尽快离开。受重伤的时候，不要乱动，等待救援人员的到来。

运动中岔气了

体育课上，强强跑得太急太快，结果不小心岔气了，疼得他直哭，兰兰和明明赶紧跑过来扶住他。



安全广播站

如果运动中岔气了，小朋友要立刻站住，深吸一口气憋住，然后用拳头从上到下轻轻地敲打胸部两侧，再呼出气，这样就会好了。

游泳时腿抽筋

一天青青和妈妈去游泳，游了一会儿，青青觉得小腿很疼，甚至小腿都不听使唤了，他赶紧向妈妈呼救。



安全广播站



如果小朋友游泳时感到腿抽筋应立即上岸，上岸后热敷抽筋部位，并轻轻按摩。家长带孩子游泳时，要注意孩子体力情况，当孩子感觉不舒服时，要马上带孩子上岸休息。