



影响孩子一生的安全意识和急救技能培养读本



First-aid



急救 小专家成长记 之 远离危险

何顶秀 黄楷森 著



人民卫生出版社



绘图

彭晓飞 马凌燕 吴芝璇 马 丹

文字编辑

麦 刚	张静梅	袁松林	邓全敏
陶开宇	张 标	徐 平	程 蕾
曹 钰	刘 兴	李 倩	邓晓剑
王 涛	文书银	阳 毅	鄢 涛
谢 莉	江 军		

急救小专家成长记 之远离危险

何顶秀 黄楷森 著

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

急救小专家成长记之远离危险 / 何顶秀, 黄楷森著.
—北京: 人民卫生出版社, 2017
ISBN 978-7-117-25705-3

I. ①急… II. ①何…②黄… III. ①急救—青少年
读物 IV. ①R459.7-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 314286 号

人卫智网	www.ipmph.com	医学教育、学术、考试、健康, 购书智慧智能综合服务平台
人卫官网	www.pmph.com	人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

急救小专家成长记之远离危险

著 者: 何顶秀 黄楷森

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京盛通印刷股份有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 889 × 1194 1/24 印张: 4

字 数: 58 千字

版 次: 2018 年 1 月第 1 版 2018 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-25705-3/R · 25706

定 价: 30.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)

序一

急诊医师的心愿

“急救常识从孩子学起，急救技能从孩子普及”，这套急救常识和技能的中小學生科普書籍从创意到出版不难看出作者的良苦用心。作为一位每天都在跟生死打交道的急诊医师，她知道普及急救知识对公众来说多么需要；同时，作为两位孩子的母亲，她清楚让孩子们从小学习急救技能多么重要。

这套寓教于“救”的“小人书”，把基础的躲灾避险常识和自救互救方法教给孩子们，让他们知道怎样应对危险，保护自身安全。

受邀作序，让我想起多年前看到的两个感人故事：妈妈在家被歹徒刺伤生命危急，几岁的男孩被吓坏了，他拨通“911”呼救电话，妈妈终于得救了；还有一个孩子用学到的心肺复苏术急救猝死倒地的亲人，为抢救生命赢得了宝贵时间。故事里两个孩子的行为证明：早期对孩子进行急救教育是非常必要的。这套书籍图文并茂、浅显易懂，相信急诊医师的心愿会赢得孩子们的喜爱，也会得到家长、学校和社会的支持。

李远建

四川省成都市急救指挥中心主任医师
四川省医师协会急诊医师分会副主任委员
四川省医院管理协会急救中心管理分会副主任委员

2017年9月



序二

让孩子们多一份知识，少一份危险

孩子作为家庭和社会的未来，具有智力发育快、好奇心强、求知欲旺盛的特点。孩子成长阶段，体力智力发育仍不完善，自我保护意识弱，缺乏基本的安全常识。

在这个日新月异的时代，我们所处的自然环境和社会环境都变得越来越复杂。作为父母，不可能让孩子像娇嫩的花朵一样永远生活在自己的庇护之下。因此，我们应当尽早把“安全知识”的保护伞交到孩子手里，让他们为自己遮风挡雨，“多一份知识，少一份危险”。

《急救小专家成长记》分为“远离危险”和“技能训练”两册。该书以一个个情景故事的形式，针对不同年龄阶段孩子的心理特点和理解能力，围绕家庭、校园、户外、游戏等多个主要的生活场景，讲述了经常发生在我们身边的安全故事，让孩子们在快乐阅读的同时，学会重要的安全常识、自救知识和技巧，培养孩子保护自我、远离危险的意识，为他们的健康成长提供有效的呵护。

梁宗安

四川大学华西医院呼吸科主任
中华医学会呼吸病学分会呼吸治疗学组副组长
四川省医师协会呼吸医师专科委员会主任委员

2017年9月



编者的话

120 急救电话应该怎么拨打？

为什么要远离电源插座？

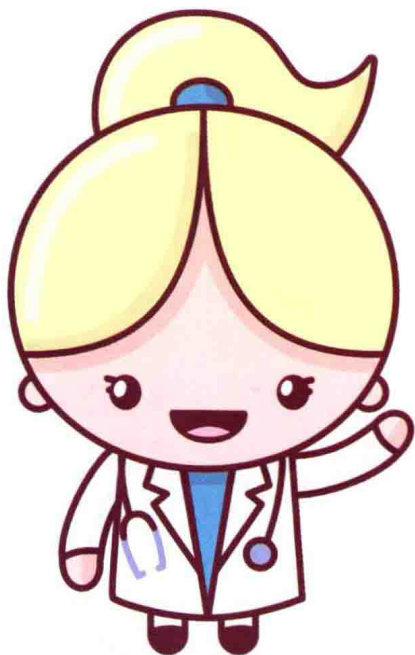
鱼刺卡住喉咙怎么办？

为什么不能带剪刀到学校？

被小狗咬伤后该怎么办？

你会做心肺复苏吗？

烧伤烫伤后该怎么处理？



快来了解关于健康急救的知识，变身急救小专家！

《急救小专家成长记》针对不同年龄阶段的孩子，分为“远离危险”和“技能训练”两册。

《远离危险》册主要针对幼儿园至小学低年级学生，从日常生活入手，将潜藏在孩子生活中的危险展现在情景故事中，由此引出实用贴心的安全提示。

《技能训练》册则针对中学的孩子，侧重于向孩子们展示如何自我保护，传递正确的自救方法和技能。内容涵盖了预防、呼救、居家安全、校园安全和家庭安全等方面的内容，通过插图清晰地展示了急救操作的步骤。

全书插图生动，内容有趣，寓教于乐，实用性强。在传递知识和技能的同时，让父母与孩子们尽享阅读的快乐亲子时光！



第1部分

我要成为一名急救员

1. 急救需要我们吗 2
2. 急救我能行吗 3
3. 正确呼救 4
4. 正确拨打120急救电话 5
5. 最好的急救就是预防 6

目录



第2部分

居家安全

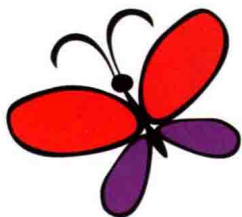
1. 开水明火需谨慎 8
2. 电源、插座要远离 13
3. 工作中的电器不可摸 18
4. 煤气中毒要小心 21
5. 细嚼慢咽防误吸 24
6. 鱼刺剔除防卡住 28
7. 洁厕水剂不能喝 30
8. 家中玩耍防跌落 31
9. 抽水马桶要当心 32
10. 妈妈不在家，不给你开门 33



第3部分

校园安全防护

1. 与同学玩耍要小心 36
2. 铅笔戳伤要避免 41
3. 不带锐器到学校 44
4. 红领巾、围巾不乱扯 47
5. 打架、斗殴要不得 48
6. 危险游戏不可玩 50



第4部分

户外安全防护

1. 提防被狗咬伤 53
2. 蜜蜂、蚂蜂惹不得 56
3. 野外蘑菇采不得 58
4. 夏季高温多休息 59
5. 游泳要有大人陪 61
6. 超市扶梯不好玩 65
7. 旋转门、车门防夹住 69
8. 轮子玩具，安全保护全方位 70
9. 羊肉串、糖葫芦不可边走边吃 71
10. 远离燃烧鞭炮，过个幸福年 72
11. 不把马路当运动场 77
12. 不在停车场逗留 78
13. 不在火车铁轨周边玩耍 80





第1部分

我要成为一名急救员

- ☐ 急救需要我们吗
- ☐ 急救我能行吗
- ☐ 正确呼救
- ☐ 正确拨打120 急救电话
- ☐ 最好的急救就是预防



1. 急救需要我们吗



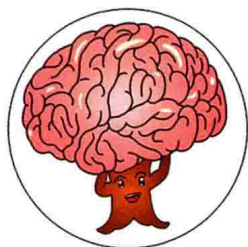
交通事故现场



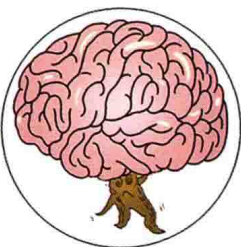
急救车出发



生活中、学习中，意外随时可能发生，救援人员不可能立即出现在你身边，而大脑组织缺氧后发生不可逆死亡的时间只有4 ~ 6分钟，所以需要我们学习急救知识，抓紧时间，采取应急措施。



正常的大脑



缺氧的大脑



急救，与时间赛跑

2. 急救我能行吗

我害怕，我还是离远点！



我太小，力气不够。



我不知道怎么办？



我也能成为急救人员吗？

急救不是专业医护人员的事情吗？

这是很多小朋友的疑惑，但是我们谁也不能预测意外伤害的发生，不同的年龄可以掌握不同的急救技能，只要我们努力学习，就能成为急救小专家，挽救更多的生命。



3. 正确呼救

紧急情况下，要知道向谁求助，首先您必须要知道最重要的急救电话号码。

应根据不同的情况，拨打相对应部门的电话求救。



急救电话是公共资源，请不要随意拨打。



110

公共安全



119

火灾抢险



120

医疗救助



122

交通事故

4. 正确拨打120急救电话

拨打急救电话时，需要告诉接电话的叔叔或阿姨以下信息：



※ 事件发生的详细地址

※ 发生了什么事件

※ 有多少人需要救援

※ 伤者状况描述

要等接线员挂电话后才能挂电话并保持电话畅通。

留在现场陪伴伤者。



拨打120电话



5. 最好的急救就是预防

救援提倡“**三七分**”理论，三分救援，七分自救；三分急救，七分预防。

只要我们的急救小专家们远离危险，就是最好的自救急救喔。





第2部分

居家安全

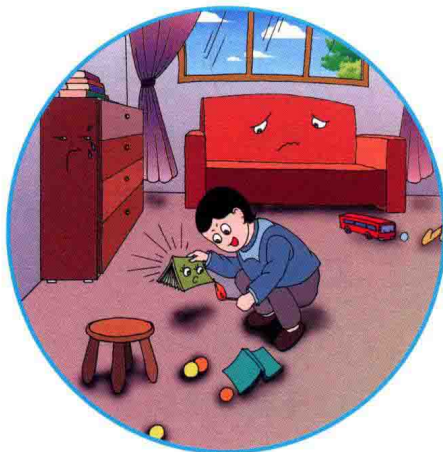
- ☐ 开水明火需谨慎
- ☐ 电源、插座要远离
- ☐ 工作中的电器不可摸
- ☐ 煤气中毒要小心
- ☐ 细嚼慢咽防误吸
- ☐ 鱼刺剔除防卡住
- ☐ 洁厕水剂不能喝
- ☐ 家中玩耍防跌落
- ☐ 抽水马桶要当心
- ☐ 妈妈不在家，不给你开门





1. 开水明火需谨慎（1）

开水、明火都会烧烫伤我们的皮肤。



明火不能碰



开水不能碰