



广东省义务教育专题教育教材



Zhongxuesheng
Gonggonganquan Jiaoyu

中学生 公共安全教育

初中全一册

广东省教育厅教研室 编



广东出版集团

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位

广东教育出版社



本书由政府免费提供*循环使用

广东省义务教育专题教育教材

Zhongxuesheng
Gonggonganquan Jiaoyu

中学生 公共安全教育

初中全一册

广东省教育厅教研室 编



广东出版集团

全国优秀出版社 全国百佳图书出版单位

广东教育出版社

·广州·

责任编辑：吴颖

装帧设计：黎国泰

责任技编：吴伟腾

广东省义务教育专题教育教材

中学生公共安全教育

初中全一册

广东省教育厅教研室 编

*

广东教育出版社出版发行

(广州市环市东路472号12-15楼)

邮政编码：510075

网址：<http://www.gjs.cn>

湛江南华印务有限公司印刷

(湛江市霞山区绿塘路61号)

890毫米×1240毫米 32开本 4.125印张 90 000字

2009年7月第1版 2010年7月第2次印刷

ISBN 978-7-5406-7494-6

定价：3.74元

著作权所有·请勿擅用本书制作各类出版物·违者必究

如有印装质量或内容质量问题，请与我社联系。

联系电话：020-87613102



寄语同学们

亲爱的同学们：

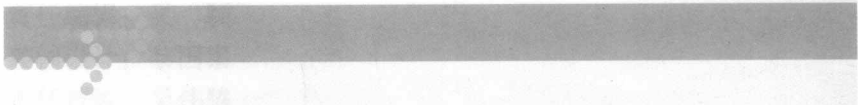
今天，科学进步了，生活改善了，社会在不断发展。然而，无情的天灾人祸仍在。种种自然灾害、突发事件、卫生安全事件、社会安全事件，都会危及我们的生命和健康。

面对各种天灾人祸，该如何防范与应对？本书将告诉同学们预防的常识及应对的措施。

我们的安全不仅仅是个人的事情。因为每个人的生命不仅仅属于我们自己，还属于所有关心我们的人。为了家庭的幸福、为了学校的安宁、为了社会的和谐与稳定，每一位同学都应该积极参与公共安全教育活动，树立安全意识，掌握必要的安全行为的知识和技能，养成在日常生活和突发安全事件中正确应对的习惯。

愿同学们安全、健康、幸福地成长！

广东省教育厅



主 编

吴惟粤

副主编

吕伟泉 谢绍禧

参加编写人员

徐志洪	石晓芸	杨亮亮
李 玉	李柳花	陆雪花
邹 琳	陈雪君	付爱民
苏岚颖	林 华	葛剑鸣



前 言

生命珍贵 安全第一

生命是珍贵的，没有了生命，那么我们就什么都不能拥有了。拥有了生命，才可能拥有前途、拥有成就、拥有爱和幸福。任何事情，只能在拥有生命的前提下才能实现。轻易放弃自己生命的行为，不仅是一种不理智的行为，更是对亲人和社会不负责任的表现。有一位台湾女作家说过这么一句话：“人活着的时候总该好好活着，不为自己，而为那些爱你的人！因为死亡留下来的悲哀不属于自己，而属于那些还活着还深爱着你的人！”我们还没报答父母的养育之恩，绝不能轻易地放弃自己的生命！

珍爱生命、善待自己，对自己、对他人和对社会都是非常重要的。

每个人都有着和别人不一样的个性品质、兴趣爱好、人生观和价值观等，每个人实现自己目标和价值的方式也都不一样，每个人都有着自己的独特闪光之处。

每个生命总是与别的生命密切相连。当一个人随意地挥霍，任意地伤害，甚至任意地毁灭自己的生命时，既伤了父母的苦心，也损害了国家的利益。

不管是谁，生命一旦失去就永远不会再来。人的生命只有一次，而且是短暂的，人生易老，所以无比珍贵。

我们应关注自己的身心健康，积极锻炼，强身壮体。学会调适心情，享受快乐生活。

然而，人生旅途并非总是一帆风顺，在我们的人生旅途中，难免会遭遇各种灾难事故（如交通安全事故，火灾、煤气中毒、溺水、拥挤踩踏、用电安全事故等），各种自然灾害（如台风、洪水、地震、海啸等），各种卫生安全事件（如食品安全事件、传染病等），各种社会安全事件（如盗窃、抢劫、敲诈、打架斗殴、各种骗局等），这些都会危及我们的生命和健康。我们应该如何避免和应对，才可以在困境中求得生存和健康？

具有高度的防范意识是避免受到侵害、保护生命安全的前提。养成良好的心理素质是脱离危险、保护生命安全的基础。熟练地运用求生技能是逃脱危险、保护生命安全的必要手段。学习应对各种灾难事故、自然灾害、卫生安全事件、社会安全事件的求生技能，并在日常生活中不断地演练，才能在危险时刻迅速地采取有效的措施拯救自己的生命，保障自己的安全。

汶川地震发生后，38岁妇女崔昌惠被困在大山一引水洞里，靠着吃蚯蚓、青草，喝自己的尿以及顽强的毅力支撑了9天9夜，216个小时后终于等到救援人员将其救出。当人们救出她时，她的右侧肱骨骨折，腰椎骨折，左踝骨骨折，第5至第9根肋骨骨折，但生命体征还比较稳定。

想一想

崔昌惠的事例
给了我们什么启示？



目录

CONTENTS

前言 生命珍贵 安全第一 → → → **1**

第一课 管住嘴 健康成长有保证 → → → **1**

一、谨防食物中毒 → → → **1**

二、预防传染病 → → → **6**

三、拒绝烟、酒和毒品的诱惑 → → → **10**

第二课 懂常识 事故当前能应对 → → → **16**

一、火灾事故及应对 → → → **16**

二、触电事故及应对 → → → **25**

三、煤气中毒事故及应对 → → → **33**

四、拥挤踩踏事故及应对 → → → **38**

第三课 守规则 社会生活保安全 → → → **45**

一、出行处处守规则 → → → **45**

二、严防盗抢与敲诈 → → → **54**

三、勇敢应对性侵害 → → → **58**

第四课 讲文明 安全度过青春期 → → → 68

一、克服青春期烦恼 → → → 68

二、谨防校园暴力 → → → 74

三、避免运动伤害 → → → 78

第五课 筑防线 信息网络零事故 → → → 86

一、合理用网不沉迷 → → → 87

二、善于辨别网上信息 → → → 90

三、自觉抵制不良诱惑 → → → 93

第六课 知预警 自然灾害懂避险 → → → 98

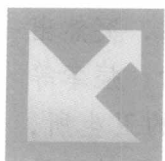
一、台风的避险与应对 → → → 98

二、洪涝的避险与应对 → → → 104

三、雷电的避险与应对 → → → 107

四、冰雪的避险与应对 → → → 110

五、地震的避险与应对 → → → 113



第一课

管住嘴 健康成长有保证

在我们的生活中，突发的公共卫生事故直接威胁着我们的生命健康和人身安全。如突然发生的重大传染病疫情、重大食物中毒事件等，这些公共卫生事故通常与饮食有关，所以，我们要管住嘴，懂识别，能节制，同时掌握科学的应对方法，我们的健康和安

一、谨防食物中毒



典型案例

案例一：

2008年暑假，小苗为了拓宽自己的视野，锻炼自己的独立生存能力，在征得父母同意后，报名参加“东江野外宿营活动”。

在活动中，小苗跟着“大部队”风餐露宿。特别让小苗感兴趣的是在野外炊事活动里，他们可以喝到清澈的野外山泉水，还可以自己烤肉吃。

有一天她吃完午餐后，突然出现腹泻，伴随发烧、恶心、痉挛等症状。于是被送到附近的卫生所，被确诊为细菌性痢疾。幸亏就医及时，病情很快得到控制。事后同学都笑她“娇生惯养”，经不起野外的锻炼。

想一想

小苗出现的病情是因为“娇生惯养”吗？为什么？



案例二：

2008年10月8日，某中学40名学生在饭堂吃完午餐后出现呕吐、头晕等症状，被紧急送往医院治疗。

议一议

出现这一食物中毒事件的原因有哪些？我们怎样才能避免类似的食物中毒事件发生？



经调查，事件发生的原因是该校饭堂不遵守相关规定，到农贸市场购进四季豆供学生食用，而在制作过程中未将四季豆煮熟烧透，导致学生食用后中毒。

人一旦食用或摄入了一定量的含有毒有害物质的食品，

就会出现食物中毒，食物中毒者最常见的症状是剧烈的呕吐、腹泻，同时伴有中上腹部疼痛。

常见的食物中毒大致有：细菌性食物中毒、化学性食物中毒和有毒动植物中毒。

引起饮食中毒的原因主要有：食物在加工过程中没煮熟；厨房卫生管理不善；有些经营者为了牟利

而贪图便宜，采购了一些过期、变质的食物来加工；有些人贪图刺激，故意食用有毒的动植物，如河豚等等。这些都有可能使人中毒，出现恶心、呕吐、腹痛等症状。

小苗得了细菌性痢疾，很可能就是烤肉没烤熟，或者所喝的生水有细菌。某中学40名学生食物中毒，那是因为学校食堂没有遵守相关规定，也没有将四季豆煮熟。这是很深刻的教训，要注意啊！



为了我们的身体健康，我们要特别注意饮食安全。

1. 要养成良好的卫生习惯。饭前便后要洗手，尽量不用手直接抓吃食物，食品在食用前要彻底清洁。

2. 注意食品的卫生新鲜。不食用过期、变质食品，不食用霉变的蔬菜、水果等。尽量不吃剩饭菜，如需食用，应彻

底煮透。

3. 不购买不符合质量安全标准的食用材料。购买食品，要查看商品质量安全标志、配料表、生产厂家、生产日期、保质期等，没有质量安全标志的和过期的食品都不要购买。



4. 谨防食品包装惹祸。有些人习惯随便找张废报纸或从旧杂志上撕几页纸来包裹食品，这是极不卫生的。因为旧书报的油墨上残留有苯、二甲苯等有毒物质及其他衍生物，当积存量达到一定程度时就会引起中毒。另外，旧书报上的细菌也相当多，极易污染食物。包裹时最好用消过毒的专用容器，或用清洁干净的保鲜袋。

5. 饮用符合卫生标准的饮用水。野外的水源，容易受细菌或工业废水的污染。切莫见溪水、泉水清澈透明而饮用，否则容易染病。自来水或者饮水机的桶装水，也会因水源污染、管网污染、二次供水污染等因素而受污染。当发现水中颜色浑浊、有悬浮物、有异味或水温出现明显异常时，就可能是受到了污染，应立即停止饮用，万万不可直接饮用。



6. 不能随便采食野蘑菇。在野外的草丛、树

林中常有野蘑菇。人们往往情不自禁地去采摘，用来烩菜烧汤。但是，误食了有毒蘑菇容易中毒，抢救不及时还可能导致死亡。野蘑菇品种繁多，一般人不易分辨哪些有毒，因此不能随便采食。

7. 不要乱吃、滥用药。药品对人类而言是一把“双刃剑”，使用得当，它可以防治疾病，使用不当也可能危害健康。在使用各种药物时，一定要遵照医嘱，不要私自滥用药。

出现食物中毒时，会有恶心、呕吐、腹痛、腹泻、全身冒汗等症状，我们要及时报告家长或老师，或拨打“120”求救。出现集体食物中毒时要及时向当地卫生行政部门报告，以便尽早采取控制措施，防止事态扩大，及时查明原因并处理肇事单位。



在“120”救护车到来前，可使用催吐法进行急救。用手指或钝物刺激舌根，引起呕吐，直到胃内食物全部呕出为止。呕吐停止之后要马上补充水分，饮淡盐水或稀米汤等，以防止脱水。





小提示

当遇到食物中毒时，应用塑料袋保存好呕吐物，并带到医院或者校医室，这样更有助于医生的诊断。保存吃剩的食物，等待食品卫生监督检验所、防疫站等有关部门进行化验。

二、预防传染病



典型案例

2009年1月23日，湖南籍女子舒某突发高热，同时伴有咳嗽，在当地诊所治疗三天无效，后转入县人民医院。县人民医院因无法确诊患者发病原因，且患者发病前有与患病家禽接触史，怀疑患者感染了高致病性禽流感病毒，于是上报有关部门，并将舒某移送上级医院。经上级医院专家组、医疗组、护



想一想

1. 你听说过禽流感吗？怎样才能避免感染禽流感？

2. 我们身边是否还有其他传染病会危害我们的生命与健康？



理组和消毒隔离组等专家的综合诊治、检测，最终确认舒某患了高致病性禽流感。经过将近三周的治疗，舒某基本康复。



禽流感是禽流行性感冒的简称。可分为高致病性禽流感、低致病性禽流感和无致病性禽流感。由 H5N1 血清型病毒引起的禽流感称高致病性禽流感，发病率和死亡率都很高，危害巨大。

案例中的主人公能够得以康复，关键在于病情发现早、治疗早。可见，在日常生活中我们要特别注意防范身边潜在的卫生安全隐患，尤其是传染病。



传染病的特点是有病原体，有传染性和流行性，感染后常有免疫性。有些传染病还有季节性和地方性。学校是传染病易感人群集中的场所，也是传染病的集散场所。有效地抑制传染病的流行，关键在于切断传染病的传播链：即控制传染源、切断传播途径、提高人体免疫力。

1. 控制传染源。发现传染病人后，要及时进行隔离治疗。要将病人的衣物、用具乃至排泄物进行彻底的消毒。对患病的动物要根据其病情进行宰杀处理或治疗。

2. 切断传播途径。要讲究个人卫生和环境卫生，饭前便后要洗手，不到脏乱和蚊蝇飞舞的地方玩耍。有呼吸道传染病流行时，不到商场、剧场等人多的公共场所去。从外面回到家里，要先洗干净脸和手。

3. 提高人体免疫力。可通过预防接种和加强体育锻炼等提高免疫力，这样，疾病就无孔可入了。



几种传染病的防范

	禽流感	霍乱	非典型肺炎	艾滋病
主要感染途径	接触携带病毒的禽鸟（羽毛、排泄物和分泌物）、人或被病毒污染的饮料和运输工具。	多经水传播，也会通过带菌者的排泄物（尿液、粪便）传播；食物、手和苍蝇等也会传播。	接触病者的分泌物（如喷嚏飞沫）；密切接触者。	性传播，血液传播，母婴传播。