



给孩子的安全生存课

如何在家中 保护自己

万安伦 编著



有安全才有成长

12岁前一定要知道的安全知识

守护自己，不伤害他人

- ★ 教会孩子防中毒、触电、火灾、烫伤、跌落、窒息等
- ★ 注意饮食健康，学会管理情绪



中国妇女出版社

版权所有·侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

给孩子的安全生存课. 如何在家中保护自己 / 万安
伦编著. -- 北京: 中国妇女出版社, 2022.7
ISBN 978-7-5127-2130-2

I. ①给… II. ①万… III. ①安全教育—儿童读物
IV. ①X956-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2022) 第080879号

责任编辑: 赵曼

封面设计: 静颐

插画绘制: 叶汁

责任印制: 李志国

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京市东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

邮 箱: zgfnbcs@womenbooks.cn

法律顾问: 北京市道可特律师事务所

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京通州皇家印刷厂

开 本: 170mm×230mm 1/16

印 张: 8.5

字 数: 100千字

版 次: 2022年7月第1版 2022年7月第1次印刷

定 价: 29.80元

如有印装错误, 请与发行部联系

人物介绍



维维：调皮可爱。

姗姗：维维的好朋友，乖巧、懂事、爱学习。



斌斌：爱冲动，爱打架。

同同：超级爱吃各种美食。



小南：郁郁寡欢，不爱笑。

目录 CONTENTS

第1章

我会打造一个安全的家



- 安全知识点：入住新家要谨防有害气体 / 003
新房里的“隐形杀手”
- 安全知识点：使用燃气时要小心 / 007
厨房里的危险气体
- 安全知识点：不要用湿手触摸、开关电器 / 012
游戏机冒烟了
- 安全知识点：不能玩电插排的插孔 / 018
帮机器人充电

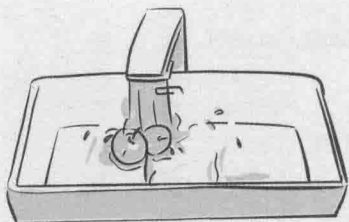
我会独立思考：家中有哪些地方暗藏危险 / 022

第2章

我懂得保护自己的健康

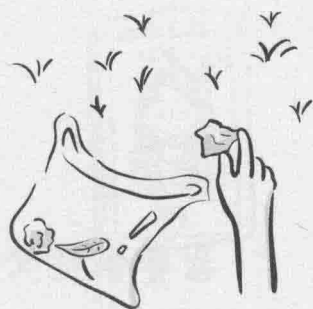


- 安全知识点：水果要洗干净了才能吃 / 021
“零食大王”生病了
 - 安全知识点：不暴饮暴食，不狼吞虎咽 / 032
美味佳肴要节制
 - 安全知识点：不能长时间戴耳机 / 031
都是耳机惹的祸
 - 安全知识点：不能乱吃药 / 040
我想做医生
 - 安全知识点：水银体温计不能拿来玩 / 044
体温计摔碎了
- 我会独立思考：什么是健康的饮食习惯 / 048**



第3章

我不玩危险游戏



- 安全知识点：安全乘坐电梯 / 053
电梯里面不蹦跳
- 安全知识点：油锅起火了怎么办 / 059
炒菜别耍帅
- 安全知识点：清洁剂不能随便混用 / 063
“宇宙无敌清洁剂”
- 安全知识点：玩游戏时不能藏在密闭空间里 / 069
玩捉迷藏别乱躲
- 安全知识点：不能攀爬登高 / 075
柜顶上的饼干好诱人
- 安全知识点：不能随手抛扔东西 / 080
天上掉下个红苹果

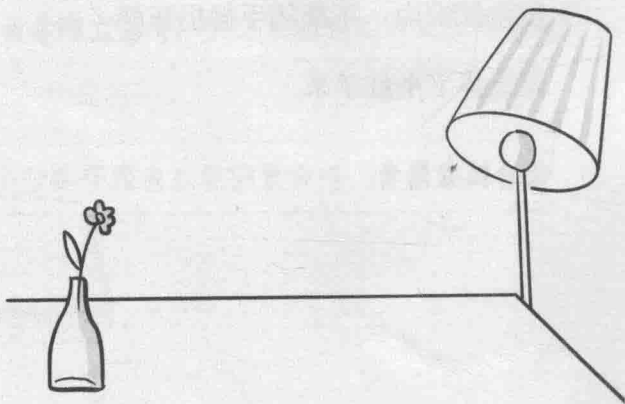
我会独立思考：在家里玩要注意避开哪些危险 / 083

第4章

我要做让父母放心的小主人

- 安全知识点：聚会场所容易发生的危险 / 081
不做“人来疯”
- 安全知识点：在小区里行走和玩耍要小心 / 092
差点儿被撞到
- 安全知识点：接听陌生人的电话要小心 / 096
接到了陌生电话
- 安全知识点：不轻易给陌生人开门 / 100
不放“大灰狼”进门

我会独立思考：有人来了，你知道怎么做吗 / 104





第5章

我要学会用沟通来调节情绪

- 安全知识点：爸爸妈妈外出打工了怎么办 / 109

我好想爸爸妈妈

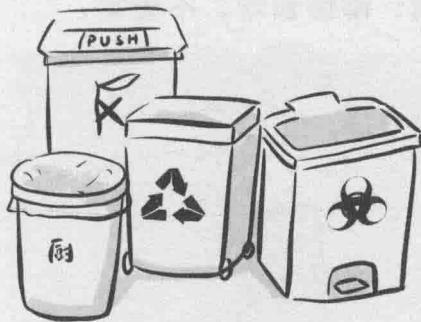
- 安全知识点：经常被家人打怎么办 / 114

爸爸，请别再打我了

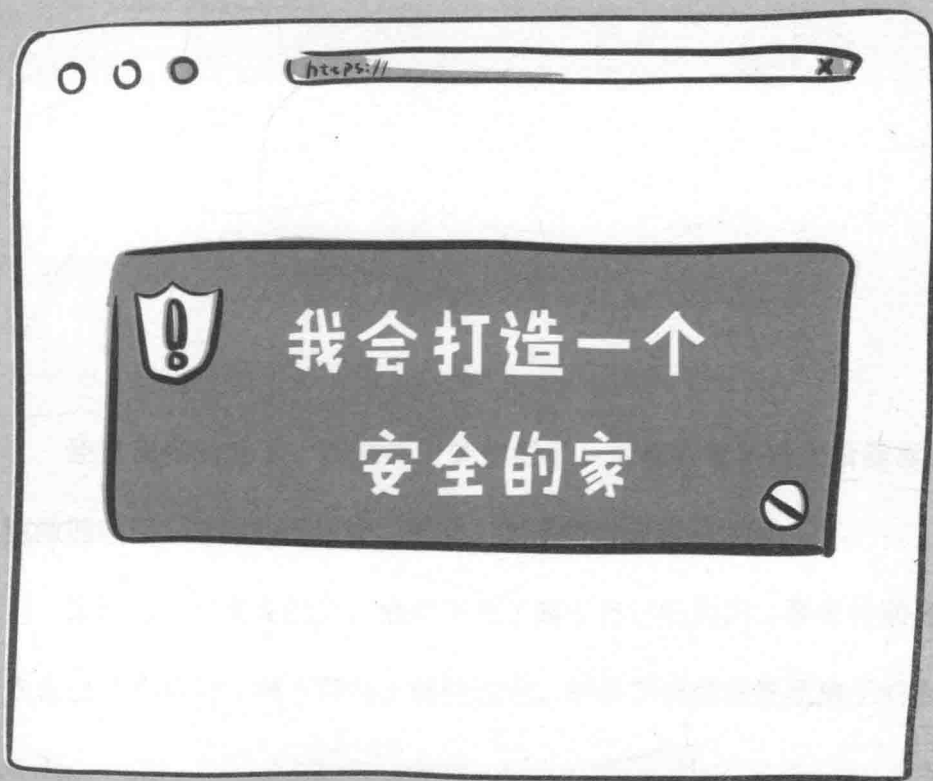
- 安全知识点：如何面对父母的离异 / 120

妈妈，我有话对您说

我会独立思考：爸爸妈妈不在身边怎么办 / 121



第 1 章





安全知识点：

· 入住新家要谨防有害气体 ·

新房里的“隐形杀手”

经过紧张的施工，新家终于装修好了。爸爸带着维维去看新家：宽敞的客厅，透明的落地窗，干净、明亮的厨房和卫生间。

让维维非常高兴的是，他终于有了属于自己的房间。维维特别喜欢自己的小房间，恨不得马上就住进去。维维期待着住进新房子的那一天。

爸爸对维维说：“新房子要空置一段时间，通通风、散散味，才能入住。”

可是，维维已经等不及了，他的心早就飞到新家去了。维维每天都会对爸爸妈妈嘟囔：“我要住新家，我要住自己



的房间！我们赶紧搬到新家去吧！”

经不住维维的软磨硬泡，两个星期后，一家人搬进了新家。

维维这里看看、那里摸摸，在地板上打着滚，高兴得合不拢嘴。

可是，没过多久，维维全家人都感觉不舒服，咳嗽、鼻塞、胸闷、不由自主地流泪……这是怎么了？

医生给全家人进行了一系列检查，并一一仔细询问，最后得出诊断结论：“你们家新房子里的甲醛是致病杀手。”

爸爸妈妈这才意识到问题的严重性，维维也后悔自己任性要求提前住新房子，结果导致全家人生病。



甲醛会对人体造成的危害

1. 低浓度的甲醛会刺激眼睛，浓度稍高会刺激上呼吸道，引起过敏、咳嗽、胸闷等，就像维维一家人那样。

2. 长时间生活在甲醛超标的环境中会导致严重的疾病，比如白血病。

入住新家应该怎么做

不能这么做 ✕

1. 马上入住新房子。

刚刚装修好的房子不仅甲醛可能超标，其他一些影响身体健康的有害物质也需要一定时间才能挥发。

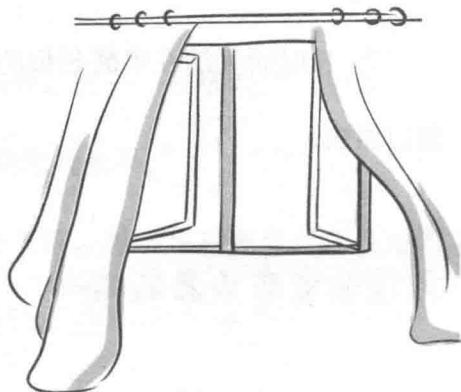
2. 不重视身体反应。

入住新房子后，感觉身体不舒服，却不重视，认为时间长了适应了就会好的。

应该这么做 ✓

1. 新房子、新家具要通风散发甲醛。

新装修的房子、新买的家具容易出现甲醛超标的问题。经过一段时间后，甲醛会逐渐挥发，最好的解决方法就是房间保持通风。入住新家前一定要进行甲醛检测，如果甲醛超标，建议延后入住，进行甲醛处理。



2. 多养一些绿植。

可以在家里多摆放一些绿色植物，比如吊兰、芦荟、虎尾兰、绿萝等，可以吸收甲醛、二氧化硫等有害物质。





安全知识点：
· 使用燃气时要小心 ·

厨房里的危险气体

老师给维维所在的小组留了一项作业，就是介绍如何安全使用燃气。维维上网查找了很多资料，有的说燃气没有味道，有的说燃气有臭味，他想来想去，不知道怎样才能给同学们讲明白燃气的味道问题。



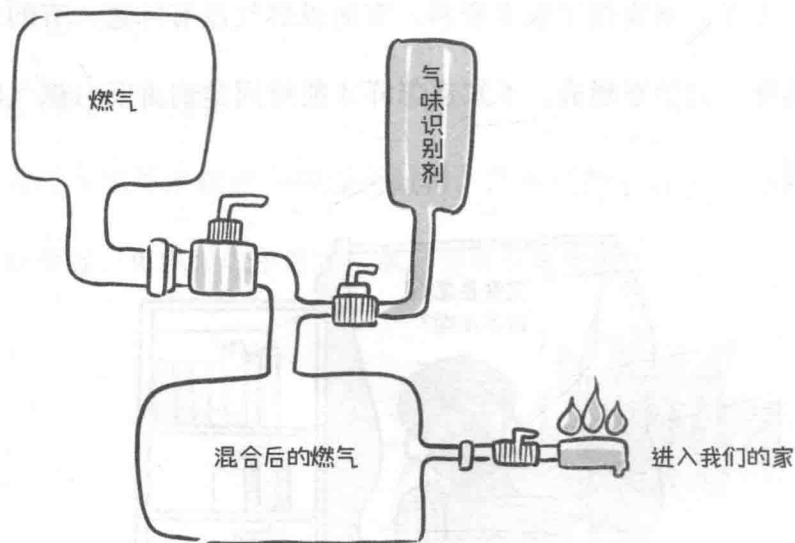
维维去向爸爸求教。

爸爸问维维：“你记得动画片里会喷火的恐龙吗？”

维维说：“记得啊！那喷火龙和天然气有什么关系呀？”

爸爸说：“喷火龙嘴里喷出来的气味特别臭，特别难闻，人一闻到立马就会跑得远远的。人们将一种刺鼻的臭剂加进燃气里，这样燃气一旦泄漏，难闻的气味就会引起人们的注意。”

维维高兴地说：“我明白啦！我知道怎么给同学们讲啦！”



燃气泄漏可能会带来的危险

燃气器具包括燃气灶、燃气热水器等。燃气中毒主要表现为一氧化碳中毒。发生燃气泄漏时，人会出现恶心、昏迷等状况，甚至有生命危险。

1. 轻微的燃气中毒会导致人头晕恶心、四肢无力。
2. 比较严重的燃气中毒会让人昏迷，如果没有及时送医院抢救就会致命。

家中烧煤炭或使用燃气时一定要小心谨慎，要打开窗户或排气扇，保持通风，避免缺氧而昏迷，发生生命危险。一次使用燃气热水器的时间最好不要超过 20 分钟。冬季是一氧化碳中毒的高发季节，因为天冷，人们喜欢紧闭门窗。