

# 《防灾避险安全生活一点通》

## 图书基本信息

书名：《防灾避险安全生活一点通》

13位ISBN编号：9787538177367

10位ISBN编号：7538177361

出版时间：2012-12

出版社：辽宁科学技术出版社

作者：颜俊 编

页数：208

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《防灾避险安全生活一点通》

## 前言

突如其来的天灾人祸，难以预料的社会安全事件，触目惊心的食品安全问题，防不胜防的家庭事故，百年不遇的异常天气……您觉得自己安全吗；现代社会中，人们可能遭遇到各类人身意外、自然灾害、事故灾难、社会安全和饮食安全事件等。针对这些突如其来的事故，我们有必要详细了解应对方法，方能脱离险境、保护自己。本书集合了各界专家学者，全面介绍了有关个人防护与应急的几个方面的内容。

一是防护与应急必备的常识以及日常生活中应备的应急物品，一旦发生意外灾害，可以更好地进行自救与互救。二是饮食安全，告诉人们如何防止食物中毒，如何吃才能健康安全。三是突发社会安全事件应对，如面对诈骗、抢劫、挟持等事件时的基本应对方略。四是常见的个人危机状况应急对策，如溺水、触电、中暑、烫伤、烧伤与冻伤的应急处理等。五是如何冷静地面对自然灾害，如地震、海啸、泥石流、台风、暴雨来临时，不再束手无策。六是学会生活中常见的事故灾难应急处理，如电梯故障、火灾、家庭装修污染事故、交通事故、爆炸事故等。

通过本书，人们可以学习各类安全知识，认识各种预警信号，了解事故应对措施，懂得必要的急救、避险常识，从而在危害来临时更好地自救和救助他人。

# 《防灾避险安全生活一点通》

## 内容概要

《防灾避险安全生活一点通》内容简介：在日常生活中，人们可能会遭遇到各类安全事故，而这些突如其来的事故往往会威胁到人们的生命，因此，人们在事故发生前做到有效预防，在事故发生时，做到临危不乱，在事故发生后，做到妥善处置，方能远离危害。

# 《防灾避险安全生活一点通》

## 作者简介

颜俊，探矿（安全）工程高级工程师（教授级），国家一级注册建造师。多年来一直从事基础工程、岩土（钻掘）工程、地质灾害防治和地质勘察、水工环地质等专业的设计、施工和管理工 作，尤其在基础工程、岩土（钻掘）工程、地质灾害防治和安全管理方面有较高的造诣。多年来发表论文20多篇，发明专利3项，获省部级优秀勘察工程奖7项，主持完成各类工程项目300余项。

## 书籍目录

- 第一章 应急常识
  - 生活中有哪些突发事件
  - 常用报警电话
  - 装配应急箱
  - 个人求生技能
- 第二章 急救措施
  - 心肺复苏法
  - 猝死
  - 晕厥
  - 溺水
  - 触电
  - 冻伤
  - 呼吸道异物阻塞
  - 眼睛灼伤
  - 异物入眼、耳、鼻
  - 鼻出血
  - 严重的胸、腹外伤
  - 烫伤与烧伤
  - 蛇类咬伤
- 第三章 自然灾害
  - 地质灾害
    - 崩塌、滑坡
    - 泥石流
    - 地面塌陷
  - 地震和海啸
  - 地震
  - 海啸
  - 气象灾害
    - 台风
    - 暴雨
    - 雷雨大风
    - 高温
    - 寒潮
    - 大雾
    - 低温冰冻
    - 龙卷风
    - 沙尘暴
- 第四章 事故灾难
  - 道路交通事故
  - 地铁事故
  - 动车、火车事故
  - 水上交通事故
  - 航空事故
  - 电梯事故
  - 火灾
  - 爆炸事故
  - 家庭用电事故

燃气事故  
水管爆裂事故  
装修污染事故  
危险化学品事故  
施工事故  
第五章 公共卫生事件  
农药中毒  
登革热  
流行性感  
禽流感  
狂犬病  
病毒性肝炎  
红眼病  
肺结核  
艾滋病  
第六章 社会安全事件  
抢劫  
盗窃  
诈骗  
绑架  
强奸  
恐怖袭击  
踩踏事故  
游乐设施事故  
球场骚乱事件  
公共场所险情  
第七章 食品安全  
食物中毒  
正确看待食品添加剂  
学会看食品标签  
食品中常见的隐形“杀手”  
怎样选购和保存面粉  
怎样鉴别“染色馒头”  
腐竹挑选也有学问  
识别黑木耳的好劣  
怎样选购大米  
如何选购放心肉  
怎样鉴别伪劣肉  
日常水果慎防吃了中“毒”  
如何识别桶装水  
月饼选购及食用指南  
了解食品安全常识  
后记

## 章节摘录

版权页：插图：随着急救自救医疗知识的普及，很多老百姓对于灾害自救会有一些的了解，但是往往也会存在着一些认识及操作上的误区，在地震灾害自救时应严格避免。

- 1.头部外伤仰起头或堵住容易导致颅内压升高，加重颅内损伤 头部外伤（颅脑损伤）出现的耳漏鼻漏忌堵塞，地震对人体的伤害主要有建筑物坍塌引起人体机械性外力伤害、掩埋窒息性损伤、震后水电火气等引起的次生伤害三个方面。震中由于打、砸、弹击、撞、撕拉、震动、挤压、碰跌等方式很容易引起颅脑损伤，颅骨骨折经耳朵和鼻子流出脑脊液，此时不少人习惯性的做法是仰起头或堵住，这样做很容易导致颅内压升高，加重颅内损伤，并且回流液体也容易导致严重的颅内感染。
- 2.胸部有锐利物刺入忌拔 震中建筑物坍塌很容易导致锐利的器物刺入人体胸部，此时，很多伤者习惯性的动作是顺手将锐器拔出。要注意，这是非常错误的做法。原因有两点：首先，在没有救护措施时突然拔出器物很容易造成血管破裂，大量出血，危及生命。其次，大气在拔出锐器的瞬间很容易进入负压胸膜腔，造成气胸，引发纵隔摆动，挤压心脏而停跳。正确的做法先用手稳固住插入物，也可简单用布条（紧急情况时可用衣服等代替）轻轻束缚住锐器刺入部位，避免剧烈活动，等待或寻求救援。
- 3.肠子外露不能往回塞 肚皮是人体上很薄很脆弱的部位，一旦在震中受伤，很容易造成肚皮被刺破使肠子脱出。遇到这种情况，一般人的下意识动作是用手托住脱出的肠子往腹腔里塞，这也是十分错误的做法。原因有三点：脱出肠子很容易被感染，在没有医疗条件的情况下，自己往回塞很容易导致严重的腹腔感染；盲目地回塞肠子时，容易使肠子扭塞，导致机械性肠梗阻；脱落出的肠子很可能已经被刺破，回塞容易导致一些粪便等脏物透过肠壁溢出，导致严重腹膜炎。
- 4.近肢端动脉出血绑扎点忌就近 地震中如果造成手臂部或小腿部近肢端（也就是靠近手、脚的踝部）动脉出血，在绑扎时，要注意不能在出血点就近部位缚扎，应选择过膝、过肘的绑扎点。因为相应大血管穿行于尺桡骨和胫腓骨之间，不利于止血且易伤及相关神经（桡神经）。
- 5.皮肤破损出血切忌用泥土糊 民间有种说法，对于皮肤破损出血的情况拿泥土糊上去可消炎止血。这其实是一个误区。泥土中含有一种厌氧菌——破伤风杆菌，用这种方法不仅起不到消毒止血的功效，还很容易导致破伤风，重者致命。
- 6.骨折后（被砸后）肢体切忌“轻举妄动” 震中倘若遇到被砸的情况，首先要考虑骨折的可能性。那么在自救的过程中，要避免被砸部位的活动，防止骨折断端受到二次伤害，加重血管和神经的严重损伤。可因地制宜，找两个小木棍之类的东西越过关节夹住骨折部位，再用绳或布条缠绕，以远端指趾不麻木为宜，就会起到良好的固定作用。

# 《防灾避险安全生活一点通》

## 编辑推荐

《防灾避险安全生活一点通》以科学实用、简单易懂为原则，从各类人身意外、自然灾害、事故灾难、社会安全和饮食安全等方面着手，将各种可能发生的事故以简明、通俗的语言，直观、丰富的图片呈现给广大读者。通过《防灾避险安全生活一点通》，人们可以学习各类安全知识，认识各种预警信号，了解事故应对措施，懂得必要的急救、避险常识，以提高应对灾害和伤害的自救能力，从而更健康、安全地生活。

# 《防灾避险安全生活一点通》

## 精彩短评

- 1、看了一遍，受益颇，多值得购买~
- 2、很多不知道的安全知识,都有写.简直是给自己补了一堂安全课.给孩子也有安全知识的普通意义.推荐
- 3、书很实用呀，有点忧患意识永不为过
- 4、细细看了，关于生活中很多安全细节的内容，学到了很多安全相关知识。有益于生命生存的一本书，推荐

# 《防灾避险安全生活一点通》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)