

# 《SAS个人安全手册》

## 图书基本信息

书名：《SAS个人安全手册》

13位ISBN编号：9787530944936

10位ISBN编号：7530944932

出版时间：2006-1

出版社：天津教育

作者：尼克·卡麦隆

页数：340

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)

# 《SAS个人安全手册》

## 内容概要

《SAS个人安全手册》为你提供了专业、详实、地毯式的旅游安全建议，不仅是一本简单、实用、有趣的旅行安全指南，也是一本关于人类基本生存知识的百科全书。它告诉你最危险的所在，以及防备的巧妙对策。这样，你既能享受旅行带来的刺激、快乐，也会让梦想安全地实现。

# 《SAS个人安全手册》

## 作者简介

尼克·卡麦隆，在军队服役24年，其中有16年是在SAS。1999年他从军队退役后，就成为世界上很多非常危险地区的安全顾问，如阿富汗的坎大哈、巴勒斯坦的拉马拉等。现在，他把自己的知识和军事经验奉献出来，以帮助旅行者无论游览世界上的哪个景点，都能享受安全无忧的旅程。

# 《SAS个人安全手册》

## 书籍目录

我的梦想很安全人人都需要安全指南快快乐乐出门，平平安安回家前言第一章 旅行准备旅行风险评估文化敏感信息来源出发前准备行李安全航空违禁物品护照安全出发前清单应急联系列表保持基本联系装备旅游保险转移回国医疗第二章 飞行安全民用航空旅行航线安全空中恐怖主义机场安全选择座位行李架空中旅行安全小型飞机安全直升机安全劫机和逃生策略空中旅行健康第三章 铁路和地铁安全铁路安全火车站铁路旅行平交路口地铁第四章 车辆安全道路交通事故车辆选择和准备安全驾驶技巧驾驶安全劫车路障和检查站摩托车安全大型客车安全小型客车安全出租车安全第五章 航海和水运安全主要的海上事故海盗避免海上犯罪活动小型船只安全游泳安全鲨鱼袭击第六章 商务旅行安全开展海外业务紧急情况炸弹袭击和威胁敌意的监视商务旅行安全常识第七章 个人安全控制暴力局面犯罪贿赂毒品摄影外国法律体系第八章 女性旅游安全特殊危险性别意识反击饭店安全基本安全原则第九章 家庭旅游安全带儿童旅行游乐场安全第十章 偏远地区热带地区沙漠寒冷地区非洲旅行骑动物旅行第十一章 自然灾害地震火山海啸洪水雪崩龙卷风飓风第十二章 恐怖主义大杀伤力武器暴乱枪支穿越国境绑架地雷第十三章 冒险活动徒步旅行和登山潜水蹦极漂流第十四章 危险的动物狗非洲动物熊蛇叮咬类昆虫、蜘蛛和蝎子第十五章 城市安全危险的城市购物和财产安全饭店安全居家安全第十六章 医疗卫生医疗准备阿米巴痢疾霍乱腹泻疟疾狂犬病伤寒黄热病第十七章 基本旅行技巧地图指南针估算距离计划路线迷路旅行小秘决定位译后记：停不下的脚步

## 章节摘录

如何选择飞机上的座位 许多乘客都想知道飞机上哪些座位最安全。但是飞行意外是不可预测的，很难说哪些座位能给你最多的逃生机会，也还没有证据显示飞机的某个部分比其他部分更安全。到目前为止，能预料的最大危险是头上行李架中的行李会掉下来砸到乘客。 预订座位的时候，注意以下事项：

- \*乘坐大型飞机可以减少遭遇恐怖活动的机会。波音747和其他大型飞机只能在某些特殊的机场降落，这就减少了遭受恐怖袭击的可能，因为恐怖分子不太可能劫持一架波音747。大型客机运送的数量庞大的乘客对恐怖分子来说是一种累赘，因为人数太多会不好控制。但是，如果飞机没有装满乘客，恐怖活动就容易进行得多，如果处于这种情况，你要非常小心。

选择座位时，避免过道边的座位。许多乘客喜欢这种座位，因为可以更方便地出入。但是，这样你会成为空中事故的目标，在恐怖事件，甚至“空中暴行”中，坐在过道边的乘客都较容易成为攻击的对象。

- \*如果两人出行，订一个靠窗的座位和一个靠过道的座位。这样，一排3个座位中，你们中间的那个就是空的，这个座位一般到最后时刻才会被分配给其他人。所以，如果飞机没有满员的话，你们俩就能有个宽松点的环境。
- \*订票时，向订票处索要你要乘坐的飞机的平面图，也可以上航空公司的网站查看飞机的座位分布图。这样，你可以将座位订在紧急出口旁边，这些座位往往间距比较大，让你可以伸展一下身体。但是，你得提前预订。
- \*如果坐在紧急出口旁边，要先弄明白怎样打开紧急出口。如果你在紧急情况下不知道操作方法，不仅自己的安全受到威胁，还会给别人带来危险。紧急出口非常沉，你得有足够的力气才能打开它。确保你自己有能力操作，否则就将机会让给更有能力的人。
- \*不管你的座位在哪里，都要清楚离你最近的紧急出口的位置。定好方向，数数你和出口之间有多少排座位，这样你就能在浓烟之中到达出口。如果有孩子，告诉他们在紧急情况下应该怎么做。
- \*检查座位，以确保有救生用具。但不用把它们拿出来，因为航空公司按规定都必须进行检查。你只要找出它们放置的地方，以便在紧急情况下可以更方便地取出就行了。另外，尽管几率很小，但查一查你的座位下是否有炸弹也是个不错的主意。
- \*大多数航空公司都提供图片，说明如何使用救生工具，以及如何在紧急情况下逃生。好好读一读，并理解其中的内容。调查表明，乘客们在紧急时刻花费了太多精力去弄明白安全须知，所以你需要提前好好阅读。意外发生时靠自己就可以知道该怎么做，乘务员可能和乘客们一样惊慌失措。
- \*如果登机结束而座位还没有坐满，你可能想换个座位。但一定要快，其他乘客也许也和你想的一样呢。我注意到，在一些长途飞行中，一些幸运儿就可以在整整一排座位上伸展身体，享受睡眠。当你筋疲力尽地下飞机时，他们却精神抖擞。换座位时行动一定要果断，如果你犹豫，就会有其他人捷足先登了。礼貌友好地对待乘务员是有好处的，他们会帮你安排更好的座位。

行李架 最近的调查显示，因行李架上的行李坠落，引起旅客受伤的事件有增加趋势。飞行安全基金会估计，每年大概有1万件此类事故发生，原因通常是行李架塞得太满。如果气流不稳，行李架可能会突然打开，沉重的箱包坠落到坐在下方的乘客头上，造成砸伤或擦伤。我曾经见过从某个包中掉出一个瓶子，砸在一个乘客的身上碎掉，弄了这个乘客一身难闻的液体。

为了避免被坠落的箱包伤到，注意以下几点：

- \*不要坐在行李架下面。搞清楚靠过道的座位号，要求换别的座位。
- \*托运所有应托运的行李，只随身携带轻巧的行李上飞机。
- \*如果别人把重物放在你头上的行李架中，告诉乘务员，请他们移走重物。

空中旅行安全 听起来令人惊讶，但的确有70%的航空事故都可逃生。美国的一项调查显示，航空事故中，有71%的人都是在飞机已经完全停下来之后才死亡的。许多人因为缺少准备，浪费了珍贵的几秒钟时间。一些人陷入“不作为”的状态——他们在生命受到威胁的紧急情况下被惊呆了，甚至解不开安全带；一些人则陷入恐慌。

在撤离飞机的练习中，可以发现，在夜晚人们能在90秒之内逃离飞机。但是，实际情况大有不同。在一起真实的事故中，如果你被年老或行动不便的乘客绊住，整个撤离过程会被拖延。机舱内可能浓烟密布，人们希望带走手提行李——所有这些都会造成混乱。许多乘客因为没有认真听起飞前的安全注意事项，也没有好好看相关卡片，根本就不会处理紧急情况。

另外，“空中暴行”的数量也有所上升，这是乘客自己为飞行带来的危险。2000年12月，一架英国航空公司的飞机从伦敦出发飞往内罗毕，在3.5万英尺的高空，一名失去控制的乘客闯入驾驶舱，意图夺取飞机控制权。驾驶、副驾驶和这个疯子紧张地扭打在一起好几分钟，幸亏他们制服了这个疯子，才使得飞机完好无损地着陆，人们虚惊一场。许多造成这种混乱的人多是因为喝醉了，但也有其他原因——长时间令人沮丧的飞行、大多数航班的禁烟规定以及人员过度拥挤等。现在，乘客可能因为在空中的狂暴举动被起诉，而且法律的制裁非常严厉。

为了减少此类危险，搭乘民航时，要注意以下几条：

- \*从较大的国际机场起

飞，因为一些地区的小机场安全措施不足。如果必须从小机场起飞的话，要避免恶劣天气（查询当地天气预报）和晚上起飞。

- \*乘坐能进入大型机场的飞机；不能进入大型机场可能意味着航空公司的飞行记录有问题。在订票之前向旅行代理询问，了解这些航班在哪里起降。
- \*在一些国家，乘客可以乘坐军用航空。要小心，特别是在有战争冲突或恐怖活动的地区。注意听起飞前的安全须知，熟悉所有紧急出口的位置。
- \*在紧急撤离飞机时，放弃你的手提行李。事先把所有最重要的东西放在腰包中贴身带着。
- \*坐下后系上安全带，这会使你在飞机遇到气流时得到保护。遭遇气流的情况会突然发生，即使在一般的飞行中也有可能造成严重伤害甚至死亡。
- \*发生恐怖事件，或哪怕只是一小撮乘客找麻烦时，最好置身事外。如果飞机上有恐怖分子，扔掉你所有可能引起注意的物品，如军人、警察或公务员证件。恐怖分子对政府工作人员会分外感兴趣。
- \*飞行中避免饮酒过度。飞机客舱是加压的，饮酒会加剧这种感觉。记住，进入机场，完成所有登记手续，这一系列活动会使你有些脱水。脱水、飞行高度和酒精综合作用的后果是非常严重的。同样，别吃得太饱，否则在客舱这样一个人工环境里你很快就会觉得恶心。
- \*如果在假期中曾经潜水，要确保潜水后至少24小时内不要飞行。因为你仍然处在加压过程中，并且还需要时间让体内的有害气体排出。如果有疑问，向潜水学校详细咨询。
- \*飞行中尽量穿着天然织物。起火时，合成纤维会融化，因此非常危险。排气性能良好、宽松的天然纤维还能防止过热。长衣和长裤都是不错的选择，在着火时，可以保护你的皮肤。鞋子也要合脚并且是天然材料做成的，避免穿高跟鞋，因为鞋跟会损坏应急坡道。
- \*还好，飞机上的明火是很少的，但浓烟会迅速布满整个机舱。无论在空中还是已经着陆，烟都是非常危险的，因为它会散发出有毒物质。注意安全须知，根据其中的说明，利用地板上的标志按路线找到最近的紧急出口，行动要迅速，这会为你增加逃生的机会。民用一次性面罩可以滤掉有毒气体，在火灾中也可带来生机。围绕这种面罩还有争论，有人认为戴上它浪费时间，容易错过逃生的时机，但我知道的确有人每次飞行都随身带着面罩。
- \*飞机会突然遭到减压的冲击，后果在几秒钟之内就迅速显现。在这种情况下，你要尽快戴上氧气面罩，让氧气流入。你应该首先戴上你自己的面罩，然后再帮助他人。由于乘务员自己也戴上了氧气面罩，无法帮助乘客，那时就需要自行采取起飞前乘务员所教的安全措施。
- \*如果由于飞行员过低或过高估计了飞机跑道的长度等，飞机停在了海上，你必须知道救生衣放在哪里以及在何时、应如何使用；明确救生筏在什么位置，怎样才能浮在水面上；其他的漂浮物，如漂浮坐垫或空的、密闭的瓶子等，都能有所帮助。

# 《SAS个人安全手册》

## 媒体关注与评论

《SAS个人安全手册》不仅是一本简单、实用、有趣的旅行安全指南，也是一本关于人类基本生存知识的百科全书。它告诉你最危险的所在，及予以防备的巧妙对策。这样，你能享受旅行带来的刺激、快乐，也会让梦想安全地实现。——新华社著名战地记者唐师曾 毫不夸张地说，面对我国每时每刻数量庞大的出行群体，无论是旅行者，还是经常出行的公务、商务人士，如果每一个人都认真读一下这本《SAS个人安全手册》，对提高我国的社会安全保障能力，提高全民的安全素质都具有重要意义，这也是构建和谐社会不可缺少的重要组成部分。——中国人民公安大学治安系主任、教授郭太生 您手上这本《SAS个人安全手册》，提供专业、详实、地毯式的旅游安全建议，可以避免旅行时发生麻烦。——新世纪学习大师戴维思

# 《SAS个人安全手册》

## 编辑推荐

《SAS生存手册》姊妹篇，英国皇家特种部队自我防护指南，《SAS生存手册》是野外探险的求生秘籍，《SAS个人安全手册》则是你出门在外的全方位自我防护指南！ 新华社著名战地记者唐师曾、中国人民公安大学郭太生教授、新世纪学习大师戴维思联合推荐！ 您手上这本《SAS个人安全手册》，提供专业、详实、地毯式的旅游安全建议，可以避免旅行时发生麻烦。 ——新世纪学习大师 戴维思



## 精彩短评

1、实用并蠢萌着。（东图）

2、上个世纪末，有个师姐推荐了我一本书叫《生存手册》的书，我翻了一下，觉得挺有趣的，但像沙漠求生，渡河什么的，离我这个城市上班的小白领太远了，因此也没把这本书当一回事。

却怎么也没想到到2002年开始喜欢上了户外运动，其实我说我的户外运动都有些惭愧，严格来说，我的应该算是背包自助游的。但我的旅游还和这些严酷的户外生存差别很大。

直到07年初，磨房成立了户外安全的版块，邀请我进行境外自助游的安全讲座，我开始逐步关注这方面的内容。

相对于《生存手册》来说，这本《SAS个人安全手册》更加符合一般商务差旅和背包自助游的实际情况。

我的磨房境外自助游安全讲座：

<http://huangguo.blogbus.com/logs/8373960.html>

SAS是英国皇家特种部队的缩写，作者是SAS退役的军官。

首先学会了一个表达方式：carpet to carpet，地毯式的，用来形容无所不包，我觉得好像和from a to z是同一个含义，比如I know him

from a to z。

这本安全手册内容详尽，特别全面。

印象比较深的是飞行和行李安全。

作者说得比较琐碎，但有一些可以总结成原则，比如不要随意透露自己的个人信息。

在机场方面就有以下的忠告，事先可以安排酒店的司机前来接机，但请司机不要写着自己的名字的牌子带上，而是举着写着饭店名字的牌子，这样依然可以识别得到对方。

行李方面：

尽量只带一件行李，哪怕体积比较大。

避免使用军用行李，包括迷彩色的。

如果看到有无人照看的行李，请远离它，可能里面有爆炸物，另外，不要帮别人携带行李，以防里面有毒品等违禁品。

飞行方面：

尽量选择坐大飞机，路程较短的支线小飞机不得不飞得较低，容易产生安全事故。

小型飞机每飞行十万小时就有11起事故，而大型民用航空飞机只有0.8起。

从较大的国际机场起飞。

面对恐怖分子的安全

当有人拿着武器在20米开外的地方，应设法逃跑，按概率论的角度来说，即使专业射手也很难在远距离准确射击一个快速移动的目标。枪手在你前后方请跑之字，如果持枪人在你侧面，跑之字会让你更长时间暴露在对方射程之内。

## 穿越边境

周末的时候可能会被挤得水泄不通。

如果两国政局不稳，最好不要走陆路。

有人提出帮你走捷径，也要记住千万不能将护照交给他人手里。

## 女性旅游安全

结伴同游，最好团队中有男性

戴上结婚戒指，不管你是否已婚

到酒吧要注意，酒精容易使人丧失理智与产生冲动。

衣着本地化

航班选择不要太早或太晚

避免夜晚在外行走

酒店靠近人多的市中心，不要住在一楼。

检查饭店房间安全。

公共场合，包括交通工具上避免对陌生男子眼光直视。

安全问题不管怎么强调都不为过，但问题是很多别人的意见或者忠告，要是自己没遇上，往往会掉以轻心，或者忘记或根本不会留意。

在书中有这么一段文字。

长途旅行，从可靠的渠道弄一桶汽油备用。科索沃战争刚结束时，汽油紧缺，当地人在路边用油桶卖油，我不止一次看见车子刚从这些临时油站加完油，开出不过数百英尺就抛锚了，这些油大都兑了水。

我突然想到要是前年去阿富汗之前看到就不会出现一些状况。那时我坐越野车从喀布尔北上直到与乌兹别克斯坦接壤的城市MAZAR，要走整整一天的时间，而且要翻越一座雪山。

挂上铁链防止滑车之后，过雪山顶，我们在山上加了油，果真就是还不到山下就开始熄火了，好不容易半滑行地到了山下（大雪天，这样下坡挺危险的），赶快和当地联系，好在有人在这附近做技术支持，迅速派了辆车来把我们接上，到了MAZAR已经晚上七点左右，天都黑了。

阿富汗的晚上，想想就可怕啊。

书中还有一句：

尽量不要选择在局势动荡的地方经停飞机。

但有的时候确实属于没办法。

本来回程是走巴基斯坦转机，到新疆再回深圳，但后来贝布托总理遇刺，机场关闭三天，从阿富汗直飞新疆的一星期才一班，而且头等舱都卖掉了。

结果坐阿富汗航空经停坎大哈，再到迪拜。坎大哈，那可是一个白天由美军控制，晚上由塔利班控制的区域啊。

谢天谢地，终于平安回来了，这才可以坐在电脑上写这篇文章。

## 推荐的出发前的准备清单

- 一、证件及其复印件
- 二、机票，预定条
- 三、最新的国际疫苗证书
- 四、目的地国家的本国使馆及领事馆联系方式
- 五、饭店联系方式和预订条
- 六、驾驶执照
- 七、有关本人医疗及既往病史的文件
- 八、本人血型及过敏症列表
- 九、保险文件，包括保险公司，国内代理人及保过哪些保险
- 十、信用卡，只带旅行中用得上的那张
- 十一、当地货币，最好有些小额的
- 十二、紧急联系方式和应急方案。

<http://huangguo.blogbus.com/logs/34076050.html>

3、提出了很多具体的安全措施，尤其关于护照、行李、机场、疾病防治等方面的措施很具体，是经验之谈。

4、安全第一.....

5、图太少，封面和内页版式像极了山寨。好在实用。还有海啸的知识。怀斯曼里就半页海啸。

6、出境旅行安全指南，主要是一些细小常识点，看起来用处不大。如果想要增加个人安全知识，或者应该去看纪录片。

7、有点用。不过知道的太多了，会累

8、樓主你給的那個鏈接已經無效了.....

9、：

F590.6-62/2257

10、实用书籍

11、终于看完了，小结一下：

对于自然灾害：事前了解目的地可能的自然灾害，提前准备；

野外生物：事前了解目的地的物种情况，提前准备；与人有关或人为游乐设施：注重直觉，觉得不对的就不去做了，人跟人的经验是最多了，带来的直觉也最准了；绑架：稳住情绪，视机而动，保命要紧；恐怖暴力活动：远离人群，少去人挤的地方；其他看书吧，还行吧。

12、一般般吧，如果都做了的话实在太操心了。不过还是要按照上面去做的

13、不错，有很多情况是比较少见的，可以作为常识积累一下

## 《SAS个人安全手册》

14、我胆小，活着最重要

15、这世界真小。。。

16、前SAS（英国空降特战部队）成员写的书。最初我就是被这本书的书名所吸引。

是一本对生活的安全提出细致入微的建议的好书，让人学会如何在力所能及的范围内保护自己，保护他人。

虽然书中有些建议由于国情不符、生活条件不符而无法应用，也正是因为这个原因，我没有把它放到力荐的位置，但是更多的建议是有必要了解的。

我们总是追求幸福，渴望得到幸福，一旦拥有之后，我们用来保护它们呢？我们需要安全知识，每个人都需要。

17、henduo nian qian de shu

18、书中有一些东西可能不是太适合中国的国情但是作为必备的一本旅游常识以及安全教育书籍却是相当有必要的比如我们日常的航空、火车安全看了书才知道原来自己曾经离毁灭性的危险那么近在咫尺过心悸同时也懂得了如何在以后的旅行生活中更好地保护自己

## 精彩书评

- 1、书中有一些东西可能不是太适合中国的国情 但是作为必备的一本旅游常识以及安全教育书籍却是相当有必要的 比如我们日常的航空、火车安全 看了书才知道原来自己曾经离毁灭性的危险那么近在咫尺过 心悸 同时也懂得了如何在以后的旅行生活中更好地保护自己
- 2、上个世纪末，有个师姐推荐了我一本书叫《生存手册》的书，我翻了一下，觉得挺有趣的，但像沙漠求生，渡河什么的，离我这个城市上班的小白领太远了，因此也没把这本书当一回事。却怎么也没想到到2002年开始喜欢上了户外运动，其实我说我的户外运动都有些惭愧，严格来说，我的应该算是背包自助游的。但我的旅游还和这些严酷的户外生存差别很大。直到07年初，磨房成立了户外安全的版块，邀请我进行境外自助游的安全讲座，我开始逐步关注这方面的内容。相对于《生存手册》来说，这本《SAS个人安全手册》更加符合一般商务差旅和背包自助游的实际情况。我的磨房境外自助游安全讲座：<http://huangguo.blogbus.com/logs/8373960.html> SAS是英国皇家特种部队的缩写，作者是SAS退役的军官。首先学会了一个表达方式：carpet to carpet，地毯式的，用来形容无所不包，我觉得好像和from a to z是同一个含义，比如I know him from a to z。这本安全手册内容详尽，特别全面。印象比较深的是飞行和行李安全。作者说得比较琐碎，但有一些可以总结成原则，比如不要随意透露自己的个人信息。在机场方面就有以下的忠告，事先可以安排酒店的司机前来接机，但请司机不要写着自己的名字的牌子带上，而是举着写着饭店名字的牌子，这样依然可以识别得到对方。行李方面：尽量只带一件行李，哪怕体积比较大。避免使用军用行李，包括迷彩色的。如果看到有无人照看的行李，请远离它，可能里面有爆炸物，另外，不要帮别人携带行李，以防里面有毒品等违禁品。飞行方面：尽量选择坐大飞机，路程较短的支线小飞机不得不飞得较低，容易产生安全事故。小型飞机每飞行十万小时就有11起事故，而大型民用航空飞机只有0.8起。从较大的国际机场起飞。面对恐怖分子的安全当有人拿着武器在20米开外的地方，应设法逃跑，按概率论的角度来说，即使专业射手也很难在远距离准确射击一个快速移动的目标。枪手在你前后方请跑之字，如果持枪人在你侧面，跑之字会让你更长时间暴露在对方射程之内。穿越边境周末的时候可能会被挤得水泄不通。如果两国政局不稳，最好不要走陆路。有人提出帮你走捷径，也要记住千万不能将护照交给他人手里。女性旅游安全结伴同游，最好团队中有男性戴上结婚戒指，不管你是否已婚到酒吧要注意，酒精容易使人丧失理智与产生冲动。衣着本地化航班选择不要太早或太晚避免夜晚在外行走酒店靠近人多的市中心，不要住在一楼。检查饭店房间安全。公共场合，包括交通工具上避免对陌生男子眼光直视。安全问题不管怎么强调都不为过，但问题是很多别人的意见或者忠告，要是自己没遇上的话，往往会掉以轻心，或者忘记或根本不会留意。在书中有这么一段文字。长途旅行，从可靠的渠道弄一桶汽油备用。科索沃战争刚结束时，汽油紧缺，当地人在路边用油桶卖油，我不止一次看见车子刚从这些临时油站加完油，开出不过数百英尺就抛锚了，这些油大都兑了水。我突然想到要是前年去阿富汗之前看到就不会出现一些状况。那时我坐越野车从喀布尔北上直到与乌兹别克斯坦接壤的城市MAZAR，要走整整一天的时间，而且要翻越一座雪山。挂上铁链防止滑车之后，过雪山顶，我们在山上加了油，果真就是还不到山下就开始熄火了，好容易半滑行地到了山下（大雪天，这样下坡挺危险的），赶快和当地联系，好在有人在这附近做技术支持，迅速派了辆车来把我们接上，到了MAZAR已经晚上七点左右，天都黑了。阿富汗的晚上，想想就可怕啊。书中还有一句：尽量不要选择在局势动荡的地方经停飞机。但有的时候确实属于没办法。本来回程是走巴基斯坦转机，到新疆再回深圳，但后来贝布托总理遇刺，机场关闭三天，从阿富汗直飞新疆的一星期才一班，而且头等舱都卖掉了。结果坐阿富汗航空 经停坎大哈，再到迪拜。坎大哈，那可是一个白天由美军控制，晚上由塔利班控制的区域啊。谢天谢地，终于平安回来了，这才可以坐在电脑上写这篇文章。推荐的出发前的准备清单 一、证件及其复印件二、机票，预定条三、最新的国际疫苗证书四、目的地国家的本国使馆及领事馆联系方式五、饭店联系方式和预订条六、驾驶执照七、有关本人医疗及既往病史的文件八、本人血型及过敏症列表九、保险文件，包括保险公司，国内代理人及保过哪些保险十、信用卡，只带旅行中用得上的那张十一、当地货币，最好有些小额的十二、紧急联系方式和应急方案。<http://huangguo.blogbus.com/logs/34076050.html>
- 3、前SAS（英国空降特战部队）成员写的书。最初我就是被这本书的书名所吸引。是一本对生活的安全提出细致入微的建议的好书，让人学会如何在力所能及的范围内保护自己，保护他人。虽然书中有些建议由于国情不符、生活条件不符而无法应用，也正是因为这个原因，我没有把它放到力荐的位置，但是更多的建议是有必要了解的。我们总是追求幸福，渴望得到幸福，一旦拥有之后，我们用什么

# 《SAS个人安全手册》

来保护它们呢？我们需要安全知识，每个人都需要。

## 章节试读

### 1、《SAS个人安全手册》的笔记-第1页

比较系统和专业，有很多情况比较极端，不过作为常识的储备建议还是可以看看，尤其是喜欢自助游的同学。

# 《SAS个人安全手册》

## 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)