

<<危机生存手册>>

图书基本信息

书名：<<危机生存手册>>

13位ISBN编号：9787546110363

10位ISBN编号：754611036X

出版时间：2010-7

出版时间：张广德 黄山书社 (2010-07出版)

作者：张广德

页数：130

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;危机生存手册&gt;&gt;

## 前言

如今的青少年已经不再完全依靠爸爸妈妈的百般宠爱与呵护，不少人很小就离开家庭住进了学校，过集体生活，而他们自己，也渴求能尽快成为“大人”，过独立自主的生活。

可是，从离开父母照顾与呵护到真正成为“大人”的这段时间内，青少年依然不能“独闯江湖”。学习、生活中存在各种“暗礁”与“急流险滩”，疏忽大意、安全意识淡薄会危及青少年的身心健康甚至生命。

基于此，我们策划出版了这套《危机生存手册》系列丛书。

尽管现在的父母将孩子的吃穿住行安排得井井有条，孩子在家连厨房都不让进，但是，对于如何应对突发事故，家长对孩子的教育是少之又少，这是安全教育中比较薄弱的环节。

有些事故青少年可能一生都碰不到，但万一碰到了，该怎么办？

呼爸爸、叫妈妈等为时已晚，事故造成的恶果也会让父母悔恨终生。

为了弥补这方面的不足，我们策划出版了《家庭版》。

本分册内容涉及用电安全、防火、饮食安全、煤气安全、家庭防盗、家庭卫生、外力安全等多方面的安全教育指导，全书最大的特点就是全面、细致、有效，可以帮助青少年有效地解决问题，将损失控制在最低范围内。

对于家庭突发事故，书中注重防治结合，强调要消除隐患，最大程度地方便我们的生活，使我们的生活更安全、更快乐、更幸福。

社会大家庭是养育我们每个人的温床，但是，现代生活节奏逐渐加快，人们的的生活方式不断改变，随之而来的各类事故也以各种形式无时无刻不在发生。

交通事故、自然灾害以及社会不良分子的侵害等问题，已经成为我们的“心腹大患”。

为了使青少年在社会中免遭侵害，《社会版》分册主要讲社会生活中的安全防范知识和各种突发事故的应对措施，内容涵盖校园外的活动安全，应对不法分子、自然灾害，网络安全，远离毒品等方面，教导青少年远离伤害，在社会大家庭中健康成长。

校园是青少年集中学习与生活的重要场所，也是青少年为实现梦想而付诸努力的一片乐土。

相对来说，校园要比社会、家庭安全许多，但是，校园一旦发生事故，青少年受到的伤害将会更大。

所以，校园安全教育一直是青少年安全教育的重中之重。

校园安全除了依靠教师、校方安全部门外，青少年自身的防范也必不可少。

《校园版》以贴近真实的笔触，给我们梳理了校园安全防范系列知识。

安全问题一直以来是人类非常关注的重要问题。

现实生活中，灾害与事故层出不穷，这些灾害和事故不能完全依靠医生、消防员、警察去解决，更多的时候需靠我们自己。

但我们每个人的性格、心理素质、动手能力不尽相同，所以，我们要多学习这类知识，提高应变能力，保证能够及时解决所遇到的大小问题，保障自身及财产安全。

出版这套丛书，不可能从根本上解决青少年所遇到的所有危急、危险问题，但我们竭尽所能提出各类危险危急之所在，力图从源头上预防并分析正确解决问题的办法。

相信读者朋友读了这样的书籍，在遇到同类事故之时，能迅速做出正确的反应，将损失减到最低，这是我们初衷之所在。

书中尚有许多不足之处，恳请读者批评指正！

## <<危机生存手册>>

### 内容概要

尽管现在的父母将孩子的吃穿住行安排得井井有条，孩子在家连厨房都不让进，但是，对于如何应对突发事故，家长对孩子的教育是少之又少，这是安全教育中比较薄弱的环节。

有些事故青少年可能一生都碰不到，但万一碰到了，该怎么办？

呼爸爸、叫妈妈等为时已晚，事故造成的恶果也会让父母悔恨终生。

为了弥补这方面的不足，张广德策划出版了《危机生存手册（家庭版）》。

《危机生存手册（家庭版）》内容涉及用电安全、防火、饮食安全、煤气安全、家庭防盗、家庭卫生、外力安全等多方面的安全教育指导，全书最大的特点就是全面、细致、有效，可以帮助青少年有效地解决问题，将损失控制在最低范围内。

对于家庭突发事故，书中注重防治结合，强调要消除隐患，最大程度地方便我们的生活，使我们的生活更安全、更快乐、更幸福。

## 书籍目录

第一章 家庭用电安全 第一节 安全用电基本常识 第二节 安全使用家电 第三节 发生触电事故的主要原因 第四节 常见的触电类型 第五节 预防被电击伤的措施 第六节 触电的现场表现形式 第七节 触电的现场急救操作 第八节 电器火灾事故的应对措施 第二章 家庭防火安全 第一节 预防火灾知多少 第二节 日常生活中的防火 第三节 使用煤炉的防火措施 第四节 使用炉灶的防火措施 第五节 使用煤油炉的防火措施 第六节 使用蜡烛的防火措施 第七节 炒菜时的防火措施 第八节 用火炉取暖的防火措施 第九节 燃放烟花爆竹的防火措施 第十节 安全使用液化石油气(煤气罐) 第十一节 液化石油气外漏的处理 第十二节 预防电灯起火的措施 第三章 家庭火灾防范 第一节 火场自救基本常识 第二节 灭火器的使用方法 第三节 火场逃生的基本方法 第四节 家用电器着火后的扑救措施 第五节 管道燃气的防火措施 第六节 安全使用气体燃料 第七节 预防电线起火的措施 第八节 身上着火的扑救措施 第九节 家庭常用的灭火方法 第十节 防止烫伤 第十一节 水、火烫伤的应急处理 第十二节 治疗烫伤16法 第四章 家庭饮食安全 第一节 亚硝酸盐中毒 第二节 豆类中毒 第三节 勿食发芽的马铃薯 第四节 银杏有毒 第五节 动物肝脏中毒 第六节 蜂蜜是否有毒 第七节 食源性疾病 第八节 安全贮存食物 第九节 正确解冻食品 第十节 正确烹调食物 第十一节 烹调器具的正确洗涤 第十二节 预防食物中毒 第十三节 食物中毒的急救措施 第十四节 安全使用高压锅 第五章 家庭煤气安全 第一节 预防煤气泄漏 第二节 安全使用煤气 第三节 预防煤气中毒 第四节 燃气泄漏的应急处理 第五节 煤气中毒急救常识 第六节 吸入浓烟的应急处理 第七节 地窖窒息的应急处理 第六章 家庭防盗防骗 第一节 陌生人敲门时的应对措施 第二节 家中发现窃贼时的应对措施 第三节 避免坏人闯入家中 第四节 设置家庭防盗设施 第五节 安全存放现金及贵重物品 第六节 家中遭遇盗窃时正确报警 第七节 家中被盗后保护现场 第八节 在家中或附近防范诈骗 第九节 被骗后巧妙报警 第十节 正确地向公安机关报案 第十一节 合理使用家庭电话 第七章 家庭卫生安全 第一节 家庭卫生常识 第二节 保持家庭卫生清洁 第三节 洗净衣物 第四节 睡一张干净卫生的床 第五节 青少年易铅中毒 第六节 预防铅中毒 第七节 警惕甲醛 第八节 新衣可能是“隐形杀手” 第九节 正确选购安全服装 第十节 辨别变质药品 第十一节 服错药时的处理措施 第十二节 预防宠物带来的疾病 第十三节 养狗要预防狂犬病 第八章 意外伤害处理 第一节 外伤处理 第二节 处理普通小外伤 第三节 被轻微炸伤的处理 第四节 手指被切伤的处理 第五节 意外跌伤的应急措施 第六节 异物误入呼吸道时的应急措施 第七节 哽噎时的应急处理 第八节 异物进入眼睛的处理 第九节 地震危险应急处理 第十节 预防地震造成的侵害 第十一节 勿模仿影视中的惊险动作 第十二节 游戏时避免意外伤害 第九章 保护自身安全 第一节 正确保护视力 第二节 电磁辐射的危害 第三节 避免电磁辐射 第四节 防止视力不断下降 第五节 改善视力的食物 第六节 近视是可以预防的 第七节 正确保护牙齿 第八节 保护好你的耳朵 第九节 慎吃安眠药 第十节 安全吃药 第十一节 预防农药中毒 第十二节 农药中毒的处理措施 第十三节 青少年亦有“电视病” 第十四节 健康地看电视 第十章 家庭心理安全 第一节 预防青少年自虐 第二节 离家出走的心理因素 第三节 离家出走带来的伤害 第四节 预防离家出走 第五节 电脑游戏的危害 第六节 合理上网 第七节 预防玩电子游戏上瘾 第八节 在网上保护自己 第九节 预防青少年“网络成瘾症” 第十一章 家庭应急安全 第一节 夏季中暑的应急处理 第二节 外伤出血的应急处理 第三节 突然休克的应急处理 第四节 抽风的应急处理 第五节 破伤风的应急处理 第六节 手脚抽筋的应急处理 第七节 冻伤的应急处理 第八节 预防冻疮 第九节 洗澡晕倒的应急处理 第十节 酒精中毒的应急处理 第十一节 “闪腰”后的简易疗法 第十二节 鼻出血的紧急处理 第十三节 “掉下巴”的应急处理

## 章节摘录

第一章家庭用电安全 随着国民经济的发展,家用电器正走进千家万户,电力的应用范围不断扩大。电能作为现代社会的主要能源之一,为人类提供了最干净、最经济、最便于传输和运用的强大动力,电能广泛运用于生产与生活中,在国民经济和日常生活中占有十分重要的地位,有力地推动了人类社会的发展,给人类创造了巨大的财富,改善了人类的生活。

然而,电能造福人类的同时,如果在生产和生活中不注意安全用电,也会带来灾害。

例如,设备漏电产生的电火花可能酿成火灾、爆炸,高频用电设备可产生电磁污染等。

一根普通带电导线也隐藏着巨大的能量,人若触及,电能可在瞬间释放,造成人体组织器官的严重损伤,甚至可能因心跳、呼吸骤停而丧生。

因此,用电安全常识需要大家一起来学习与重视。

第一节安全用电基本常识 二、照明开关必须接在火线上 如果将照明开关装设在零线上,虽然断开时电灯也不亮,但灯头仍然是接通的,人们看到灯不亮,就会错误地认为电灯处于断电状态,而实际上灯具上各点的对地电压仍是220伏的危险电压。

如果灯灭时人们触及这些实际上带电的部位,就会造成触电事故。

所以各种照明开关或单相小容量用电设备的开关只有串接在火线上,才能确保安全。

二、单相三孔插座必须要接地线 通常单相用电设备,特别是移动式用电设备,都应使用三芯插头和与之配套的三孔插座。

三孔插座上有专用的保护接零(地)插孔,在采用接零保护时,有人常常仅在插座底部将此孔接线桩头与引入插座内的那根零线直接相连,这是极为危险的。

因为万一电源的零线断开,或者电源的火(相)线、零线接反,其外壳等金属部分也将带上与电源相同的电压,就会导致触电。

因此,接线时专用接地插孔应与专用的保护接地线相连。

采用接零保护时,接零线应从电源端专门引来,而不应就近利用引入插座的零线。

三、严禁将塑料绝缘导线直接埋在墙内 塑料绝缘导线长时间使用后,塑料会老化龟裂,绝缘水平大大降低;当线路短时过载或短路时,更易加速绝缘的损坏;一旦墙体受潮,就会引起大面积漏电,从而危及人身安全。

塑料绝缘导线直接暗埋也不利于线路检修和保养。

四、要使用漏电保护器 漏电保护器又称漏电保护开关,是一种新型的电器安全装置,其主要用途是防止由于电器设备和电器线路漏电引起的触电事故。

如果用电过程中出现单相触电事故,漏电保护器能及时切断电器设备运行中的单相接地故障,防止因漏电引起的电器火灾事故。

随着家用电器的不断增加,在用电过程中,由于电器设备本身的缺陷、使用不当和安全技术措施不利而造成的人身触电和火灾事故,给人们的生命和财产带来了许多不应有的损失,而漏电保护器的出现,对及时切断电源,保护设备和人身安全,预防各类事故的发生,提供了可靠而有效的技术手段。

第二节安全使用家电 随着家用电器的普及,电视机、电冰箱、洗衣机、电熨斗、吹风机、电风扇等家用电器越来越多地进入普通家庭;因此正确掌握安全用电知识,确保用电安全,就显得至关重要。

常用的家用电器的额定电压是220伏,正常的供电电压在220伏左右。

我们要做到不购买“三无”假冒伪劣家电产品,并且在使用家电时应有完整可靠的电源线插头。

对金属外壳的家用电器要采用接地保护,不能在地线和零线上装设开关和保险丝,也禁止将接地线接到自来水、煤气管道上。

潮湿的手不要接触带电设备,更不要用湿布擦抹带电设备。

平时我们不要私拉乱接电线,不要随便移动带电设备。

检查和修理家用电器时,必须先断开电源。

家用电器的电源线破损时,要立即更换或用绝缘布包扎好。

一旦家用电器或电线发生火灾,应先断开电源再灭火。



## <<危机生存手册>>

### 编辑推荐

如今的青少年已经不再完全依靠爸爸妈妈的百般宠爱与呵护，不少人很小就离开家庭住进了学校，过集体生活，而他们自己，也渴求能尽快成为“大人”，过独立自主的生活。

可是，从离开父母照顾与呵护到真正成为“大人”的这段时间内，青少年依然不能“独闯江湖”。学习、生活中存在各种“暗礁”与“急流险滩”，疏忽大意、安全意识淡薄会危及青少年的身心健康甚至生命。

张广德编著的《危机生存手册(家庭版)》内容涉及用电安全、防火、饮食安全、煤气安全、家庭防盗、家庭卫生、外力安全等多方面的安全教育指导，全书最大的特点就是全面、细致、有效，可以帮助青少年有效地解决问题，将损失控制在最低范围内。

<<危机生存手册>>

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:<http://www.tushu007.com>