

<<遇险自救100招>>

图书基本信息

书名：<<遇险自救100招>>

13位ISBN编号：9787219070277

10位ISBN编号：7219070276

出版时间：2010-9

出版时间：广西人民

作者：周传林

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>

## <<遇险自救100招>>

### 前言

天有不测风云，人有旦夕祸福。

尽管我们的生活一如既往的平静和安宁，但火灾、地震、洪灾、海啸、交通事故、溺水、触电、煤气泄漏、路遇劫匪等诸如此类的天灾人祸在世界各地时有发生，这些“潜伏”在人生道路上的种种危险因素，不仅会造成巨大的经济损失，更为严重的是会造成人员伤亡，给社会和家庭带来不幸。

这些事件看起来似乎离我们很遥远，但事实上，每个人都处于一定的安全风险中，而且谁也无法预料自己在何时何地会遇到何种灾难。

也许，某一天，我们可能被困在出故障的电梯里，或乘坐的公共汽车失火了，或路上遇到了持刀的抢劫者，或在野外游玩时遭遇雷电暴雨甚至更严重的危险，这个时候我们该怎样迅速脱离险境，拯救自己的生命呢？

2010年4月14日，这是一个令国人惨痛的日子。

这一天，在青海的玉树一带，顷刻间，山崩地裂，成百上千人丧失生命，财产遭受巨大损失。

4.14地震的发生，再次为我们在灾难避险自救方面敲响了警钟：漫长的一生中我们随时会遇到意外的危险，而是否能及时采取有效的避险自救措施，将会决定我们的生命延续与否。

因此，作为一个现代人，清醒地认识到自己身边的自然灾害和现代生活中的各种危险，掌握遇险自救的技能，增强自身的生存能力，是一种必备的素质。

而抱有侥幸心理，或因为生活的平静而认为危险离我们很远，忽略身边可能存在的种种危险，产生麻痹松懈的思想，这是非常可怕的事情。

## <<遇险自救100招>>

### 内容概要

在我们的日常生活中，地震、洪灾、火灾、车祸等突发灾害时有发生。面对灾害，很多人因缺乏自救知识而惊慌失措，错过了最佳自救时间，导致悲剧的发生。面对突发灾害，能否及时有效地采取自我救助措施，将会决定生命的延续与否。同时，掌握了遇险紧急救助的方法，也可以帮助周围的人摆脱险情。

这本《遇险自救100招》是现代家庭必备的自救手册，适合不同年龄层次的人群阅读。本书内容分为自然灾害篇、火场危害篇、交通事故篇、水上安全篇、日常意外篇、非法侵害篇和野外遇险篇，共100条遇险自救的方法，并配有精美的漫画，帮助读者迅速掌握各种有效的自救、互救技能。

增强读者的生存能力，让读者能更好地保护自己、救助他人！

## &lt;&lt;遇险自救100招&gt;&gt;

## 书籍目录

- 一 自然灾害篇 1.遭遇地震时如何避险？
- 2.地震中被压埋以后如何自救？
- 3.面对冰雹该怎样防范与自救？
- 4.遇到龙卷风如何避险？
- 5.台风期间人们该如何防范？
- 6.遭遇洪水时怎样自救？
- 7.旅游遭遇山洪暴发如何自救？
- 8.遇到泥石流时如何避险？
- 9.山体滑坡时如何避难逃生？
- 10.怎样防范雷击的危害？
- 11.遇到大雾应注意什么？
- 12.面对雪崩该如何保护？
- 13.沙尘暴天气应注意什么？
- 14.火山爆发时怎样逃生？
- 15.遇到海啸该怎样自救？
- 二 火场危害篇 16.遭遇森林火灾如何避险？
- 17.家庭失火该如何自救？
- 18.厨房着火怎样进行自救？
- 19.家用电器着火如何处理？
- 20.被烟雾围困时如何脱险？
- 21.高层建筑失火如何自救？
- 22.娱乐场所发生火灾怎么逃生？
- 23.影剧院失火如何逃生？
- 24.商场发生火灾如何逃生？
- 25.地下场所失火怎么逃生？
- 26.教学楼起火时怎样脱险？
- 27.宾馆发生火灾怎么逃生？
- 28.医院着火如何逃生？
- 29.汽车失火如何脱险？
- 30.公交车发生火灾时如何逃生？
- 31.火车着火怎么安全逃生？
- 32.地铁发生火灾如何逃生？
- 33.客船着火后如何逃生？
- 三 交通事故篇 34.汽车翻车后怎样自我保护？
- 35.汽车落水如何自救？
- 36.驾驶汽车失控如何应对？
- 37.汽车行驶中轮胎爆裂怎么处理？
- 38.在高速公路上发生事故如何自救？
- 39.火车不同位置遇险时该怎样自救？
- 40.遇到地铁停电怎么办？
- 41.乘地铁时不慎掉下站台怎么办？
- 42.遭遇空难如何避险？
- 43.遇到歹徒劫机如何应对？
- 44.遭遇海难怎么逃生？
- 四 水上安全篇 45.意外溺水怎么自救？

## &lt;&lt;遇险自救100招&gt;&gt;

- 46.游泳时抽筋怎么办？
- 47.游泳时被水草缠住怎么办？
- 48.游泳时遇到旋涡怎么脱险？
- 49.游泳遭遇激流时如何应对？
- 50.不慎落入冰窟窿怎么办？
- 五 日常意外篇 51.发现煤气泄漏怎么办？
- 52.如何避免高楼坠物伤人？
- 53.被困在电梯里如何自救？
- 54.遇到高压线落地怎么办？
- 55.日常生活中如何预防触电？
- 56.怎样预防或减少静电的危害？
- 57.如何防止电线超负荷？
- 58.怎样防范装修引发的事故？
- 59.怎么预防啤酒瓶“爆炸”？
- 60.如何防范意外炸伤？
- 61.遇到化学物质泄漏怎么办？
- 62.遇到恶狗袭击如何应对？
- 63.如何预防“鲜花杀手”的攻击？
- 64.如何应对在游乐场遇到的意外？
- 65.发生食物中毒怎么办？
- 66.发生煤气中毒怎么办？
- 67.发生农药中毒应如何急救？
- 68.发生酒精中毒如何救护？
- 69.如果服错药了怎么办？
- 70.误饮洗涤剂如何救护？
- 71.发生中暑怎么应对？
- 72.洗澡时头晕呕吐怎么办？
- 六 非法侵害篇 73.街上遇到行凶之人怎么办？
- 74.遭抢劫、抢夺时应如何应对？
- 75.出租车司机被抢怎么办？
- 76.在地下通道和过街天桥该如何防范被抢？
- 77.女性被跟踪时怎么办？
- 78.遭遇绑架时如何自救？
- 79.居室遭劫后怎么办？
- 80.在公共场所如何防范被偷盗？
- 81.遇到陌生人叫门怎么办？
- 82.如何应对电话骚扰？
- 83.女性如何预防性骚扰？
- 84.怎样防止入室强奸？
- 85.女性遭强奸时如何自卫？
- 86.面对敲诈勒索行为该怎样防范？
- 87.骑自行车受到袭击怎么办？
- 88.身处激愤的人群中如何应对？
- 七 野外遇险篇 89.野外遇险如何向外界求救？
- 90.外出遇到水土不服怎么办？
- 91.帐篷遭受侵袭怎么处理？
- 92.不慎陷入洞穴如何脱险？

<<遇险自救100招>>

- 93.野外遇险无炊具怎样煮食？
- 94.在野外迷路怎么办？
- 95.雪原迷路如何应对？
- 96.洞穴内迷路怎么办？
- 97.地图上没有的道路如何走？
- 98.野外被毒蛇咬伤怎么自救？
- 99.怎么应对在野外发生的小意外？
- 100.在沙漠中如何寻找饮用水？

## <<遇险自救100招>>

### 章节摘录

插图：近年来，汽车火灾事故时有发生，给国家和人民的生命财产造成了不小的损失，教训是深刻的。

下面介绍一些汽车火灾的扑救和逃生方法，以供参考：（1）当汽车发动机发生火灾时，驾驶员应迅速停车，让乘车人员打开车门自己下车，然后切断电源，取下随车灭火器，对准着火部位的火焰正面喷射，扑灭火焰。

（2）汽车车厢货物发生火灾时，驾驶员应将汽车驶离重点要害部位（或人员集中场所）停下，并迅速向消防队报警。

同时驾驶员应及时取下随车灭火器救火，当火一时扑灭不了时，应劝围观群众远离现场，以免发生爆炸事故伤及无辜群众，使灾害扩大。

（3）当汽车在加油过程中发生火灾时，驾驶员不要惊慌，要立即停止加油，迅速将车开出加油站（库），用随车灭火器或加油站的灭火器以及衣服等将油箱上的火焰扑灭，如果地面有流散的燃料时，应用库区灭火器或沙土将地面上的火扑灭。

（4）当汽车在修理中发生火灾时，修理人员应迅速上车或钻出地沟，切断电源，用灭火器或其他灭火器材扑灭火焰。

（5）当汽车被撞后发生火灾时，由于撞车使车内零部件损坏，乘车人员伤亡比较严重，首要任务是设法救人。

如果车门没有损坏，应打开车门让乘车人员逃出。

同时驾驶员可利用扩张器、切割器、千斤顶、消防斧等工具配合消防人员救人灭火。

## <<遇险自救100招>>

### 编辑推荐

《遇险自救100招(精美插图本)》：遭遇地震如何避险?遇到洪水如何自救?汽车失火如何脱险?食物中毒如何急救?《遇险自救100招(精美插图本)》告诉你当遇到危险时，你第一时间该做的事!家庭必备自救读本学习遇险自救技能，为你和你的家人加一道保险!



<<遇险自救100招>>

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>