

<<女性救护宝典4>>

图书基本信息

书名：<<女性救护宝典4>>

13位ISBN编号：9787539255262

10位ISBN编号：7539255269

出版时间：2010-2

出版时间：江西教育出版社

作者：传奇翰墨编委会

页数：203

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>

## <<女性救护宝典4>>

### 前言

生命中没有预演，一切发生的事情都不可逆转。

当你面对生活中的突发事件，如暴力抢劫、野外迷路、跟踪偷拍、意外受伤或者是洪水地震等情形时，你该如何应对？

《传奇·女性救护宝典》丛书取材于美国Lifetime Television（美国第一家女性24小时有线电视频道，在美国有线电视网收视排名中，黄金时间和全天收视率位列前十名，18岁以上女性的收视率稳居第一）中“ What should you do？

”（《如何应对？

》）栏目的经典案例。

该节目通过讲述生活中真实发生的危险故事，总结应对这些危险的措施办法，因此赢得了很高的收视率和社会美誉度，被称为“女性自我保护教科书”、“女性救护宝典”。

你不可能把电视带在身上进行阅读，因此“传奇翰墨编委会”提取“ What should you do？

”的精华内容，从面对凶犯、自然灾害、野外生存和医疗救护等4个角度推出了《不要和陌生人搭讪！

》《地震来了！

》《你跑得过蜜蜂吗？

》《别把铅笔拔出来！

》4本救护宝典。

这本书所讲述的故事也许一辈子也不会发生在你的身上，但是，仅仅微乎其微的危险概率不幸降临到一个人的身上时，她面对的就是灭顶之灾；这本书中所讲述的应对技巧也许你一辈子都不会使用，但是只要使用一次，则会挽救一个人的生命！

谨作为奉献给女性的礼物。

## <<女性救护宝典4>>

### 内容概要

当你冲浪时深陷激流，当你跑步时与黑熊狭路相逢，当你开车时遭遇一场离奇车祸……这些都有可能真实地发生于户外活动或旅行时，你该如何应对？

《你跑得过蜜蜂吗？

》通过真实的案例，来分析和提示你该采取什么样的应对方法。

应对方法有很多种，但是仅仅一种就能够挽救年轻的生命。

记住带着这本书，也许你能用得着它！

<<女性救护宝典4>>

作者简介

取材美国安全教育纪录片

“ What should you do?美国LifetimeTV热播 ”

百家电视台热播《传奇》之精华中国女性安全教育丛书

## <<女性救护宝典4>>

### 书籍目录

序言1.雪山迷途（在一个风和日丽的清晨去登山，结果迷了路。

天气骤然变得恶劣。

该如何应对?) 附：你知道吗——亚冻伤的处理办法2.遭遇狮子（沿着一条路慢跑，突然两头美洲狮蹿了出来。

该如何应对?) 3.坠崖骨折（只身在野外徒步旅行，不料失足坠入21.35米深的峡谷，双腿骨折。

该如何应对?) 附：你知道吗——伤口的清洁妙方4.雪崩活埋（遭遇雪崩还没来得及反应就陷入深埋的境地，该如何应对?) 5.骑马受伤（一个女人骑马时出了事故，身受重伤。

该如何应对?) 附：你知道吗——正确的急救姿势6.受困深山（一辆雪上摩托被撞坏了，困在了大山里。

没有食物也没有水。

该如何应对?) 7.沙漠求生（在沙漠徒步旅行时失足坠落，处境危急，当时流了很多血。

该如何应对?) 附：你知道吗——中暑或脱水的急救常识门8.与熊面对面（无法在灰熊面前逃跑，只能在险境求得生存。

该如何应对?) 9.深陷激流（橡皮船翻倒，船上人全部落入激流，身处险境。

该如何应对?) 附：你知道吗——救助溺水者的方法10.枪鱼攻击（在远洋捕鱼时，突然遭遇一条近300千克的枪鱼的攻击。

该如何应对?) 11.蛇口求生（狗莫名其妙地狂叫起来，想去看个究竟，结果被一条凶猛的毒蛇咬伤了，该如何应对?) 附：你知道吗——被蛇咬伤自救12.鹿制造的离奇车祸（在高速公路上行驶，突然路边有一头鹿直接撞向汽车。

该如何应对?) 13.蜘蛛蜇人（突然被一只蜘蛛蜇了一下，一股强烈的刺痛。

手和胳膊开始发黑。

该如何应对?) 附：你知道——蜂群攻击幸存法14.海上漂亮（船在海上遇难，只能乘着救生筏海上漂流。

该如何应对?) 附：“你知道吗？”

完全解答

<<女性救护宝典4>>

章节摘录

1.雪山迷途 出发 “嘿，今天天气不错，我们去登山吧！”

”辛迪准备带自己的侄子赖安登山。

感恩节后的第一天，辛迪和侄子赖安起了个大早，他们想趁着不错的天气攀登鲍尔迪山。

辛迪很喜欢爬这座山，以前来过好几次。

虽然早上出门的时候稍微感觉有点风，但山上有风是很正常的事，这并没有影响她已经做出的决定。

赖安很兴奋，这是他第一次攀登鲍尔迪山。

“快点，快点。

我们赶快走吧！”一路上他不断地这样催促辛迪。

在搭乘缆车升到2440米后，他们决定徒步攀登剩下的183米，到达峰顶。

把整座大山踩在脚下的感觉真是很奇妙。

登上峰顶之后，两个人高兴极了，尤其是赖安，这是一种从未有过的体验，他突然之间觉得自己好像长大了许多。

辛迪当然理解赖安此时的心情，因为她第一次登上鲍尔迪山的时候也是这样。

休息过后，他们带着好心情往山下走。

而就在这时，天气似乎发生了变化，风开始越刮越大，比她们早上出门的时候猛烈了许多，可只顾着高兴的两个人并没有注意到这一点。

辛迪决定走另一条路——一条人们不常走的近道下山。

事实证明，这是一个巨大的错误。

迷路 “我们沿着那条路从峰顶往下走。

我发现周围的环境很陌生。

但我认为只要沿着一条路一直往下走，最终一定能看到我们原先走过的路。

”至今辛迪还为那个幼稚的想法觉得好笑，或许还有一些愧疚——对自己亲爱的侄子赖安。

登完2623米的山峰，赖安已是筋疲力尽，虽然在山顶休息了片刻，但那似乎并没有起到什么作用。

下山走了不到半个小时，他的两条腿就跟灌了铅似的，好想找个地方歇息一会儿。

赖安用询问的目光看着辛迪。

“走吧，这条路应该没问题。

”辛迪认为他们应该继续沿着这条路一口气走下去。

结果，两人彻底迷路了。

## <<女性救护宝典4>>

### 媒体关注与评论

这是一部改变生活的片子，它非常、非常有用，我在看它的时候通常全神贯注。或许某个时候我遇到困境会用到这些片子里的信息，虽然我不断祈祷上帝不要让我碰到这里的任何一种状况。

——MelindaAgra（美国网民） “Whatshouldyoudo？”

”是一个好节目，观众从不会感到痛苦乏味。

它是最喜爱的节目之一，我希望与它终生为伴。

我真的认为，这个片子可以挽救我的生命。

我希望它有更多季，让更多人发现它，这是回馈观众的出色表现。

——ElitaFranklin（美国观众） 《女性救护宝典》很特别，对于年轻女性来说，这套书将改变她们的生活。

在这套书的每一本当中，她们都能够学到20个以上的安全提示！

这套书是年轻女性的安全教科书。

——段常颖（《非常传奇》栏目主编）

## <<女性救护宝典4>>

### 编辑推荐

《女性救护宝典4：你跑得过蜜蜂吗?》取材美国安全教育纪录片“ What should you do?” 美国Lifetime TV热播。

百家电视台热播《传奇》之精华中国女性安全教育用书。

有人尾随怎么办？

遇到歹徒怎么办？

煤气泄露怎么办？

请看“传奇”书系之《女性救护宝典》！

全国100余家电视台广告热播 中国教育电视台、天津电视台、广西电视台、哈尔滨电视台、贵州电视台、长春电视台、长沙电视台、南昌电视台、济南电视台、湖南经济电视台、太原电视台、乌鲁木齐电视台、西安电视台、南京电视台、厦门电视台、广州电视台、杭州电视台、青海电视台、包头电视台、四川电视台、福建电视台、石家庄电视台、郑州电视台、宁波电视台、武汉电视台、河南电视台、辽宁电视台、江苏电视台、三亚电视台、兰州电视台、昆明教育电视台广告热播。

完全生活·完美女性



<<女性救护宝典4>>

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>