

珍爱生命 预防溺水



预防溺水 家长需要做什么?

学生放假,安全意识不能“放假”。家长需加强对孩子的监管,准确把握孩子的动向,做到“知去向、知同伴、知内容、知归时”,严防溺水事故发生。

去哪里? 何时回家?
和谁去? 我……
做什么?



防溺水 牢记这六个“不”!

- 不私自下水游泳
- 不擅自与他人结伴游泳
- 不在无家长或教师带领的情况下游泳
- 不到无安全设施、无救援人员的水域游泳
- 不到不熟悉的水域游泳
- 不擅自下水施救

如何判断有人溺水了?

- 嘴巴在水面浮动,难以呼救
- 手臂前伸,但无法划水移动
- 身体呈直立状,挣扎后下沉
- 眼神呆滞,无法专注或闭眼
- 溺水儿童头部可能会向前倾
- 呈发呆状,对询问没有反应
- 儿童戏水有声响,安静无声需警惕



不幸溺水, 如何正确自救?

- 保持镇定,节省体力
- 头部后仰,露出口鼻
- 深吸浅呼,放松肢体
- 防止呛水,用嘴吸气
- 如有漂浮物,尽力抓取
- 找准时机,大声呼救
- 遇人营救,听从指挥



有人溺水 如何正确施救?

大声呼救找援手
及时向周围的大人求助,并拨打110报警。

就地取材施援手
可将救生圈、竹竿、木板等抛向落水者,让其攀扶或将其拖至岸边。拖拽救援时需伏地降低重心,以免被拉入水中。

清理口鼻通气道
救溺水者上岸后,迅速清理其口中的淤泥等,仰头抬颌开通气道,并拨打120。

人工呼吸待救援
若溺水者呼吸及心跳微弱或心跳刚停止,应迅速人工呼吸,同时做胸外心脏按压。

脱下湿衣防低温
若溺水者身着外套,需尽早脱下。湿衣会带走身体热量,造成低温伤害。



会游泳就能救人? 不!

千万不能因为会游泳或水性好就放松警惕、盲目下水救人。

即使是习水性的人,未做充分准备活动、下水后突然遭受冷水刺激或游泳时间过长等,也可能在水下出现四肢痉挛、抽搐,导致失去自主能力而下沉。



溺水急救, 避开这些误区!

误区1: 手拉手“人链”施救
手拉手结成“人链”施救非常危险!若出现体力不支、脚下打滑等情况,可能会导致连环溺水事故。

误区2: “倒背控水”施救
“倒背控水”不仅会耽误黄金抢救时间,还会导致溺水者胃内容物排出,增加误吸入肺部的风险。

误区3: 直接下水施救
若未受过专业训练或未取得救生证,不要轻易下水救人!陌生水域水况复杂,直接下水施救难度大,极易发生危险。



防溺水童谣

游泳戏水季节到,
偷偷下水不得了。
擅自结伴不能保,
大人陪护不能少。
没有救援不要去,
陌生水域不可靠。
盲目施救不可取,
安全六不别忘掉。



来源:人民网

