

# 《防灾避险》

## 图书基本信息

书名：《防灾避险》

13位ISBN编号：9787117109772

10位ISBN编号：7117109777

出版时间：2009-1

出版社：人民卫生出版社

页数：80

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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《防灾避险》

## 前言

60多年前，世界卫生组织（WHO）就提出了健康三要素概念：“健康不仅是没有疾病或不虚弱，且是身体的、精神的健康和社会适应良好的总称”。1989年，WHO又深化了健康的概念，认为健康包括躯体健康、心理健康、社会适应良好和道德健康。1999年，80多位诺贝尔奖获得者云集纽约，探讨“21世纪人类最需要的是什么”，这些人类精英、智慧之星的共同结论是：健康！然而，时至今日，“没有疾病就是健康”仍是很多农民朋友对健康的认识，健康意识的阙如，健康知识的匮乏，健康行为的不足，使他们最易遭受因病返贫、因病致贫。社会主义新农村建设，是中国全面建设小康社会的基础。“要奔小康，先保健康”，没有农民的健康，就谈不上全国人民的健康。面对9亿多农民的健康问题，我们可以做得更多！为满足农民朋友对健康知识的渴求，基层卫生专家们积累多年工作经验，从农民朋友的角度出发，陆续将有关重点传染病、常见慢性病、地方病、意外伤害等农村常见健康问题编写成普及性的大众健康丛书。首先与大众见面的是该套丛书的重点传染病系列。该丛书以问答的形式，图文并茂，通俗易懂，相信一定会为广大农民朋友所接受。

# 《防灾避险》

## 内容概要

《防灾避险》是新农村防病知识丛书之一。为农民朋友编写避险防灾科普读本的念头已持续了两年，始于一份台风意外伤害的调查报告——台风的伤害高峰在台风前而不是台风时——虽然很简单的调查结果，但却让许多人都诧异。群众中还有多少应急观点、应急措施是错误的，但却又是在广为传播、实施的呢？避险防灾的技术有别于高血压等慢性疾病的预防，瞬时性、严重性、突发性，都要求应急应当果断、正确。而向农民朋友传播避险防灾知识的念头在“5·12”汶川大地震后，更是强烈到了极点——必须让更多的老百姓认识危险、防范危险！在灾难与意外面前，假如你懂得一些自救、互救的知识，也许危险就会擦肩而过……本读本延续了同一系列的问答形式，短短100问要写尽农民朋友常遭遇的意外伤害与灾难问题总是觉得太少了，突出了交通伤、溺水、烧烫伤、气管异物等常见意外伤害及地震、台风等自然灾害重点问题，并将灾后防病作为不可或缺的内容进行了阐述，力求100个问题，题题有实在内容，题题让农民朋友看后有所感悟，学以致用。插图也花了很大的工夫，力求直观、无歧义，帮助阅读理解。

# 《防灾减灾》

## 作者简介

郑寿贯，男，1951年出生，1969年参军服役，1974年浙江医科大学（现浙江大学医学院）毕业，一直从事基层疾病预防控制工作，现任浙江省金华市金东区疾病预防控制中心主任、主任医师。在农村工作中开展了大量的实地调研与疾病防治工作，积极开展科研，曾获省部级科研奖励第一负责人4项，第二负责人2项，第三负责人以后或省厅、地（市）级16项。发表论文60余篇，编著专业书4册。1997年获全国预防医学创始人刘世杰预防医学奖励基金会奖；2001年获全国预防医学创始人吴执中教授职业卫生奖励基金会奖励；2002年被授予享受国务院特殊津贴专家；2006年获浙江省有突出贡献的中青年专家的荣誉称号；2007年获金华市十佳社会工作人才。

龚震宇，男，1969年11月出生，公共卫生硕士，副主任医师。1993年上海医科大学毕业，获学士学位，2006年浙江大学硕士毕业。1999年在美国加州大学洛杉矶分校（UCLA）学习流行病学，2003~2005年参加了中国现场流行病学培训项目（CFETP）第三期培训。现为浙江省疾病预防控制中心病媒生物防制所所长。一直从事急性传染病监测防制和应急处置工作，擅长现场流行病学研究。2001年曾被评为“浙江省卫生系统青年岗位能手”。曾主持了卫生部、中国疾病预防控制中心和省卫生厅等多项科研项目。参加的课题先后多次获得卫生部、省科委、卫生厅等的科技进步奖。发表学术论文66篇，获奖论文5篇；发表专业译文（综述）等165篇，约50多万字；并参与3本译著的翻译和3本专业书写作。

# 《防灾避险》

## 书籍目录

1.农民为何要有防灾避险应急意识？2.避险防灾应急的原则与技巧有哪些？3.农民应常备哪些避险防灾应急物品？4.农民常见意外伤害有哪些？5.意外事故中如何简单判断伤者情况？6.现场如何进行人工呼吸？7.现场如何进行胸外心脏按压？8.现场如何简易止血？9.现场如何简单固定与搬运骨折病人？10.常见外伤处理误区有哪些？11.乘坐摩托车为何应戴好头盔？12.汽车驾驶员为何应系安全带？13.农村机动车驾驶员如何预防和减少车祸的发生？14.遭遇车祸瞬间，乘客如何减轻伤害？15.哪些不良乘车习惯可能会伤害儿童？16.汽车途中刹车突然失灵，驾驶员该怎么办？17.汽车途中爆胎，驾驶员该怎么办？18.汽车过铁道口突然熄火怎么办？19.列车出轨如何自救？20.火灾中如何正确逃生？21.哪些火灾不能用水扑救？22.如何正确使用灭火器？23.烫伤后如何处理？24.游泳应注意哪些安全问题？25.怎样援救溺水者更易成功？26.现场如何救助触电者？27.农民如何预防坠落伤？28.掉进沼泽地如何求生？29.林中迷路如何找准方向？30.被困孤岛或丛林中，如何发出求救信号？31.煤气中毒如何自救互救？32.发生危险化学品泄漏时该往哪逃？33.被毒蛇咬伤后如何自救？34.被蜂蜇伤如何紧急处理？35.接触松毛虫后如何处理？36.被蜈蚣咬伤后应如何处理？37.被狗咬伤如何处理？38.农药中毒如何紧急处理？39.农业生产中如何预防农药中毒？40.毒蘑菇、蟾蜍等有毒动植物中毒后如何紧急处理？41.脚踩了铁钉怎么办？42.现场如何紧急处理气管异物？43.鱼刺卡喉如何处理？44.宝宝误吃了药怎么办？45.如何处理眼部异物？46.我国常见的天灾有哪些？47.如何识别地震前兆？48.地震时人在屋内该怎么办？49.地震时人在屋外该怎么办？50.身体被压时如何才能脱险？51.地震中人们如何互救？52.如何识别海啸前兆？53.海啸袭来时如何避险？54.海啸落水者如何脱险？55.什么是台风？56.台风伤害为何多发于台风来临前？57.台风前应做好哪些特殊准备？58.台风后应注意哪些安全卫生问题？59.农民如何防雷击？60.哪些地方是农民防雷重点区域？61.遇到山洪，如何逃脱？62.如何防范泥石流？63.如何躲避冰雹的袭击？64.龙卷风来时人们该如何寻求出路？65.遇到火山喷发如何逃生？66.沙尘暴时如何保健康？67.如何躲避高温天气的伤害？68.雨雪冰冻天气个人应如何防病？69.冻伤如何妥当处理？70.农民如何树立防恐意识？71.农民如何认识生物恐怖的常用武器——炭疽杆菌？72.短期内出现多只死鼠应如何处理？73.灾后农民应重点预防的疾病有哪些？74.为什么，“大灾之后要防大疫”？75.农民在灾后应注意哪些卫生问题？76.灾后农民如何选择食品？77.灾后农民应如何加工食品？78.灾后如何寻找安全饮用水？79.灾后如何保护临时水源？80.灾后井水如何清理消毒？81.灾后取河水塘水作饮用水时如何消毒？82.漂白粉使用应注意哪些问题？83.灾区环境应注意哪些卫生问题？84.临时居所建设中应注意哪些卫生问题？85.灾区如何处理粪便、垃圾？86.灾区如何灭蚊、灭蝇？87.灾区如何灭鼠？88.灾区如何灭跳蚤？89.灾区个人卫生应注意哪些问题？90.灾后如何预防霍乱、甲型肝炎等肠道传染病？91.灾后如何预防流感流行？92.灾区怎样预防急性出血性结膜炎？93.灾后怎样预防皮炎？94.灾区如何预防血吸虫病？95.灾区如何预防钩端螺旋体病？96.灾区如何预防出血热？97.灾区怎样预防乙型脑炎、疟疾、登革热等蚊子传播的疾病？98.灾后易发生哪些心理卫生问题？99.个人如何调整灾后心理？100.如何调整灾后抑郁状态？

## 章节摘录

45. 如何处理眼部异物？ 眼睛里进东西后，切勿用手揉擦眼睛，以免擦伤角膜。应冷静地闭上眼睛休息片刻，等到眼泪大量分泌时再慢慢睁开眼睛眨几下，多数情况下，大量的泪水会将眼内异物自动地“冲洗”出来。还有方便可行的办法是准备一盆清洁干净的水，轻轻闭上眼睛，将面部浸入脸盆中，眼睛在水中眨几下，这样也会把异物冲出。如果还是无效，可请人或自己翻开眼皮，用棉签或干净的手帕蘸凉开水或生理盐水轻轻将异物擦掉。如果这些方法都不奏效，那么异物可能陷入眼睛内，应立即到医院请眼科医师取出。千万不要用针挑或用其他不洁物擦拭、挑剔，以免损伤眼球，导致眼睛化脓感染。异物取出后，可适当滴入一些眼药水或眼药膏，以防感染。

# 《防灾避险》

## 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.tushu111.com](http://www.tushu111.com)