

我家 金钥匙丛书

谢 玫 徐 薇 主 编

# 安全防范

## 金钥匙

天有不测风云，人有旦夕祸福

防灾防难、防盗防骗

愿安宁、祥和永远与你相伴

西苑出版社  
XI YUAN CHU BAN SHE



## 安全防范金钥匙

## 第一编 安全防灾

### 怎样搞好家庭防火

进入 20 世纪 90 年代，我国人民的家庭生活将逐渐步入小康水平。越来越多的家庭可望使用上电热炊具和煤气、液化石油气、气化煤油等气体燃料；电视机、电冰箱、洗衣机、吸尘器、电热取暖器，电熨斗之类的家用电器将在家庭生活中普及使用；拥有汽车、摩托车、拖拉机等机动车辆的家庭也将日益增多。大量物质财富“单元化”的集中，无疑给家庭的防火安全提出了更高的要求。

据日本消防部门统计，发生在日本一般家庭住宅中的火灾，年平均为 19000 余次，约占总火灾次数的 32%。我国的家庭火灾也日渐增多，损失逐步增大。许多人家因不懂防火常识，引起火灾事故，使好端端的幸福家庭，转眼问毁于一旦，有的甚或导致家破人亡。

现代家庭搞好防火，保证安全，主要应从以下几方面着手：

1. 普及消防安全知识，每个家庭成员都应学习了解一些基础的消防安全常识，并掌握简便易行的防火灭火措施，譬如，若家中储有少量汽（煤）油，就应知道汽（煤）油的性质及其防火方法，一旦起火如何扑灭，怎样防止火势扩大蔓延等；又如，住在楼房上的家庭，在火灾条件下应如何避难逃生，平时需要做好哪些应急准备等。

2. 安装防火报警装置：及时发现“火情”，提早报警，是防止火灾发生、保证家庭成员生命安全的重要措施。尤其是夜间，家人都睡觉了，火灾突起很难及时发现。若在房间里安装感烟、感光火灾报警器，就能及早报警。另外，使用煤气、液化石油气和天然气等燃料气的家庭，则可在厨房里安装可燃气体报警器，该装置具有灵敏的嗅觉，嗅到“火情”能立即鸣笛报警，告知人们及时采取相应对策。

3. 备置小型灭火器：为了便于家庭迅速有效地扑灭初期火灾，又不污损物品，一些消防器材厂生产有适合家庭使用的小型灭火器材，如“灭火棒”、“灭火灵”等，将它们放置在厨房灶具旁、房间里，万一发生火灾有助于迅速扑灭。

4. 使用防火阻燃制品：为了防止发生火灾，国内外消防科研人员研制出许多具有耐火、防火、阻燃性能的制品，如防火地毯、耐火板、阻燃窗帘等。人们可根据家庭的实际需要和可能，购置防火阻燃制品，从根本上消除火险隐患。此外，还有一些可供家庭涂刷在物体表面的防火涂料、防火漆以及供存放贵重物品的防火保险箱等。

5. 经常进行防火检查：有多种家用电器设备、燃料气和易燃液体的家庭，通常比没有这些东西的家庭火灾危险性要大一些，因此，家庭成员应经常对这些东西进行防火安全检查，看总用电量是否超负荷，电线是否老化，电线布设得是否符合规范，电器设备安装使用是否正确，燃料气灶具设备有无损坏，储存易燃液体的容器有无破漏，等等。通过检查可及早发现和排除火险隐患。

### 居住楼房怎样注意防火

楼房与平房相比，防火的侧重面不同。楼房一旦着火，楼梯通道往往被烟火封住，电梯也往往因断电停运，楼年人员难以逃离，加上扑救困难，所以楼房着火很可能造成严重损失和重大伤亡事故。

楼房防火应主要注意以下几点：

1. 管好火源，液化石油气灶要放在厨房或单独的房间里，不要和炉火在同一个房间里使用。房间要保持良好的通气，无论使用液化石油气灶、煤气灶或炉火时，人都不可离开，发现漏气或意外事故，要及时采取措施。

2. 使用电器设备不要超负荷，不要随便更改或乱拉电线，不用时，要及时关上开关。

3. 教育小孩不要玩火。火柴、打火机等引火物要放在孩子拿不到的地方。

4. 阳台不要堆放废纸、木料等可燃物。

5. 不要在垃圾道燃废纸、刨花等废弃物。

#### 独居老人怎样防火

随着我国人民生活水平的不断提高，人们的平均寿命增长，居住条件也有好转，于是出现了核心家庭和老人家庭，那种“三代同堂”、“四代同堂”的家庭越来越少。从预防火灾来讲，老年人都有丰富的社会经验，在生活中很少会因不慎而导致火灾。但从另一方面来看，老人体质下降，遇事反应迟钝，所以其救火避难能力相对较差。那些老人应如何预防火灾呢？

凡是老人居住的房屋，其建筑结构应考虑到防火性能，也就是室内要尽量用阻燃材料，特别是厨房的炉具、卧室的灯具附近，不能有易燃、可燃物（如纸、布头、汽油、酒精等），家用电表要安装符合标准的保险丝，而不能用其他金属丝（如铜丝、铁丝等）代替。记忆力减弱的老人，在室内使用蚊香不能紧挨可燃物，或用可燃物作为搁置蚊香的底托；老人最好不要躺在床上吸烟，一则其烟头的火星可能会烧着被褥，二则点燃一支烟后，可能会睡着，结果香烟点着被褥，引起火灾。老人使用的寝具、沙发、窗帘、台布等，最好用阻燃织布制做。使用液化石油气的老人家庭，特别要注意关好阀门，因为灶具阀门关闭不严，可燃气体往外泄漏，而老人的嗅觉又不灵，极易引发火灾。独居老人平时要与邻居搞好关系，做子女的可委托邻居关照老人的生活，有条件的可安装报警铃。这样，老人一旦发现火情，可拉警铃请邻居来扑救。老人家庭最好不用电炉、电熨斗，因为老人记忆力相对较差，容易忘记拔下这些电器的插销，通电时间长了，电器元件就会发热，可能会引起火灾。居住寒冷地区的老人家庭，一般不要使用电热毯。

老年人一旦发现家里有火情应该怎么办？首先，不要惊慌，找到火种，如果问题不严重，可找盆水或厚实的不可燃物将火种扑灭；如果是因用电不慎而引起，需立即切断电源。其次，发现火情蔓延很快，要大声呼救，同时用湿毛巾捂住口鼻迅速逃离。如用电话报火警，要告诉对方您的家庭住址。最后，如大火已将逃离的出口堵死，可打开窗户呼救。

#### 厨房怎样防火

##### 家用液化石油气罐防火安全须知

1. 经常检查液化石油气罐和灶具是否漏气。如发现漏气要立即打开门窗，通风换气，切断一切火源、电源，迅速将气罐放到安全地点。

2. 必须按先点火后开气门的顺序使用。使用期间要有人照看，以免汤水溢出浇灭火焰，或被风吹灭火焰，使液化气大量冒出，遇有明火爆炸起火。用完别忘关上气罐上的阀门。

3. 气罐不得靠近暖气、火炉。

4. 气罐的残液不应自行处理或倾倒在下水道内。

5. 一旦发生火灾，应将气罐上的阀门关闭，拧下调压器或剪断胶管，把气罐转移到室外安全地带。

## 家用炉灶安全防火须知

1. 砌筑炉灶，要在粘土内掺入适量沙子，防止炉体、烟囱、火墙或火炕裂缝漏火。

2. 炉灶与火炕之间要用不燃材料（砖）做间壁墙。

3. 炉灶周围不要堆放柴草等可燃物。

4. 严禁用汽油。煤油等易燃液体引火。掏出的炉灰要用水浇灭后倒掉。

5. 经常检查炉灶、烟囱，发现破裂漏烟等要及时维修。

6. 炉灶燃烧使用期间，要确保经常有人看管。

## 安全使用煤油炉须知

1. 煤油炉使用时不得靠近可燃物和容易碰撞的地方。

2. 不准将汽油掺在煤油内混烧，更不准用汽油或其它闪点在 20 以上的易燃液体做燃料。

3. 加注煤油必须在火灭时进行，洒在炉体上或溢流在外面的油要擦拭干净。

4. 捻芯要用棉纱，不能用化学纤维品。

5. 汽化炉的储油罐装油不得超过 3/4，打气不宜过多。使用前应检查弯头内存油情况，如存油过多必须倒出后才能使用。

6. 发现汽化炉油管损坏要及时更换。汽化炉的油汽化后应关闭阀门，先点火后打开阀门放气点燃。

## 安全使用煤气灶须知

据有关部门统计，煤气发生的事故可分为两大类：一类是煤气泄漏引起爆炸燃烧或人身中毒。当房间里泄漏出的煤气和空气混合达到 4.5% 至 35.8 % 时，遇到火种就会发生爆炸燃烧。由于煤气成份里含有约 10% 的一氧化碳气体，泄漏出来，被人体吸入肺部，就会进入血液循环系统，使人的肌体组织缺氧，严重时会导致人死亡。另一类是使用煤气罐的用户，由于不懂煤气具有易燃易爆性能，在更换煤气罐时想将旧罐内的残渣倒掉，结果因碰上火种发生爆炸燃烧，造成人身伤亡。

使用煤气家庭除了必须了解煤气性能及其潜在的危险外，在具体使用（或更换煤气罐）时一定要注意以下几点：

1. 点火后不离人。煤气灶点上火后，如果人离开而没有照看，火焰就有可能被锅内沸溢的汤水浇灭或被风吹灭，这样一来煤气便会从燃烧器的火孔中源源不断地向外泄漏，酿成事故。

2. 用毕要关上总阀。当您用完煤气灶离开时，除了关掉灶具上的旋塞开关外，别忘了关掉煤气表前的管道进气总阀（煤气罐上头的总开关）。如果不关总阀，很可能某个开关。管道或煤气罐联接灶具的橡皮管因出现漏气故障，而形成“慢跑气”，结果导致煤气中毒事故的发生。

3. 厨房内严禁睡人。这是因为一旦夜间发生煤气泄漏事故，就很可能发生煤气中毒或火灾。同样道理，煤气罐及其灶具不能放在卧室内使用。即使住房紧张，只有一间房，也不能放在房内，可安装在阳台或楼梯走廊等地。为安全起见，未使用的备用煤气罐也不应放置在卧室。家庭最好不存放备用煤气罐。

4. 厨房不得存放其他易燃易爆物。在煤气灶房不得存放汽油、酒精、火药、雷管、鞭炮等易燃易爆物，也不能使用电炉、火炉、煤油炉等有明火的炉具。否则，一旦煤气泄漏，极易引发火灾爆炸事故。

5. 断气检修时要切记关闭管道进气开关。有些家庭在使用煤气灶具时恰遇煤气公司断气检修，而没有关上煤气总阀。等煤气公司复送气时造成煤气泄漏而发生严重的事故。

6. 使用煤气罐家庭要注意换罐时安全。有些煤气罐看似用完了，灶具也点不着火，但罐内并非已是真空。如果不注意安全，总阀不关，也有可能因煤气泄漏碰上火种而引起火灾。因此，在换罐时也不可太大意。

一旦煤气失火，首先要设法关闭离事故现场最近的煤气管线上的总开关，如厨房内煤气表前开关、进楼煤气总管道闸井中的开关。如果开关附近有火焰，可以顶着湿麻袋、湿棉被，用湿毛巾包着关闭开关。关闭总气阀，切断气源，以遏制火势。如果煤气把门窗、衣物、家具等物品引着了，火势小时，可以当机立断，用于粉灭火剂扑灭；火势大时，应一边扑救，一边报告消防部门和煤气管理部门。

#### 油炸食品防火须知

1. 家庭厨房在油炸食品时，请注意锅内食油不要放得太满，以防食油煮沸后溢出，遇到明火燃烧引起火灾。

2. 油炸完在食油尚未完全冷却之前，最好注意照看，否则也会留下引起火灾的隐患。

#### 怎样防止油锅着火

在煎炒烹炸时，如果锅里的油过热，很容易突然起火。

油锅起火是油在受热后的自然现象：氧化速度加快，蓄积的热量超过了散发掉的热量，引起了剧烈的氧化反应，当油温达到自燃点后，不用明火引燃就引起了燃烧。不同的植物油的自然点是不一样的，例如：花生油是 445，芝麻油是 410，豆油是 460，菜籽油是 446。

了解了食油的受热自然性质，在使用时就要特别注意防火安全，不要把油锅烧得太热。

一旦油锅着火，不要惊慌失措，应立即用锅盖把油锅盖上，如果用的是煤气灶或液化石油气灶，要关上开关，若是火炉，则应把锅端离火源。锅里的油火隔绝了空气（氧），就自然熄灭了。也可以将切好的青菜倒入锅中，青菜覆盖在油火上，一起隔绝空气作用，二起冷却作用，油火也会很快熄灭。但切记不要用水扑救！因为高温的热油遇到水会爆喷，带火的油不仅容易引起周围可燃物起火，而且还会的伤人体。

#### 安装使用火炉怎样防火

正确安装火炉须知 1. 安装火炉首先要选择适当的地方。2. 带炉瓦的一般民用炉，与床铺、桌、柜等可燃物之间要有不小于 40 厘米的距离，不带炉瓦的不应小于 80 厘米的距离。3. 室内地方狭窄不能留出足够的安全距离时，应设铁板围挡，但与床铺等可燃物仍要有 15 厘米以上的距离。4. 本质地板上安装火炉要垫炉盘，盘下垫一层砖，砖缝用泥浆抹严。5. 烟筒完好无漏洞，衔接处用泥灰抹严，烟筒与顶棚、电线之间应留有 30 厘米以上距离，用铁丝牵拉固定。6. 烟筒通过木窗户的地方要安上剪有圆孔的铁板，使烟筒通过孔洞。孔洞边缘与木框应有 5 厘米以上的距离，室外部分的烟筒要超过木质可燃性屋檐 10 厘米以上。

#### 安全使用炉火须知

1. 不要用汽油、煤油等易燃液体当引火物生炉子。因其易挥发，遇明火会产生猛烈燃烧，容易引起顶棚、电线，以及周围可燃物起火。2. 使用炉火

烘烤衣物，烹调食物，要有专人看管。3.炉火近旁不要堆放刨花、废纸等可燃物。4.不要在同一房间内使用炉火和液化石油气灶。5.教育小孩子不要玩火。6.掏出的炉灰用水浇湿后倒到安全地点。

我国大部分地区居民家庭冬季一般都安装火炉或土暖气来烧火取暖。有些家庭由于缺乏防火知识，在地板或易燃物上放置火炉，不衬垫隔热材料，极易使火炉烤燃衬托物引起火灾。因此，家庭在冬季安装使用火炉时要采取安全措施，并要认真看管，以防火灾的发生。

怎样安全使用液化石油气

1.预防漏气的方法：

去煤气站换气回来，首先给煤气瓶上好减压器，再用肥皂水涂在接口处，认真检查是否漏气。如果漏气就会冒出气泡。还要检查灶具零件是否上紧，若不严密，用气时也会出现危险。严禁用明火检查漏气。

使用时必须先点火，后给气。因为液化石油气和煤气在空气中达到一定比例时，即形成爆炸性混合物，遇到明火就会发生爆炸，甚至引起火灾。所以，如果先给气，气体就会扩散到空气里，与空气混合形成爆炸混合物，此时如遇到明火即有引起爆炸的危险，极易引起爆炸火灾或伤人事故。

2.保持安放灶具的室内通风：

使用液化石油气，如果放在室内，必须保持通风良好。由于液化石油气比空气重，应在房间低处设法装置百叶窗或通风设施，以便漏出的或燃烧不完全的煤气能沿地平面排出，防止煤气中毒、爆炸等事故发生。

3.煤气瓶的放置要求：

煤气瓶是每个煤气用户的小气源。它是用优质钢材制作的。气瓶内的压力由瓶的温度所决定，温度越高，压力越大，所以瓶温不能超过 40 。

煤气瓶和煤灶之间的距离，不得小于 50 厘米，以免靠近灶火把瓶烤炸。煤气瓶应该放在容易搬动的地方，遇有紧急情况，能很快关闭角阀，搬走气瓶。

煤气瓶必须竖立放好，不准倒置、卧放，以防止液化石油气流入减压器，引起燃烧爆炸。煤气瓶严禁靠近明火、火墙、暖气片、炉子、热水管等，更不准曝晒、火烤、热水烫或用硬物敲击，以防发生爆炸事故。

4.使用煤气灶不要离开人：

使用煤气灶烧水做饭时，操作人员不要离开，防止壶烧干，或菜汤溢出熄灭火焰，或煤气火被风吹灭。如果煤气空跑出来充满房间，遇到火种就会发生火灾、爆炸等事故。

5.不要随意拆弄煤气设备：

要劝阻不会使用煤气设备的人，切勿随意扭动煤气瓶上的手轮和拆卸减压器，并要教育小朋友不要玩弄煤气开关或做点火游戏，以免漏气，发生事故。使用煤气灶具的人，应先学会操作使用方法。

6.防止胶管漏气：

煤气瓶与灶具连接的橡皮软管，要放在明显处，不要穿墙，不要隐蔽，以防腐蚀漏气。橡皮软管使用年久要防止老化，应及时更换，并要经常检查橡皮软管是否有烧损、开裂或接装太松等现象，以免造成漏气。

7.防止角阀漏气：

煤气灶上的角阀是由手轮、压母、阀杆、密封圈等组成。角阀是煤气通往灶具接管上的总开关。它有两个口，一个是液化石油气进口，以丝扣和气

瓶连接，另一个是出口，以反扣和减压器进口连接。

不使用煤气灶时，角阀必须严密关闭，如果关闭不严或丝扣脱落、松懈，就会把阀杆（俗称窜挺）顶窜出来，发生爆炸事故。如果密封圈损坏，造成大量漏气，一遇火种，就会造成火灾事故。

#### 8. 防止减压器漏气：

减压器用手轮连接在煤气瓶上部角阀的出口处。它的作用是把煤气瓶内的高压降低，并保持压力稳定。

换煤气瓶后，在装减压器时先要对正、对好丝扣，然后按反扣方向旋转手轮，不要用力过猛，以防漏气。

煤气瓶的位置放得不符合要求，就会使液化石油气流入减压器，造成胶垫溶解膨胀，使进气口间隙变小或堵塞，影响使用。

减压器内的横轴不灵活，造成出口压力不稳，也影响使用。

减压器的胶垫长期使用，由于煤气腐蚀作用出现坑凹现象，会造成漏气。

减压器的固定母丝松动，造成皮膜中心漏气，或上母丝时将皮膜边缘碾破，也会造成漏气。

减压器的皮膜老化会造成漏气。

减压器支架上的小轴，从轴座中脱落或皮膜崩裂会造成高压送气，发生爆炸事故。

所以使用减压器严禁乱拧或随意拆卸，以免松动漏气。更不允许把减压器卸掉供气。防止损坏气瓶或液化气大量流出，发生事故。

#### 9. 不准用煤气瓶里的残油：

由于液化石油气的质量和气温影响，气瓶内剩有少量液化石油气，但没有压力，点不着火，这就是液化石油气残油。如果倒出极易挥发，遇有火种会发生火灾爆炸事故，因此绝对禁止用残油擦车、擦机器等。

#### 10. 要保持灶具燃烧好用：

使用的煤气灶具，容易被饭汁、菜汤或灰尘堵塞。要经常用抹布擦去污水渍，用铁丝或旧牙刷疏通火眼，经常保持灶具燃烧好用。

#### 11. 煤气瓶不要随便接用燃具：

由于液化石油气比焦炉煤气热值高，所以在完全燃烧时需要的空气量不一样，焦炉煤气需要5倍的空气，而液化石油气需要30倍的空气。所以使用液化石油气，不准接用焦炉煤气燃具或私自滥制的燃具，更不准随便扩大喷嘴或缩小喷嘴，这样会使燃烧不完全，以至发生火灾或爆炸事故。

#### 12. 怎样处理漏气：

闻到煤气臭味，要立即打开门窗，进行通风，并用肥皂水检查漏气点。发现大量漏气，要立即关闭角阀，停止灶具使用，并剪断胶管，把煤气瓶迅速搬到室外。

发现煤气泄漏后，严禁开关电门，电闸和电气设备，严禁吸烟和带进火种，以免发生爆炸。不要敲打、碰撞、抛掷各种物品，以免引起火花。灶具漏气要立即通知煤气公司来人修理。罐内剩余残液不要往外倒。

#### 13. 气罐要直立使用，不能平放、倒置。投运气罐时要避免撞击滚动。

##### 液化气灶具漏气着火时怎样处置

据消防部门统计，家庭使用的液化气灶具因漏气而着火事故的发生率很低。一旦漏气着火，只要处置得当，就可化险为夷；处置不当，则有可能发生严重的钢瓶爆炸或液化气体爆炸燃烧事故。因此，用户平时学习和掌握一

些处置液化气漏气着火的方法，是大有裨益的。

发现液化气灶具漏气着火应该怎样处置呢？

首先，要迅速拧紧钢瓶角阀上的手轮，这是最简便易行、又十分有效的处置方法。尤其当火焰在角阀处燃烧时，只要断绝了气源，火焰就会立即自动熄灭。有的用户看到钢瓶角阀处着火，不敢去关闭阀门，认为会发生“回火”爆炸，便把钢瓶弄到屋外任其燃烧，结果反而引起了爆炸。

其实液化气钢瓶是不会发生“回火”爆炸的。当钢瓶角阀出气口上安装有调压器时，因调压器内有“止回”结构，故绝对不会发生回火爆炸；没有安装调压器时，因为钢瓶内的压力大于外界的空气压力，使液化气向外喷射，钢瓶内没有空气，形成不了爆炸性混合气体；此外，钢瓶出气口口径小，火焰传播速度慢，也是防止发生回火的重要因素。

由于液化气燃烧产生的温度很高，用户在关闭角阀时，一定要戴上湿过水的布手套，或用湿围裙、毛巾、抹布包住手臂，防止被火烧伤。如果家中备有灭火器或干粉灭火剂，先把火扑灭，再拧紧钢瓶角阀手轮就更加安全了。

关阀断气的速度一定要快，否则超过3~5分钟，钢瓶角阀内的尼龙垫、橡胶垫圈和用于密封接头的环氧树脂粘合剂就会被高温融化，以至失去阀门的密封作用，使液化气大量外泄，火势会烧得更旺。但即使这样，钢瓶一般也不会发生爆炸，因为钢瓶内的压力始终得不到积蓄。

在这种情况下，千万不能把火扑灭，因为把火扑灭后，钢瓶内的压力很大，您根本无法堵住大量外泄的液化气。而液化气大量泄露出来后，其后果十分危险，遇到火源极易导致爆炸燃烧。

液化石油气失火怎样扑灭

液化石油气着火，通常有以下几种情况：

1. 液化石油气气瓶嘴与减压器连接处漏气着火，这种情况都发生在换来气瓶的当天，出事的多为老人。
2. 连接气瓶和灶具的胶管老化或衔接不严，漏气着火。
3. 灶具漏气着火。
4. 气瓶阀门处漏气着火。

液化石油气失火后，一般情况下，只要关闭气瓶阀门，断绝气源，火焰就会逐渐熄灭。如果气瓶阀门失灵，可以用湿毛巾、肥皂、黄泥临时堵塞漏气着火处。然后，将气瓶挪到空旷处，使气体排空。但此时千万不要与火源接触。

如果火着得很大，要一方面救火，一方面组织力量将气瓶挪出火场。这样将有利于灭火，减少损失。

在气瓶着火时关闭气瓶阀门，要戴一只蘸水的手套或蒙一块湿手中，就不致于烧伤了。

气瓶漏气着火时，往往有呼啸声，这时不要惊慌。只要气瓶是竖着的，气瓶周围的环境温度不超过60℃，气瓶是不会爆炸的。只有将着火的气瓶碰倒才是危险的，因为这时气瓶里的液态石油气会从喷嘴处流出，迅速胀大250—300倍，变为气体。燃烧时的强烈火焰产生高温，就会导致气瓶爆炸。因此，如果一时不慎将气瓶碰倒，要及时把它竖起来，并关闭阀门。

为了预防万一，平时应在液化石油气灶具附近准备简易的灭火工具。如水桶、水缸、沙土，有条件的还可以添置一点灭火粉或灭火器。这样一来，一旦失火，便可以及时扑灭，不致带来大的灾害。

## 怎样安全使用管道煤气

管道煤气中含有相当数量的一氧化碳成分，它是无色、无嗅、有剧毒的气体，它与人体中的血红蛋白的结合力比氧高 200~300 倍。因此，当人体内吸入较多的一氧化碳以后，由于一氧化碳与血红蛋白结合生成碳氧血红蛋白，阻碍新鲜氧气吸入，造成体内缺氧而引起中毒，轻者头晕恶心，重者造成死亡。除此之外，管道煤气使用不当，也会发生火灾或爆炸事故。要安全使用管道煤气，必须遵守以下 10 点：

1. 一定要按煤气公司规定的操作规程正确使用煤气，要采用经煤气公司检验合格并认可的燃具和专用的橡胶软管，不得将液化气，天然气燃具或非专用橡胶管用于管道煤气。

2. 煤气管、煤气表应由煤气公司的专业人员安装、设置，用户不能私自添、移、改装煤气设备，也不能私自使用未经同意的燃气设备，如红外线取暖器、热水器等。

3. 装有煤气管道及用具的厨房或其他场所，不能改作（或兼作）卧室；不准堆放易燃物品，以免发生漏气时造成中毒死亡或火灾等事故。

4. 使用煤气时应有人看管，随时注意煤气燃烧情况，防止因汤水溢出浇灭火焰而使煤气散逸在室内。

5. 煤气供应中断时，应及时关闭表、灶阀门，防止空气混入煤气表及管道内。恢复供气时应将可能混入的空气排出后方可使用。

6. 如发现煤气泄漏，应立即打开门窗，并关闭表、灶阀门，通知煤气公司前来检修。在修复前严禁一切明火，也不要开、关家用电器。

7. 在停止使用煤气或临睡前，应检查灶阀和灶前直管阀门是否已关严；如较长一段时间离开住宅，最好将煤气表前的总阀门也关掉。

8. 橡胶软管应经常检查，如有压扁、老化、接口不严密等情况应及时处理或更换，不能将橡胶软管接长或将煤气灶移至卧室内使用，寒冷季节使用煤气一段时间后应开启门窗，换入新鲜空气，以防室内缺氧或煤气中毒。

9. 在煤气管道及设备上不要吊挂重物，也不能把电线、电器接地线接在煤气管道上，以免损坏煤气管道，或因电线漏电引起火灾、爆炸等事故。

10. 煤气压力过小不能点火；煤气压力过大，火焰过长并伴有噪音，都应停止使用，并立即通知煤气公司前来修复。

### 煤气管道漏气或发生煤气失火怎样处理

管道煤气在使用过程中由于管道年久失修、安装不慎或设备不灵等原因均可能造成漏气。埋在地下的煤气管道，由于受震动或建筑物下沉或管道基础不均匀下沉也会发生断裂而漏气，如泄漏出来的煤气通过较疏松的土壤或污水管道进入室内，会造成严重事故，所以要经常注意煤气管道的漏气问题。

如嗅到室内有煤气的气味，即说明有漏气部位存在，这时应立即打开门窗，促使空气流通，再仔细进行检查。地面以上的煤气管道可采用肥皂液查漏，将肥皂水涂抹在查漏处（一般发生在管道连接之处），如发现肥皂泡沫不断增多，即表明该部位已漏气。查出漏气处后应暂时用胶布将该部位包扎好，然后通知煤气部门查修。

如地上管道查不出漏气之处而煤气味确定存在，那就可能是地下管道漏气，应立即通知煤气部门。无论是地上或地下管道漏气，在尚未修复前，均应严禁明火，严禁拉、合电闸，也不能敲击铁器等，以免产生火花引爆。

如万一发生了煤气失火，应首先关闭煤气表阀门，用湿布扑打并覆盖失

火点，因室内管道压力不会很高，一旦关闭了阀门，较易扑灭。火警消除后，一定要仔细找出泄漏部位，待完全修复后方可继续使用。

#### 怎样安全使用燃气热水器

燃气热水器的特点是燃烧热效率高，加热冷水速度快，并且使用比较方便。使用燃气热水器时应注意下列安全事项：

1. 谨防漏气。连接煤气气源的软管，必须是煤气专用橡胶管，也称耐油橡胶软管，不许用其他塑胶管代替。连接煤气气源和热水器进气端的接口软管与金属管之间的配合一定要适度，如发现软管有裂痕或老化漏气（可用肥皂水检查），应及时予以更换，一般每半年应检查一次，打火或熄火时要仔细检查是否确定点火或熄灭，在使用过程中要经常检查是否燃烧正常，使用完毕时必须关闭煤气气源总阀。

2. 注意通风换气。热水器在工作时不要关闭门窗，最好能使用换气扇等换风装置。

3. 严防火灾。在热水器上面或周围，不许放置易燃物品。在排气口上不准放置毛巾、抹布等易燃物品。热水器工作时，人不能远离现场。

4. 防止烫伤。不要用橡胶管连接热水器出水口，因为橡胶管容易被折弯，使热水堵塞而产生过高温度的热水，以致烫伤人体。关闭热水后，如需要继续使用，需稍待片刻后再接触热水，以防停水时温度过高而烫伤肌肤。

5. 防爆。如发现煤气漏气时，必须立即停止使用，首先关闭煤气总阀，同时打开所有门窗，以自然通风的方法使已经漏出的煤气飘散出去。然后仔细查清漏气的原因，待故障彻底排除后，确认无漏气时方可重新点火使用。注意：此时严禁使用任何火种，绝对不能点火，也不能开动任何电器设备，以免电火花引燃煤气而发生意外。

6. 防冻结。在严冬季节或寒冷地区使用热水器后，应把其中的水放尽，以防冻结，以免影响使用或损坏机件。

#### 家庭贮存汽油怎样预防火灾

汽油是易燃物，其闪点为-50℃，爆炸浓度极限为1—6.96%，爆炸温度极限为-34℃至4℃，因此在家庭贮存汽油很危险。但是，由于生活水平的提高，拥有摩托车、私人汽车的个体运输户多了起来。有车就要使用汽油，不少家庭为了图省事就在自己家里贮存一些备用的汽油，这类家庭特别是城镇居民家庭，住房大都比较拥挤，保管汽油的安全条件达不到，所以极易发生事故。

那么，怎么安全贮存汽油呢？

1. 城镇加油站较多，加油方便，汽油应当直接加到车辆上的燃油箱内。如果为了方便需要贮存少量汽油，应当用金属容器罐装，不要使用塑料桶和玻璃瓶。因为塑料桶会产生静电，玻璃瓶又容易破碎。平时汽油桶盖要拧紧，防止汽油挥发。油桶要放在人们不易碰翻的地方，不要放在厨房、楼梯口、走道旁和床底下，更不得靠近任何火源。

2. 给车辆加油时要选择宽敞、附近没有火源的地方。加完油要及时把油箱盖好，把溢出外面的油揩拭干净。在加油过程中绝对禁止吸烟。

3. 房间里如有浓重的汽油味，要查找原因时，绝对不可点火照明。如已有汽油渗漏在地面上，可用棉纱、干布小心擦干；渗有汽油的纱头、擦布要妥善处理。对地面上的汽油不可用炉内热灰吸收，否则极易引起汽油燃烧。

4. 空汽油桶不再盛汽油时要进行热加工处理，因为空汽油桶内残留汽油

容易挥发，遇火源也会发生爆炸。因此，在热加工处理前，要用水充满油桶，再放掉，多次重复，将油、气冲走；用压缩空气通进桶内，将汽油蒸气排挤出去或加以稀释；用惰性气体如氮气等压入桶内，以取代汽油蒸气混合气体中的空气。

#### 打制、油漆家具怎样防火

近年来，随着物质生活水平的提高，人们对家具的要求越来越高，特别是不少新婚夫妇不爱去买现成的家具，而是请木工来家里，按自己设计的格式、颜色来制做满意的家具。家里打家具如果不重视安全防火，就会引起火灾，造成重大损失。因此，在家里打家具时必须注意做到以下几点：

1. 严禁木工和家里人在制做现场吸烟。
2. 室内不得使用有明火的电炉、煤油炉等。
3. 不宜用大功率的电灯。
4. 制做家具需加热胶料，一般要用蒸气。
5. 室内刨花、锯末、木屑等废料要及时清除，每天收工后必须打扫干净。
6. 室内不准堆放或存放易燃液体或可燃液体及含有有机溶剂的胶。

家里需要油漆刚打好的家具或旧家具，最好请懂专业知识的油漆工人。

如果家人自己干就必须做好防火安全，要注意以下几方面：

1. 油漆房间不能吸烟，不能动用任何明火，哪怕是划一根火柴。
2. 油漆房间要保持良好的通风条件。
3. 不能在油漆房间生炉子取暖。
4. 不能在油漆房间存放可燃、易燃材料，除了直接要用的油漆材料。
5. 油漆房间要经常打扫，随时清除漆垢、残渣等可燃物。

#### 家庭修层怎样防火

农村居民和居住平房的城市居民，免不了要修理房屋，在修房时一定要注意防火。有不少居民在修房时，一边堆放着填充天棚的易燃的锯末，一边烧着熬制沥青的简易炉灶，结果，从炉膛里蹦出的火花引燃锯末，导致火灾的发生。

那么，家庭修房应如何防火呢？

1. 易燃物要远离火源。比如锯末等物应该远离熬制沥青的简易炉灶。
2. 简易炉灶和化粪池附近，应该放上简易的灭火设施，如准备自来水管和沙土堆，这样，一旦发现火情可立即用水浇、沙埋将其扑灭。
3. 最好有专人看管炉灶，不要失守。

#### 怎样预防小孩玩火酿灾

据公安部消防局统计：1987年，全国发生特大火灾114起，其中因小孩玩火所引起的就有6起，占5.3%；1988年，全国发生特大火灾146起，其中因小孩玩火所引起的就有12起，占8.2%。显而易见，小孩玩火是个不容忽视的严重问题。火灾不仅会使国家、集体和家庭财产毁于一旦，而且直接威胁到玩火小孩的生命安全，这方面的惨痛案例不胜枚举。

如1977年2月28日，新疆伊犁地区某单位的礼堂正在放电影，一个12岁的小学生在舞台上燃放“地老鼠”，引燃了堆放的花圈，火势迅速蔓延烧着礼堂建筑，凶猛的烈焰和浓烟使数百名天真活泼的孩子不幸罹难。

1988年4月30日，黑龙江省牡丹市海林县三道乡边安村不幸起火，当时正刮着5~6级大风，火热迅速蔓延，酿成特大火灾。这把火计烧毁民宅559间，使162户、708人的生产、生活资料被毁，损失折款341719元。

事故原因是一村民 5 岁小孩子在院中用打火机点松明子玩，引燃了玉米秆而引起的。同年 4 月 9 日上午、江苏省张家港市合兴乡砖瓦厂内草帘子堆突然起火，待消防队赶赴现场将大火扑灭后，发现两具抱成一团的男孩尸体，其中一个手中拿着盒火柴，另一个身上装着包香烟。两人均为小学二年级学生。不难推测，他们是利用星期天躲到外面学抽烟，引起火灾烧死的。

小孩喜欢玩火，这是孩子们好奇的天性和心理所决定的。在孩子们幼稚的心灵里，火是具有魅力的神奇之物，大多数孩子对熠熠生辉的火光都非常感兴趣，好奇心往往驱使着他们去玩火。据火灾原因统计分析，在这些玩火的孩子中，男孩居多，年龄大多为 5~8 岁，其中尤以农村的孩子为多。通常，5~7 岁的孩子，玩火的方式较单纯，主要是点火燃纸、烧柴草，在黑暗处划火柴、点蜡烛照明等；而 8~12 岁的孩子，其玩火的方式则比较多，包括学吸烟，玩点液化石油气、煤气，玩撒打火机，弹火柴棍，在野外烧荒草、烧东西吃，堆烧废轮胎、废塑料等可燃物，点烧汽油、煤油等易燃液体等。少数顽皮淘气的孩子，其玩火方式更具有恶作剧的味道，他们把汽油浇在捉到的老鼠或小动物身上，然后点火焚烧；把点燃的爆竹烟花往别人身上或家里扔；更有甚者，把爆竹直接插在棉麻草垛上放，以此取乐。凡此种种，说明孩子们大都缺乏对火的认识，处于他们这种年龄根本意识不到玩火的危害性和可能带来的严重恶果。此外，由于小孩总是躲避着大人玩火的，所以，一旦烧起来，往往酿成很大的灾祸。

那么，怎样预防小孩玩火酿灾呢？

1. 教育小孩不玩火是每个家长的职责。家长应把防火教育寓于日常生活之中，从小就对孩子进行防火教育，把家中有可能引起火灾的因素讲给孩子听，告诉他们怎样防止，否则会造成什么样的后果。平日还应结合广播电视和报纸上报道的有关小孩玩火酿灾的事例对孩子进行教育，不断增强孩子的防火、防灾意识。间或也可以采用“体验法”让您的孩子感知火焰的烧皮肤的滋味，尝到火的“厉害”，从而失去玩火的兴趣。方法是划着火柴慢慢接近孩子的手指头。笔者通过对自己儿子的实验，证明效果很好。

2. 管好火源和易燃物品。打火机、火柴等点人物和汽油、酒精等易燃液体应收放在孩子拿不到的地方，平时还要经常摸摸孩子的口袋，看是否装有火柴。不让孩子自己使用液化气或煤气灶具做饭，也不要孩子给煤油炉、煤油灯加油。用煤炉烧饭、取暖时，要告诉孩子不要把带火星的煤渣扒到地板上，也不能随手倒进垃圾箱里。

吸烟怎样防火

据日本 1972 年~1979 年的统计，每年全国因吸烟不慎引起的火灾，占火灾总数的 13~16%，在各种火灾原因中占首位。据我国北京、上海、江苏等二市一省 1981 年的统计，因吸烟不慎引起的火灾也分别占火灾总数的 15%、14.8%、12.1%。因此，吸烟起火，不可不防。

1. 不要躺在床上或沙发上吸烟，特别是在喝醉了酒或过度疲劳时，更要杜绝。

2. 不要把点着的香烟随手乱放。火柴梗和烟头不可乱扔。

3. 不要嘴里叼着香烟去寻找文件资料，或到仓库货架上取物，以免触燃起火。

4. 维修汽车和清洗机件时万勿吸烟。这些作业大多接触汽油或其他可燃液体，吸烟容易起火，甚至发生爆炸。

5.上下班，要将未抽完的烟蒂熄灭。切忌急忙之中将未熄灭的烟火塞进衣服口袋，或丢进字纸篓里。

6.万勿在严禁烟火的地方吸烟。

燃用蚊香怎样注意防火

夏季里为驱杀蚊虫，许多家庭都要燃用蚊香，但如果疏于防范，往往会引起火患。

蚊香是用液体的除虫菊和色料粉剂混合轧制而成，具有易燃性。燃着的蚊香其表面温度和中心温度与燃着的香烟的表面和中心温度差不多。有些人在使用时往往对它掉以轻心，随便将它放在床头柜、木桌、木椅、茶几或窗台上，因此，当香头落在可燃物上，或因风吹床单、蚊帐、窗帘，使可燃物接触到蚊香火头时，就容易引起火灾事故。

所以，使用蚊香时，应把蚊香用金属支架支起来，放到地面或不燃的物件上，与床单、蚊帐、窗帘、书报等可燃物保持一定的距离，以保证防火安全。

怎样预防酒类引起火灾

通常饮用的白酒，其主要成份是乙醇和少量的水。我国酒的种类很多。一般白酒含醇量 44%到 65%，黄酒为 16%到 20%，果酒为 16%到 48%。含醇量不同，燃烧的难易也就不一样。乙醇具有易挥发的特点，受热时挥发速度更快；同时，乙醇有易燃性，它的闪点只有 11℃，它的蒸气与空气混合后，能形成爆炸性混合物。酒的含醇量在 65%时，其闪点在 22℃；含醇量在 40%时，闪点在 25℃；含醇量在 5%时，其闪点在 60℃。

因此，应注意防止因酒引起的火灾。不要把酒放在明火上烘烤，以防酒器炸裂引起火灾；酒瓶应远离炉火等明火，放到不易碰着的地方，以防洒出后遇火造成火灾；饮酒过量时不要吸烟，避免乙醇气体爆燃伤人。

怎样防止使用蜡烛照明引起火灾

人们都知道，蜡烛的光芒可以照亮黑夜。古往今来，家庭的佛龛、神案前有它；灵堂的遗像牌位下有它；结婚祝寿的香桌上有它；生日的蛋糕上也有它。虽说现代社会城市、乡村已普遍通电，家庭广泛用上了电灯。但有时也会由于供电不足、检修线路或发生断电故障等原因而导致停电，因此，人们有时还需要使用蜡烛照明。然而，人们不曾想到，如果蜡烛安放使用不当，就会给家庭带来意想不到的横祸。请看下面触目惊心的事例：

1985年2月23日凌晨1时许，江西省上饶市新建路的一户居民，为其母亲祝贺六十寿辰，在厅内香桌上点燃一对2公斤重的大红寿烛，结果燃尽的寿烛将香桌烧着。其子发现后立即扑救，慌乱中又烧着了芦苇扫帚、贴墙纸和电灯线，火焰很快烧上了房顶，一会儿房顶便塌落下来，竟将这户人家的母亲、儿子、女儿、媳妇和其他亲属共9人烧死。

1988年11月9日下午5时许，北京市北方工业大学又停电了，在5宿舍楼当保姆的女青年赵某，象往常一样点燃蜡烛做晚饭，然后将饭菜和蜡烛一起放到瘫痪在床的老太太的床头柜上，老太太嫌屋里黑，又让她把蜡烛放在床边的小板凳上。尔后赵姑娘便和男朋友看电影去了。谁知蜡烛离床边太近了，烛火慢慢烧着了床单，凶猛的烈焰很快窜上木结构的楼顶，将3层楼上8户人家的房屋和财产全部烧光，老太太也在大火中丧身。

类似的事例不胜枚举，全国每年都有一些人家因使用蜡烛照明不慎而招致家破人亡的灾祸。那么，应该怎样安全使用蜡烛照明，而不至于引起火灾

呢？

1. 应将点燃的蜡烛放在烛台上，若家中没有现成的烛台，可用不燃材料做一个简易“烛台”。方法很简单，将一颗小铁钉从一块巴掌大的铁皮或胶木板等不燃材料中钉穿，钉尖朝上放置，然后将蜡烛插在钉尖上即可。

2. 烛台放置的地方应避风，四周不靠近可燃物质，以防蜡烛倒下引起火灾。家中若有不懂事的孩子，应将蜡烛放在他们拿不到、碰不着的地方，谨防小孩好奇玩蜡烛火而引起火灾。

3. 不要拿着蜡烛在床上、床下衣柜内或楼阁等狭小的地方照亮找东西。这样做很危险，烛火会将可燃物质引燃。

4. 外出或睡觉时，一定要将烛火熄灭。要知道家中无人时还点着蜡烛，无疑是留下了构成火灾的“火种”。有的人家，当孩子睡觉后，大人需要外出，担心孩子醒来害怕，便不把烛火弄熄，这是尤其错误的。蜡烛有可能被风吹倒、震动晃倒、或被猫鼠等小动物碰倒，从而引起火灾。

#### 怎样预防机动车发生火灾

近年来我国城乡拥有机动车的家庭越来越多。一方面，由于机动车大多使用汽、柴油做燃料，又有较复杂的电气线路和电源，发动机、排气管工作时会产生一定的高温，因此蕴藏着许多内在的火灾危险因素。另一方面，机动车十分贵重，若装有货物则更“身价倍增”，万一失火被烧毁，后果不堪设想。为了确保您和机动车的安全，特介绍有关防火措施如下：

1. 电气线路方面的防火措施。电线的各个接头要经常予以紧固，防止因振动松脱后接触发动机而形成“搭铁”，产生放电滋火。电线的走向不能距发动机高温表面过近，更不能贴靠在发动机上，否则会加快电线绝缘层老化，一旦电线脆裂裸露，极易发生短路而起火。电线绝缘层本身也容易因高温的烤而起火。已经老化破旧的电线，要及时更换，新电线的截面不得比原来的旧电线细，否则会使电线超负荷，因电流增大所产生的高温会导致电线绝缘层起火。车上安装的保险器、保险丝一旦断开，说明电路出现故障，应进行认真仔细的检查，不能简单地合上保险器或换上保险丝，因为这样做故障“隐藏”在电路里，不定啥时候又会出来“发难”。更换的保险丝不能比原来的粗，也不能用铜、铁丝代替，超过了原来的限度，就不起“保险作用”。破旧漏电的电气零件，如分电器、点火线圈和高压线等，要及时更新。发现电线起火或闻到烧电线的糊臭味时，应迅速拉开电源闸刀，来不及就直接拽断蓄电池引出线。发动机发动不起来时，不能连续不断地踩电动机，应仔细检查油、电路，否则很容易使电动机线圈因电流骤增、温度升高而烧毁。

2. 维修保养时的防火措施。清洗、检修发动机时，必须先将蓄电池的引出线拆掉，因为毛刷和工具的金属部分易使发动机与电气线路短路打火（由此引起的火灾比较常见）。最好使用金属洗涤剂、碱水或热水清洗发动机和零部件，若用汽油清洗，一定要把油盆端到室外空旷安全的地方，并严禁火源。需要照明时，应使用手提应急照明灯、手电筒或带防护罩的行灯等，切忌使用打火机、蜡烛、煤油灯等明火照明，这样很容易引燃散发在空气中的油蒸气。

3. 行车途中的防火措施。机动车行驶途中遇到汽化器出故障时，绝不可采用“直流供油”的方式维持运行，这样做极易“回火”，危害性很大。驾驶室不得放置汽油桶，备用汽油要用金属桶盛装，并用铁丝或绳索牢固地捆绑在靠驾驶室的车厢栏板上，防止汽油滴洒出来引起火灾。运送棉花、纸张、

百货等容易起火的货物，驾乘人员严禁吸烟，货物要用篷布遮盖严实，谨防途中或会车时飞落烟头火种而起火。

4.其他方面的防火措施。车库严格禁明火取暖，应放置二氧化碳或干粉等灭火器。库外储存黄沙，放置铁锹、消防桶等灭火工具。车上必须配备小型灭火器，以备不测。当天气寒冷机动车发动不了时，不能用明火烘烤，防止发动机上沾的油渍烧起来，而且塑料油管也容易烧坏，可用热水浇淋升温。灌防冻液的水箱要盖紧，并防止“开锅”，因为防冻液是易燃液体，一旦冒出来很容易着火。

要经常检查紧固油箱和输油管，防止在车辆行驶中突然松动、脱落或断裂，因为脱落或断裂极容易导致起火爆炸。老化破裂的油管要及时更换。油箱破漏需焊补时，应先将汽油倒光，再用热碱水反复涮洗，尔后灌满水，这样焊补就不会爆炸。用塑料桶往机动车油箱里加油或往外放油，要控制油的流速，过快会产生静电火花引起火灾。摩托车发动机处于高温时不应加油，否则加溢出来的油滴到发动机上容易起火。

最后，当机动车发生碰撞翻倒事故时，驾驶员要立即关掉电源，并拔出钥匙，防止溢流出来的汽油与短路所产生的电火花相遇而起火。

#### 骑摩托车怎样注意防火

1.摩托车燃油的泄漏，是引起摩托车着火的根源，因此，要及时排除漏油、渗油的现象。加油时，不要让燃油溢出油箱。若发现漏油、渗油或燃油溢出油箱，应及时用棉纱擦干。

2.摩托车加燃油时，必须使发动机熄火，并冷却5分钟后才能加燃油，若发动机不熄火，燃油溅到产生火花的电路上，就会引起着火。摩托车发动机虽已熄火，但未冷却即加燃油，当燃油落到灼热的零部件表面时，也会引起着火。

3.轻便摩托车油箱附近严禁明火。

不要把车子停放在有明火的地方，如电焊、火炉等附近。驾驶摩托车时，严禁吸烟。夜间无灯光时，严禁用火柴或打火机察看油箱中的燃油存量。

要经常检查电路系统的接触和绝缘情况，防止因漏电和短路产生火花。要把各导线连接处连接牢固，并保持良好的绝缘。

4.行车要谨慎小心，防止事故发生，车子一旦撞击或摔倒，发动机应立即熄火。否则，由于发动机的运转，电路系统的火花会点燃溢出燃油，引起着火。摩托车一旦着火，要冷静、沉着，不要慌乱，应迅速熄火停车，关闭油桌开关。这时，可用浸湿的工作服包住火源，也可用沙子、泥上等扑灭火源。切不可用水灭火，由于燃油比水轻，反而会引起火源蔓延。为了防止油箱爆炸，应设法阻止火源接近油箱。

#### 怎样防止电气火灾

1.家庭安全用电要则。

电，给我们带来了舒适的电气化生活，但若使用不当，“电老虎”也会“咬”人。每当发生火灾，在查不出原因时，通常都说是“电线走火”。所谓“电线走火”，大多数原因是用电不当。要想用电安全，必须严守如下原则：

- (1) 屋内的电线器具，最好定期检查。
- (2) 所有电气用具的容量必须低于电线安全载流量。
- (3) 闸盒儿(开关)的容量要与电线载流量、用电器具的容量相配。假

使偶尔有用电量超过安全负荷，开关可以自动跳开，不会发生危险。如果新建房屋，应该先考虑好要用多少电，决定用多少号的屋内电线。一般的屋内电线有导线（分为单线、绞线）和花线两种，都包有绝缘外皮，绝缘性能很好，也不易燃烧。其中花线（包括灯具线）是外露的；导线（单线和绞线）是明线附在墙壁上，但也有的是用在墙壁配管内。假如不预先估计好用电量，选用适当的屋内绝缘线，日后增加用电量，发觉原来用的电线容量不足，想要更换，那就很麻烦了。再说闸盒儿的容量与电线的安全载流量也有直接的关系。闸盒儿种类很多，常用的有无熔丝开关、闸刀开关、手捺开关、拉线开关。它们的额定电压和额定电流都有明显的标示，一目了然。闸盒儿里装有熔丝（保险丝），起保护电线的作用，用电量超过负荷时，熔丝会被烧断，因而自动断电，不致发生危险。但是熔丝也必须考虑电线安全载流量，不要超过；也不可以用铜线、铁丝来代替，因为铜线、铁丝的熔点很高，再大的电力通过也不会烧断，没有保险作用。

（4）家庭里使用大容量的电器，譬如电视机、电冰箱、录放影机、洗衣机、电锅、冷气机时，不可在同一个插座上插上多种电器，且插头必须全部插入插座，免得接触不良，发生过热。

（5）在装设室内配线及设备的时候，除应委托合格的电器承装部门负责安装外，也要注意选用合格的内线器材。

（6）自己如果没有充分的电气常识和技能，千万不要擅自修理电路，以免发生危险。

总之，用电要注意安全，而用电安全必须同时注意线路、开关、插头三个方面。多一分小心，少一分损失。祝愿大家过着平安，快乐的现代电气化生活。

## 2. 电路防火。

（1）防短路。短路有三种：接地短路，线间短路，完全短路。短路会造成火灾。防短路，须注意：

安装使用电气设备时，应根据电路的电压、电流强度和使用性质，正确配线。在具有酸性、高温或潮湿场所，要配用耐酸防腐蚀、耐高温和防潮电线。导线安装要牢固，防止脱落，不能将导线成捆打结或将电线紧挂在铁线铁钉上。

移动电力工具的导线，要有良好的保护层（套管），以防受机械损伤、脱落。

严禁导线裸端插在插座上。

电源总开关、分开关均应安装适合使用电流强度的保险装置，并定期检查电流运作情况，及时消除隐患。

（2）防过负荷。各种导线都有一定的负荷，当电流强度超过导线负荷时，导线温度骤增，可致绝缘层着火，使附近可燃物燃烧，造成火灾。防止电路过负荷引发火灾，须注意：

所有电气设备都应严格按照电器安全规程选配相应的导线，并正确安装，不得随意乱拉乱装。

凡超负荷的电路，应改换适合使用负荷的导线或去掉电路上过多的电力工具，或根据生产程度和需要，按序列先后控制使用。

防止三相电动机单相运行，要在三相开关配电板上安装单相运行的信号灯。

电路总开关、分开关均应安装与导线安全载流量相适应的易熔断的保险器。

(3) 防接触电阻。当一根导线与另一根导线或导线与开关、保险装置、仪表以及电器用具连接的地方接触不良，就会形成一种电阻，叫接触电阻。如果接触电阻过大，在电流通过时，在接触处会引起发热，直至使电线绝缘层着火，多属导线熔断，产生火花，烧着附近可燃物，造成火灾。为避此患，必须注意：

凡导线与导线或导线与开关、保险装置、电器用具连接时，先要将导线的氧化层、油脂等杂质清除干净，而且连接要牢靠。

6~102 毫米截面积的导线，应用焊接方法连接。102 毫米截面以上的导线，应采用接线耳连接。

应经常对线路连接部位进行检查，发现接点松动、发热时，要及时处理。

(4) 防电火花。电气设备发生火花或电弧，极易引发易燃易爆气体、粉尘的燃烧乃至发生火灾和爆炸。预防电气设备电火花引起火灾和爆炸的主要措施是：

经常用外部检查和检查绝缘电阻的方法来监视绝缘层的好坏。

防止裸体电线和金属体相接触，以防短路。

在有易燃易爆液体、气体和粉尘的房屋内，要安装防爆或密封隔离式的电动机、照明灯具、开关及保险装置。如确无这种防爆设备，也可将开关、保险装置、电动机、照明灯具安装在屋外或单独安装在一个房屋内，禁止在带电情况下更换电灯泡或修理电力设备。

### 3. 照明灯具防火。

(1) 灯泡防火。灯泡，包括白炽灯、碘钨灯、高压汞灯，通电后，表面温度相当高。灯具的功率越大，连续使用的时间越长，温度就升得越高。如果散热条件不良，在它们强裂的辐射热作用下，可以引起周围可燃物燃烧。防止灯泡引起火灾的安全措施是：

严禁用纸灯罩，或用纸、布包电灯泡。

在可能受到撞击的地方，灯泡应该有牢固的金属网罩。

不能让灯泡过分靠近衣服、蚊帐、板壁、稻草、棉花及其他可燃物，起码要保持 30 厘米以上的距离。存放可燃物的仓库，不可使用大功率灯泡。高压汞灯的镇流器、碘钨灯不能安装在可燃材料的建筑构件上，并应考虑通风、隔热及散热等防火措施。

绝对不可把灯泡放在被窝里取暖，这样做不但会受热起火，还有触电的危险。

凡有易燃易爆气体、粉尘的场所，应安装防爆型电灯。不要带电更换灯泡。

(2) 日光灯防火。日光灯引起火灾的罪魁祸首是镇流器。其防火要领是：安装日光灯要注意通风散热，不要紧贴木板并防止漏雨、受潮。

自己绕制的镇流器要符合规格要求，并需要经过测试。

安装镇流器时，镇流器底部要朝上，不能朝下，更不能竖装，以防沥青熔化外溢。

使用中如听到镇流器发出响声，手摸时温度很高，或者闻到焦味，要及时切断电源检查。

人离开时要将电源切断。

#### 4. 家用电器防火。

(1) 电视机防火。随着人民群众生活水平的不断提高，电视机已成为亿万家庭文娱生活的主要家用电器。但是，如果使用、保管不当，就会发生意外。电视机防火，须记住如下各点：

电视机应放置于干燥、通风、尘少之处。机身上不要放盛水的容器，也不要让雨水淋着。机器内要保持清洁，防止灰尘积聚。

屏幕要用于净绸布轻抹，不要用湿布揩拭。

使用中如闻到焦味或蜡纸味时，要及时切断电源检查。

收看后要关机。有些电视机的开关仅能切断变压器的次级电源，初级仍然通电，所以最好将电源插头拔掉。

关机后，要等机身完全冷却后再盖上布罩。

收音机、录像机、音响设备等，也要参照上述各点使用，保养。尤其是用后不要忘记及时切断电源，否则，变压器也会发热着火。

(2) 电熨斗防火。电熨斗是人们应用较广的一种电加热工具。安全使用要点是：

不能让通电的电熨斗底板长时间与可燃物接触，否则，会引起燃烧。

电熨斗通电后，暂时不用时，要搁在砖块、石棉板等绝热材料上，千万不能搁放在台板上。

使用完后，要及时切断电源。

#### (3) 电炉、电烙铁、干燥箱等防火。

电热器功率应当与电路导线截面积相适应，防止过负荷。

不能将电热器安装在可燃基座上或与可燃构件接近。

插头要完整，禁止用导线裸端直接插在插座上。

电热器通电后，应有专人看管，用完后要切断电源。使用中遇停电，应先关闭电路，待复电后再接通。

#### 怎样防止家用空调器引起火灾

空气调节器简称空调器，是用于调节室内气温的，它是人类社会物质文明的又一象征。按其功能可分为两种类型，一种只能制冷，另一种既能制冷又能制热。空调器的降温原理与电冰箱相似，但换热方式不同，电冰箱为自然对流换热，空调器则是强迫对流换热。家中安上空调器，盛夏酷暑时可以享受到凉爽宜人的清新空气；寒冬腊月时则可使室内变得温暖如春。但它也有不尽如人意之处，有的空调器因为设计上有问题，零部件质量差或安装使用不当，也会引起火灾事故。据江苏省无锡市消防部门统计，仅在1981~1983年两年多时间里，因窗式空调器引起的火警就有9起之多，其中2起因发现较迟而蔓延成灾。

我国近年来生产空调器的厂家越来越多，可以预见，本世纪末，空调器将在我国的一些家庭中得到推广使用。因此，让读者了解并掌握一些空调器的火灾危险性及防火措施，是大有必要的。现经有关部门对多起窗式空调器火灾事故的分析，已基本弄清了引起火灾事故的主要原因。

#### 1. 电容器击穿引燃空调器

电容器被击穿主要有两方面原因：

电源电压过高。我国各地电网电压波动较大，在用电低潮时，220伏的电源其电压值有时会超过250伏，而有些厂家生产的电容器耐压值不

够，处于超负荷工作状态，时间一长就容易击穿。

受潮漏电。电容器材质不好，受潮后绝缘性能降低，漏电使电流增大，导致击穿。

由于国产空调器内的隔板和衬垫材料有的是可燃的，电容器击穿后冒出的高温火花便会引燃空调器，进而引起火灾。

## 2. 风扇电机卡住不转导致过热起火

空调器内的离心风机和轴流风机在运转过程中，有的因材质问题会出现轴承磨损或风机破裂故障，使风扇电机卡住不转，这时通过风扇电机的电流迅速增大，在没有热保护装置的情况下，电机线圈有可能因过热而起火。此外，空调器正在制热时风扇电机因故障停转，又没有热保护装置或者该装置失灵，电热丝继续通电生热，周围空间的温度便会不断升高，也有可能引燃空调器本身和靠近空调器的可燃物，以致造成火灾事故。

## 3. 安装或使用不当

家用窗式空调器通常使用单相 220 伏电源，电源插头是单相三线插头，有的人误以为使用的是 380 伏的三相电源，结果误接起火。按照空调器用电量要求，应使用耐压大于 15 安的三线插头，但有些人忽视了这一点，随便安装个 5 安的三线插头，导致插头被击穿，引起电源线起火。再就是空调器制热时，拖长的窗帘蒙在空调器前面被烤着。

### 4. 密封接线座击穿制冷量较大的单相空调器的全封闭压缩机密封接线座常发生击穿事故，如制冷量为 23000 千焦/小时（5500 千卡/小时）的单相窗式空调器，其工作电流高达 17 安，一旦发生击穿事故，冷冻液便会从全封闭的压缩机机壳内流出，若不及时处理，流到空调器底盘上，遇到火种就会起火。防止空调器起火的措施主要在于正确地安装和使用。首先，要保证电源连接的正确，千万不能误接到三相电源上，否则就有触电或起火的可能。三线电源插头的一只脚也要保证接地良好。其次，要保证所用的电源线和插头的安全额定值不小于规定的要求。再就是空调制热时，不要让窗帘和其他可燃物靠近空调器，防止受热起火。

怎样防止家用电度表引起火灾现代家庭安装使用的电器设备越来越多，如电视机、电冰箱、收录机、洗衣机、电熨斗、吸尘器等等，使得家庭的用电总功率大幅度上升。从目前的情况来看，单元住宅普遍安装的电度表功率为 2.5 安[培]，其额定负荷功率只有 550 瓦[特]。也就是说，一户人家在同一时间里使用的电器设备其总功率只有控制在 550 瓦以内，才能保证电度表长期正常的安全运行。反之，则电度表内的线圈会因通过的电流过大而熔断烧毁，甚至引起火灾。由此可见，如何科学合理地安排使用家用电器，以保证电度表的安全运行，是每个家庭搞好防火所必须关注的重要问题。

那么，怎样才能做到科学合理地安排使用家用电器呢？

如果您家的家用电器设备很多，首先应把它们功率逐个搞清楚，以便计算使用总功率是否超负荷。举例如下：以电视机功率 75 瓦、电冰箱功率 125 瓦计算，如在使用这两种电器的同时，再使用 650 瓦的吸尘器，就超负荷了；若再使用 500 瓦的电吹风，就严重超负荷了。电度表会因承受不了沉重的负担而损毁。

我国生产的电度表，通常都是单相的，其规格一般为 1~5 安，正常使用的额定负荷功率如下表所示。由于额定功率不是最大功率，因此，电度表的最大负荷功率还可酌情增大。

电度表额定负荷功率表

经过有关部门认真的测算和可靠性试验，证明电度表尚有潜力可挖。具体方法是，利用缩减电度表的使用时间，以扩大电度表的负荷极限。其最大负荷极限为：超负荷功率 1.6 倍以上，电度表过负荷使用时间不得超过 24 小时；超负荷功率 2 倍以下，过负荷使用时间不得越过 6 小时；超出 3 倍的不得超过 0.5 小时。同时，电度表进、出线的压线螺丝要拧紧，防止因接头松动、造成接触电阻过大，引起接头过热而烧坏电度表。

根据这个方法，您可以在总负荷功率超过 550 瓦时，轮换、穿插使用各类电器设备，削减、压缩负荷用电高峰，确保电度表的安全运行。

#### 怎样防止电热杯引起火灾

电热杯是底部内藏电热丝的电热饮水器具，使用 220 伏交流电源，功率一般为 300 瓦，接通电源几分钟就能加热杯中的液体，常温情况下 10 分钟左右便可煮沸 1 杯水。它的问世无疑给人们的生活带来了方便。但使用不慎电热杯也会给人们造成不幸。

如 1985 年 12 月 4 日，天津市郊红星农场五金厂女工唐某用电热杯烧开水，不一会突然停电，她忘了拔下电源插头就离开了房间。不久恢复供电，电热杯内的水很快被烧干，胶木制做的杯底座也被烧毁，引起木板架起火，幸亏被人及时发现未酿成大祸，但床上的被子和蚊帐等均已付之一炬。又如 1988 年 4 月 21 日，河南省洛阳市工艺品贸易大厦三楼服装柜，一营业员也是用电热杯烧开水，下班时忘拔下电源插头，结果酿成一场重大火灾，烧毁价值 2 万余元的服装、布料等商品。

有关部门对电热杯进行的模拟试验表明：一只盛满自来水的电热杯，从接通电源到引起可燃物起火，总计用了 2 小时 22 分钟；从电热杯内的水被烧干至引起可燃物着火，仅需 29 分钟。由此可见，电热杯如果使用不当是很有可能引起火灾事故的。

人们通过实践，摸索出一些安全使用电热杯的方法，概括起来说，就是要做到“五不能”：

1. 插上电源后，就要守着它，不能去干别的事。如果使用突然停电，一定要及时拔下电源插头。
2. 不能让电热杯中的液体煮沸后溢后，这样最容易破坏绝缘，造成短路。一旦插头被弄湿了，要擦干后再使用。
3. 不能把电热杯浸泡在水中刷洗，防止杯内安装电热丝的部位进水，使电热杯绝缘性能下降，引起短路或人身触电事故。
4. 通电时不能直接使用电热杯，也不要将手指头伸进杯内试水温，或用手触摸电热杯的金属外壳，应先拔下电源插头，谨防漏电，造成触电事故。
5. 刚烧煮过水或食物的电热杯，不能任其“干燥”，应立即往杯内倒入凉水，因此时杯内电热丝的余热还很高，一时难以散发掉，久而久之就会损坏电热杯。

此外，现代家庭还广泛使用电热水壶、“热得快”一类的电热器具，它们的结构和工作原理与电热杯差不多。因此，只要您掌握了安全使用电热杯的方法，就可举一反三，触类旁通了。

#### 怎样扑救电气火灾

发生电气火灾时，电气设备和布线往往是带电的，由于带电燃烧，蔓延很快，同时扑救工作也较困难。如果没有及时切断电源而进行扑救，而扑救人员又不懂扑救方法，很可能会触及带电部位，戏使用导电的灭火剂，从而

造成触电伤亡事故。因此我们应该掌握电气火灾的灭火方法，以便万一发生电气火灾时能迅速扑灭。

扑灭电气火灾的方法有断电灭火和带电灭火两种。通常应该采用断电灭火，迫不得已时才采用带电灭火的方法。

断电灭火就是迅速切断发生电气火灾线路上的电源，如拉开闸刀开关，拔掉熔断器插尾，或用绝缘钳剪断电源线。断电灭火能保证扑救人员的安全，并能防止火势继续蔓延。电气设备和布线在切断电源后的灭火方法与扑救一般的火灾相同。

带电灭火就是在没有切断发生电气火灾线路上的电源的情况下进行扑救。在时间紧迫来不及断电，或电源无法切断，或不能肯定确已断电的情况下，只能要用带电灭火。带电灭火必须采用二氧化碳、四氯化碳、“1211”干粉灭火器，不可采用泡沫灭火器，也不能用水扑火，否则会造成触电事故。带电灭火时必须注意人体不可触及带电导体。

#### 怎样制订住宅安全疏散方案

住宅发生火灾时，房间里浓烟、温度和氧气如果达到了人们所能忍受的极限状态（指干燥空气中温度上升到300℃、一氧化碳浓度达到1%、二氧化碳浓度达到12%、氧气含量下降到7%），或其中任何一项达到了最大极限值，人们的生存可能性就很小了。

国内外消防科研部门通过实验，模拟住宅起火时的不同情况。测试出住宅火灾从初期阶段发展到猛烈阶段约需5~20分钟。由此可见，住宅一旦起火，烟雾和温度等很快就能达到人员安全疏散的极限状态，可供人们逃生的时间是很短暂的。

那么，怎样才能使人们在住宅失火时，迅速安全地脱离危险呢？最好的办法就是未雨绸缪，事先要制订一个住宅安全疏散方案。此方案可按下列步骤制订：

首先，确定住宅内外所有可供疏散的出口。这些出口是指发生火灾时能使家人脱险的门、窗、阳台、平台、天窗、走廊和过道等。由于火灾的发生很突然，因此住宅内的安全疏散出口多多益善，而且所有的疏散出口必须保持昼夜24小时畅通无阻（窗户上安装的防盗铁网和铁栏杆应是活动的，可以向里或向外打开，在里面安装插销）；安有门锁的门，钥匙应插在锁眼里或放在随手可取的地方；较高的窗口下，应放置桌椅板凳等垫脚物。

其次，绘制住宅平面布置图。用一格子纸按比例绘制出住宅平面图，标出所有出口的位置，包括出口外的地形地物和可供利用的建筑结构等。如果是楼房，还要绘制分层图。用红笔标出每间房屋的主要出口、通道和疏散路线，用蓝笔标出备用出口、通道和疏散路线。

最后，写上安全疏散时的注意事项。主要有以下几点：

1. 睡觉时被烟呛醒，应迅速下床匍匐爬到门口，把门打开一道缝，看门外是否有烟火，若烟火封门，千万别出去！应改走其他出口。通过其他房间后，将门窗关上，这样可以起到隔烟隔火，延缓火势蔓延的作用。

2. 不要为了抢救家中的贵重物品而冒险返回正在燃烧的房间。这样很容易陷入火海；从睡梦中惊醒后，不要等穿好了衣服才往外跑，此刻时间就是生命。

3. 当人们被烟火围困在屋内时，应用水浸湿毯子或被褥，将其披在身上，尤其要包好头部，最好能用湿毛巾或布蒙住口鼻，搞好防护措施再向外冲，

这样受伤的可能性要小的多。

4. 向外冲时，假如人们的衣服着火，应及时倒地打滚，用身体将火压熄。如果衣服着火者只顾惊慌奔跑，别人应将其拽倒，用大衣、被子、毛毯等覆盖他的身体，使火窒息。

将制订好的安全疏散方案复写若干份，分别贴在卫生间和卧室门后，使家人和来客能够常见熟知；发生火灾时，起引导作用。

家中每个人都必须牢记安全疏散时的注意事项，熟悉每个出口，每隔半年按方案确定的出口和疏散路线进行一次家庭防火演习，这时可别忘了教会孩子们，只要平时多加训练，发生火灾时就可以安然无恙。

#### 发现火灾怎样避险

1986年4月2深夜，天津市某居民楼发生火灾，住在四层409室的刘家最早发现火情，他不分火势大小，慌忙跑到过道里，并在滚滚浓烟中大声呼救，没走几步就被熏倒了，他一家五口连熏带烧，无一幸免。而他的邻居408室的马某一家6口却安然无恙，绝处逢生。马某发现火灾后，立刻紧闭房门，阻烟火窜入室内，并指挥全家退到烟雾较小的窗口，呼救，并把屋里的被褥、衣物扔到窗外，减少可燃物。打开窗子掀亮手电呼救，消防人员很快救出了他全家。

这两个事例，生动地说明了面对火情采取不同的态度和自救方法，后果大不一样。

火灾发生后，最直接威胁人们生命安全的是烟。烟比火轻，运动的速度快，表面温度能高达800~1000℃。而70℃的热气就可以损坏人的呼吸道粘膜。另外，大量的可燃物燃烧产生的一氧化碳，可使人窒息死亡。因此，许多火灾的遇难者，大都是先被烟气熏倒后，方被烧死的。因此，火灾发生后关键是尽力避免被烟熏倒，然后寻找机会争取逃生或等待救援。

那么一旦不幸遇上火险怎么才能逃生呢？

1. 辨明火势，沉着冷静。楼房居民在火起后，不要轻易开门冲入楼道。首先要摸一下房门的上沿，如果已经发烫，说明楼道里已充满浓烟，通道已被火封锁。这时就不要开门，以免浓烟冲入居室，造成窒息死亡。如果房门上沿不热，可打开房门观察一下火情，但要用湿毛巾堵住自己的口鼻。

2. 通过楼梯时要防烟。火起后楼梯如果没有烧毁，在通过时一定要闭气或用湿毛巾堵住自己的口鼻，防止中毒昏倒。

3. 退守室内，注意关门窗。如果外边已经弥漫了浓烟，外逃已不可能，就要关严门窗，防止烟火突入。

4. 如果室内已有烟雾，要用湿毛巾堵住口鼻，并趴在地上，尽量爬到沿街窗口，不要直立，更不能迅速跑动。因为烟是轻的，一般飘浮在上面，接近地面处烟气稀薄，对人体原威胁较小。

5. 住楼房的居民，火势已封锁了所有出入道，要到阳台避险。但切记，关好所有门窗特别是阳台门，不使空气对流，降低火势。

6. 在阳台避险时，可利用绳索或攀援雨水管等方法，设法脱险。但千万不能跳楼避险。事实证明跳楼会造成更大的人身伤亡，在楼层太高或条件都不具备时，应冷静地等待救援。

#### 高楼着火怎样逃主

家住平房或农村的，因为进入容易，所以一旦发生火灾要逃生也较容易，但是在住在高层建筑的家庭，在发生火灾时要逃离相对较为困难。目前，在

我国城镇中高层建筑发展很快，那么一旦高楼失火怎样才能逃生呢？

1. 头脑冷静。一旦发现大楼失火，先要冷静地探知火源，再确定风向，并在火势蔓延前朝逆风方向快速离开火灾区，切忌惊慌失措，否则极可能因乱窜带来危险。

2. 火起时如通道被封死，应立即关好自己的房门和室内通气孔，以免烟雾灌入室内受到毒害。然后用湿毛巾堵住口鼻防止吸入毒气，并将身上衣服打湿以免火烧身。

3. 千万不要从窗口往下跳。如楼不高，可以用绳子、床单、被单等系在一起，从窗户上降至安全地区。

4. 不要去乘电梯，因火灾后易断电和被卡在电梯内，而应沿防火安全梯朝底楼跑，若中途防火梯已被堵死，便应向屋顶跑。同时可将楼梯间的窗户玻璃打破，向外高声呼救，总之，要让救援人员知道您的确切位置以便营救。

5. 逃生时并非跑得越快越好，而必须视火势与浓烟大小而定。火势蔓延较慢，浓烟不多时，可以迅速逃离浓火源；火势不大但烟却多时，则不宜快跑，应弯身猫腰压低姿势，尽量接近地面或角落，慢慢移离火源。这是因为浓烟较空气为轻，会上升，室内浓烟密布时，通常离地面二三公分处仍会有新鲜空气；而在空气稀少处，快速行动会加快呼吸，增加空气的需要量，从而吸入毒气。

#### 楼梯着火怎样脱险

住在高层住宅楼的居民，一旦发现楼梯间烟雾弥漫或熊熊烈火烧着楼梯时，应如何脱险呢？

1. 要保持镇静，不要惊慌失措。如果火情不严重，能扑灭要尽量设法扑救。如果不能马上扑灭，火越烧越旺，人有被火焰围困的危险，就要设法脱险。如被呛得透不过气来，可用湿毛巾捂住口鼻，贴近楼板或蹲下来走。即使楼梯被火封住，在别无退路时，也可以用湿棉被等物掩护及早冲出去。

2. 如楼梯确被火烧断，应冷静想一想还有没有其它出路，比如从屋顶或阳台上转移，借用竹竿、水管滑下来；利用绳子、皮带等物荡下来或逐级跳越而下等。如果有小孩、老人、病人等被火困在楼上，更应及早抢救，如用被子、毛毯、棉袄等物扎好，有绳子用绳子，没有绳子用撕裂的被单结起来当绳子荡下来，或掷于邻居的阳台、屋面上等。

3. 要记住赶紧呼救，有电话的可用电话报火警，这样，周围邻居或消防队得到报警，迅速想法解救。

#### 邻里失火怎样逃主

发现自己邻里失火时，不要惊慌失措，要保持头脑清醒，沉着应付。

1. 火患逃生的根本是争取时间。发现火险时，不要把宝贵时间浪费在穿衣服和寻找钱物上，而要及时选择脱身路线。

2. 如果想从大门逃生，开门之前，要先摸一下门，如果门已炽热或开启一点便觉得有浓烟冲进时，要立即把门关上，以防“引火烧身”。此时，应选择阳台等烟雾稀薄的路线逃离火场。烟雾较大时，要俯身爬行。一旦脱身，就不要再返回火险的地带寻找财物。如果逃脱无望，外面浓烟入屋，应用湿毛巾、手帕等捂住口鼻，以减缓有毒气体的侵害。

3. 发现火情，要赶快向“119”报警。没有电话的山区农村，发现邻里失火，要敲响铜锣或大声向村民呼救、求援。

#### 旅馆失火怎样逃生

对于外出旅行或公干的人来说，必须懂得旅馆火患逃生的知识。

1. 住进客房时。

(1) 查看各紧急出口处的位置，以策划逃生路线。

(2) 熟悉层楼附近警铃叫呼器所在。

(3) 了解灭火器或救火水管置放的地方。

2. 发现火患时。

(1) 如果发现火患或烟雾，寻找最近的警铃呼叫器并击破玻璃，或者是拨电话通知电话总机。

(2) 利用就近的灭火器或救火水管扑灭火患，不过，千万不要冒险。

(3) 如果火势无法控制，立即关闭门户，迅速从太平梯逃离建筑物。

3. 听到警铃警报时。

(1) 如果听到第一次的警铃警报，就要保持警惕，随时准备逃生。如果听到连续不断的警铃警报，或者获通知逃离，要立即从最近的太平梯逃离。

(2) 不要再收拾行李，时间万分宝贵，生命重要！

(3) 不要用电梯，记住，要用太平梯！

4. 受困在客房内时。

(1) 通知电话接线员，敲击房门或朝窗外发出各种手势，以吸引别人的注意。

(2) 利用潮湿的毛巾或被单抵住门缝，以阻止烟雾钻入。

(3) 如果被烟雾所困，应以爬行法逃离现场，这是因为接近地面的空气，比较清新，含毒气的成分不大。

(4) 千万不要从高楼跳下求生，营救人员可能随时就到来。

(5) 酒店的紧急电话号码——拨“0”。

身上衣服着火怎样脱险

当一个人身上的衣服着火时，不能跑，因为一跑，衣服上的火就会得到充足的新鲜空气，火就会更猛烈地烧起来。同时，身上着火的人一跑，也会将火种带到经过的地方，有可能扩大火灾。那么，人身上的衣服着火怎么办呢？

1. 如果着了火，衣服能撕裂脱下时，就尽可能迅速脱下，浸入水中，或采用其它办法将火扑灭。

2. 如果衣服来不及脱，可就地打滚，把火熄灭；如附近有水沟、河泊等，可迅速跳入浅水中。但如果人体烧伤严重，则不能跳水，防止细菌感染。

3. 如果家里有两人以上的人在场，未着火人要镇定、沉着，立即用随手可以拿到的麻袋、衣服、扫帚等朝着着火人身上的火点覆盖、扑打，或浇水，或帮他撕下衣服。但应记住，不能用灭火器直接往人身体上喷射。

怎样应急救人

1. 抓紧扑救，一面报警，一面集中全力自救。火势不大，可用水浇，用浸湿的扫帚、拖把、衣服扑灭。火势较大，浇水太少反而助火，可用湿被子覆盖扑灭。

2. 先救火，后搬运财物。

3. 身上着火，不可带着火苗乱跑，最好将衣服撕下脱掉。如来不及就在地上打滚压灭。不能用灭火器往身上喷射。

4. 失火场中切不可混乱，不要争先恐后逃离，应尽可能有序地撤离。

5. 楼房着火，住在楼上的人不要轻易跳楼，可用湿毛巾捂住嘴鼻，循楼

梯而下。如楼梯刚被火封住，可用棉被，毯子裹护身体迅速冲出去。

6. 楼道烧毁，可利用竹竿、绳子滑下，也可用床单、桌布、窗帘等撕碎后连接起来，牢系窗槛，顺绳而下。

7. 邻室起火，不要开门，应从窗户、阳台转移出去，再视火情参加救助。如贸然开门，热气浓烟会乘虚而入，使人窒息，如非上楼不可，须屏住呼吸上楼，因为浓烟上升速度比人跑的速度快得多。

8. 睡眠中突然发现失火，不要惊慌，应趴在地上匍匐前进，因近地处会有残留的新鲜空气。不要大口喘气，呼吸要细小。

9. 失火时，应尽可能利用室内的水和湿毛巾、布织物等，掩住口鼻。如携婴儿撤离，可用湿布蒙住婴儿的脸，快跑或着地爬行撤去。

10. 最后逃离火场的人应将火源房间的门紧闭。这样可使火势减缓，给邻居争取撤离的时间。

#### 怎样迅速报火警

迅速准确报警是救人消灾的关键。俗话说：“报警早，损失少；报警晚，全烧完。”报火警，须记住如下要领：

1. 要拨准火警电话号码。现在，全国火警电话的统一号码是“119”。记住这个电话号码，报警时，关键在一个“准”字上。要保持清醒的头脑，沉着镇定，眼睛看准电话拨号盘（或号码键），手指一下一下地拨。

2. 说话要清楚。要做到急而不慌，讲话稍慢点，字一定要咬清。如果会讲普通话，尽量讲普通话。

3. 要报清失火的详细地址和燃烧物质。打“119”火警电话，意味着发生了火情，通知消防队来救火，一定要讲清什么地方发生火灾。比如说，哪个城市，哪个区，哪条街道，哪个胡同，门牌几号。如果是自己家出了事，要说出自己的姓名。如果失火地点、位置不详细，消防队就是出动了消防车，满城里转着找，也会费时、误事。另外，火势的大小，起火的原因和燃烧的物质也要尽量讲清楚。火的种类很多，常见的有平房火、楼房火、油火、电火、气体火、机器设备火、化学药品火、精密仪器、金属材料火、仓库火、车船火、飞机火、森林火、麦草火等。燃烧的物质不同，消防灭火所须的器材也不同。比如对一般油火，如果用水去救，等于是火上浇油，必须用于粉或者泡沫去灭。而工厂、研究所的精密仪器，机关的档案文件起火则应该用二氧化碳气体灭，决不能用水或者干粉、泡沫去救，因为即使救出来，精密仪器也不精密了，文件档案变成了一堆废纸烂泥。报火警时讲清了燃烧物质的种类，消防队就可以针对不同火种调动相应的消防车辆，携带有关消防设备，及时有效地投入灭火战斗。如果是有毒物质着火，更要讲清楚。

4. 要得到消防队的正确回答，方可挂断电话，并要派人在主要路口迎接消防车并带路。

还须说明，我们国家的消防队救人向来是不收钱的，这是社会主义制度的优越性。一些人不了解这点，以为消防车出动要收费，家里发生了火灾也不敢打火警电话，这是一种无知。有的人因为家庭（或者企事业单位）财产保了险，认为烧完了有保险公司赔偿损失，发生了火警也不去打火警电话，这是一种违法行为。

#### 家庭怎样实施常用灭火方法

家庭一旦发生火灾，首先不能慌乱，其次要采取科学方法灭火。现介绍几种常用的灭火方法：

1. 冲水冷却法。用水直接喷射到燃烧物上，熄灭火焰，或用水喷射到附近的可燃物上，使可燃物免遭火焰辐热的威胁，避免燃烧。

2. 隔绝空气法。用湿棉被等难燃物或不燃物覆盖在燃烧物表面上，隔绝空气，将火熄灭。

3. 防止蔓延法。将火附近的易燃物和可燃物，从燃烧区转移走；隔离可燃和助燃物进入燃烧区；防止正在燃烧的物品飞散，以阻止燃烧蔓延。

4. 初级阶段的火灾，如果发生在家里，可用浸湿的棉被、麻袋等去覆盖，也能使火熄灭。比如我们在家里炒菜的时候油锅起火了，只要迅速用锅盖盖住油锅，然后把锅端开就没事了。这是因为锅盖把着火的油和空气隔开了，油得不到足够的空气，也就得不到必要的氧气，没有氧气，油就不能继续燃烧。同样道理，用浸湿的棉被、麻袋等去覆盖着火的燃烧物，并将燃烧的东西全部盖住，也是为了阻挡氧气的进入，使火熄灭。但对付初起的火灾，关键在于“快”，不能使火有蔓延的机会。

#### 怎样使用高倍数的泡沫灭火器

高倍数泡沫灭火剂不同于普通型泡沫灭火剂，它的特点是以少量高倍数泡沫液（即高倍数泡沫灭火剂），和水按一定比例进行混合后，再通过高倍数泡沫发生装置，吸入大量空气，把混合液吹成比原来体积大几百倍、甚至上千倍的象肥皂泡那样的气泡，这就叫“高倍数泡沫”。而普通泡沫灭火器的发泡量仅为原来体积的6~10倍。

高倍数泡沫液是由发泡剂、稳定剂、抗冻剂等组成。目前所采用的发泡剂有脂肪醇硫酸钠，烷基苯磺酸钠（ABS），聚氧乙烯脂肪醇硫酸钠（ES）、烷基磺酸钠（AS）等。高倍数发泡装置主要是以4~6千克/平方厘米压力的水，通过混合器的喷管，产生真空，将泡沫液吸入混合器内混合，成为有一定浓度的泡沫混合液，再经旋叶式喷头形成雾状液滴，均匀地洒在发泡网上。同时，用鼓风机把大量具有一定压力和流速的空气吹在发泡网上，再经棉纱、尼龙或不锈钢等制成的发泡网整流，形成许多股均匀的细小气流，将泡沫吹成无数个直径约为5~6毫米的空气泡沫，并不断地推向前去，越来越多，越来越高。另外，高倍数泡沫还有冷却作用，泡沫液膜上的水分遇到高温而蒸发，一方面可以吸收大量的热，使火源区域的温度迅速下降，另一方面，水蒸气又能稀释燃烧区域空气中的含氧量，使火熄灭。

经过多次试验证明：高倍数泡沫可以扑灭那些火源集中、泡沫容易堆积等场合的火灾，如船舱、大型油池、地下建筑、室内仓库、矿井巷道、机场设施等等。对扑救一般油类、木材、煤炭、纤维等发生的火灾，也有较好的效果。

高倍数泡沫药剂的成本低，原料来源广、设备简单、操作方便，具有良好的隔离空气和冷却作用。同时，又有很好的稳定性，能阻火场的热传导、对流和辐射，是一种很有推广价值的消防技术装备。

#### 怎样正确使用“1211”灭火剂

“1211”灭火剂，是一种液化气体灭火剂，它在常温常压下，是一种略带芳香味的低毒的无色气体，通过适当的加压压缩后，可以变成液态贮存。

“1211”灭火剂之所以能灭火，主要是它与燃烧物接触后，受热产生溴离子，并立即与燃烧中产生的氢游离基化合，使燃烧连锁反应迅速中止，将火扑灭，同时也有一定的冷却和窒息作用。

“1211”灭火剂，特别适用于扑灭油类、有机溶剂、精密仪器、文件档

案等火灾，灭火效率比二氧化碳灭火器高 4 倍多。而且在灭火后不留痕迹。在具有爆炸性气体存在的车间或容器里，只要充灌“1211”到占该爆炸性气体容积的 6.75%，就能够起到抑制爆炸的作用。所以它是一种高效低毒。能够扑救多种类型火灾的优良灭火剂。目前，已广泛应用在船舶、油罐、油田、矿井、电厂、精密仪器等灭火设施方面。

#### 怎样使用泡沫灭火器

标准型泡沫灭火器，筒内盛装着碳酸氢钠与发泡剂的混合溶液。另外，还装有一瓶硫酸铝溶液，两种溶液互不接触。在使用时只要将筒身颠倒，两种溶液就能很快地混合，发生下列化学反应：

$$6\text{NaHCO}_3 + \text{Al}_2(\text{SO}_4)_3 \cdot 18\text{H}_2\text{O} = 3\text{H}_2\text{SO}_4 + 2\text{Al}(\text{OH})_3 + 18\text{H}_2\text{O} + 6\text{CO}_2$$

这时就会产生一种含有二氧化碳气体的泡沫，并以一定的压力将泡沫从喷嘴喷射出来，喷射距离 8 米左右，喷射时间约 1 分钟。

泡沫灭火器是用来扑灭油类火灾的，泡沫比油类的比重轻，所以喷射后便组成如绒毯一样厚的遮盖层，覆盖在燃烧的液面上，使燃烧液隔离了空气，火便熄灭了。

泡沫灭火器适用于扑救汽油、煤油、柴油、苯、香蕉水、凡立水等易燃液体引起的火灾。

泡沫灭火器也有它的局限性，时可以溶解于水的易燃液体，它的灭火作用就不显著，如喷射在丙酮、甲醇、酒精等易燃液体上，泡沫里的水分会很快地被这些易燃液体所稀释，破坏了泡沫，起不到隔绝空气的作用。如果使用泡沫灭火器扑救电器火灾，应先切断电源，然后才可扑救，因为泡沫是导电的。另外，对亲水的化学物品发生的火灾，也不应使用。

在使用泡沫灭火器时，要一手握提环，一手托底边，将灭火器颠倒过来，轻轻抖动几下，泡沫就会喷射出来。盖与底不能对着人体的任何部位，防止因喷嘴堵塞导致灭火器底盖弹出伤人。

另外，还应注意，水和泡沫不能同时喷射在一起，否则泡沫会被水冲散，失去灭火的作用。

#### 怎样使用四氯化碳灭火器

四氯化碳灭火器充装的灭火剂，是四氯化碳，它的化学式是  $\text{CCl}_4$ ，是一种无色的液体，沸点 76.8℃，易挥发，有特殊的气味，不会燃烧，不会导电。通常由氯气与二硫化碳作用制得。

四氯化碳灭火器里边充有压缩空气，由于里面的空气压力，把开关打开，四氯化碳就可通过喷嘴喷射出来。当四氯化碳喷射到火焰上，由于它与高温接触，就会立刻蒸发成蒸气。1 千克重的四氯化碳，可以气化成 145 立升的蒸气。这种气体比空气重 4.5 倍，它能迅速覆盖在燃烧物的表面及其周围，隔绝空气。喷在空气中的四氯化碳含量达到 10% 时，火焰就因窒息而扑灭了。

四氯化碳灭火器对电气设备、内燃机等发生的火灾。小范围的汽油，丙酮等发生的火灾都具有较好的作用，而且灭火后，留不下痕迹，对机器设备没有损伤。所以，在工厂里用得比较多。

但金属钾、钠、镁和铝粉等失火，切勿使用四氯化碳扑救，因为四氯化碳与这些灼热的轻金属相遇，会发生强烈的分解，甚至爆炸。还有如电石，

乙炔气等起火，也不能用四氯化碳扑救。因为四氯化碳同这类物质相遇，会发生化学反应，放出光气一类的剧毒气体。

由于四氯化碳本身有一定的毒性，特别是当它达到 250℃ 时，能与水蒸气发生作用，分解出有毒气体。因此，人们在高温作业和空气不流通的场合使用四氯化碳灭火器时，需注意不要过多地吸入四氯化碳分解出来的有毒气体，以免中毒。

四氯化碳灭火器的筒身是用铜或铁制成的，常用的有：泵浦式、打气式、贮压式三种。泵浦式是一种双作用的活塞泵浦，旋开毛柄，推动活塞，四氯化碳就从喷嘴里喷射出来了。打气式的内部，有压气和贮气筒，使用时一手握住灭火器的筒身下端，并用手指捺住喷嘴，四氯化碳即喷出。贮压式的内部，贮有压缩空气，只要旋开气压开关，四氯化碳就会喷出。

#### 怎样使用二氧化碳灭火器

二氧化碳灭火器里面装的是二氧化碳液体。液态的二氧化碳极易挥发成气体，液态的二氧化碳转化为气态后，其体积要比原来液体的体积增大 700 倍。当它从灭火器的喇叭形喷管喷射出来后，部分变成白色的雪花状物，又称“干冰”，温度很低（-76℃）。干冰吸收热量气体为二氧化碳气体，又因二氧化碳比空气重，又不燃烧，也不助燃，它覆盖在燃烧物的表面和周围，燃烧物表面的空气被稀释和冲淡，使其中的氧或可燃气体的含量百分比降低。当二氧化碳占空气的浓度为 30% ~ 35% 时燃烧便会停止。又因为二氧化碳具有冷却的作用，而且二氧化碳是不导电的，所以，能用来扑救电气设备装置的火灾。

二氧化碳灭火器对扑救电器、精密仪器、电子设备、内燃机、珍贵文物、文件档案、小范围的油类、某些忌水物质发生的火灾最为适用。用它来扑救人灾，事后不留痕迹，且没有腐蚀、损坏作用，是一种比较优良的灭火器。

二氧化碳灭火器也有它的局限性，它不宜扑救金属钾、钠、镁粉、铅粉和铅锰合金等物质的火灾。因为它会同这些物质起化学反应。

二氧化碳灭火器，有开关式和闸刀式两种。使用时，先拔去保险销子，然后一手掌握喷射喇叭上的木柄，一手掀动鸭舌开关或旋转转动开关，然后提握机身。但闸刀式的一经开启后，内部封口铜片穿破，即无法关闭。

因为它的喷射距离一般只有 2 ~ 3 米，所以在喷射时，人要站在上风处，尽量靠近火源。要从火势蔓延最危险的一边喷起，然后逐渐移动，不留火星。手要握住喷筒木柄，以免冻伤，在空气不流畅的场合，喷射后应立即通风。

#### 怎样在火场救人

在火场救人，十分危险，需要专门知识及特别装备，一般来说应该让消防员担任这种工作。倘若有人被困或遭浓烟呛晕而必须相助时，还要留意两点：避免受伤，迅速行动；暂不替伤者护理伤势，应迅速救其离开火场。此外，救人时还须注意：

1. 救人前，先打电话通知消防队。
2. 如果火势炽烈或大楼快要倒塌，切勿冒险进入。
3. 假如毒烟弥漫火场，切勿进内，有些家具燃烧时会产生致命的气体，应等待消防员带防毒的呼吸装备前来援救。
4. 进火场前，把绳子一端拴紧腰间，另一端叫人在外面拽着。万一迷失方向，可凭绳子循原路走出火场；即使给烟呛晕，外面的人也可以把自己拖离火场。
5. 先与火场外的人取得默契，例如预先说好自己会一直轻轻拉紧绳

于；绳子一软下来，他们就应拖自己出火场。6.用湿手帕掩住口、鼻，或戴上口罩，以抵挡浓烟，以减少吸进有毒气体。7.如有毛毯或大衣，搭在肩上或拿着带进火场去，可用来包裹伤者。8.进入火场时，每开一道门，先用手背触门把，假如烫手，切勿进内。9.若逃生去路快要被截断，切勿继续前行。

10.若门把不烫手，开门时应紧握门把，以免房内的热气流把门拉开。假如门是向外开的，应用脚顶住，以免突然弹开。

11.深呼吸几下。打开一道门缝，先让热空气散掉，然后进去。

12.进入浓烟密布的房间时，身体尽量俯屈靠近地面。必要时匍匐而行。

13.找到伤者时，迅速带其到安全地点。脱离险境才可施行急救。

火场上应怎样疏散物资

在灭火过程中，要以极大的努力及时疏散物资，最大限度地减少火灾损失。在考虑疏散物资时，要看火场的具体情况，有时可以采取保护的措施，有时应立即组织力量疏散。

1.当火灾对物资已形成直接威胁，并不易保护时，特别是那些贵重的东西，易燃易爆物品，怕水的物资，以及珍贵的文物等；

2.当楼前、通道上堆放的东西妨碍灭火战斗的行动，或必须消除火势蔓延的媒介时；

3.当有可能造成楼板塌陷或房屋倒塌时；

就应该及时地进行疏散。反之，如有可能对物资采取保护措施，或对灭火战斗影响不大的，一般不必采用疏散的方法。

扑救火灾时怎样预防烟毒

家庭一旦不慎发生火灾，首先要进行扑救，但在扑救时要预防烟毒侵害人体。

家庭火灾发生后，燃烧物品会散发出一种烟雾。这些烟雾中有足以致人于死地的物质：一氧化碳、二氧化硫、水蒸气等。另外，木结构家具，羊毛衫、地毯、被褥、人造纤维和尼龙质地衣物等日常用品，在不完全燃烧时也会产生一氧化碳（俗称煤气），这是具有强烈毒性的可燃气体。以上气体几乎在所有火灾现场都能生成，对人体危害极大。有关资料表明，当空气中一氧化碳含量为0.09%时，1小时后人就会头疼、呕吐；含量0.15%时，20~30分钟人就有死亡危险；含量1.5%时，吸气数次后失去知觉，1至2分钟后就能中毒死亡。

近年来，家庭室内装饰开始随着人们物质生活水平提高而普及开来，如化纤地毯，塑料装饰品，贴墙壁纸，地板革，胶木板及装饰板制作的家具等。这些装饰物品虽然美化了生活，但一旦发生火灾，这类可燃物质燃烧时往往会产生大量有毒害的气体及浓烟灰尘，对受灾家庭居民都会造成严重的生命威胁。这些烟毒除上述的一氧化碳、二氧化硫、水蒸气外，还有二氧化碳，硫化氧、氰化氢、氯化氢等。因此，家庭装饰考究的更要引起警惕。

扑救家庭火灾时如何预防烟毒呢？家庭一旦发生火灾，首先都要进行扑救。为了防止烟毒侵害人体，一般可用湿口罩或用湿毛巾掩护好呼吸部位；扑救人灾时，应尽量站在上风方向，避免毒气侵袭。如果出现流泪眼痛、头痛咳嗽、胸闷、头昏等症状，应及时撤离现场。在撤离现场时首先要镇定，不要慌乱，可用水淋喷洒开路逃离火灾区。

农村居民怎样安全用电

农村住宅绝大多数是自己建房自家安装电气的，或者是请农村电工和懂得一些电气知识的人帮忙安装的，不像城市住宅那样规范和合理。另外，用电知识也较城市居民贫乏，而且农村有些用电设备是城市居民很少接触到的，例如：三相异步电动机、水泵、脱粒机、黑光灯、碘钨灯、高压汞灯等，这些都是容易发生触电事故的设备。因此，农村居民发生触电、火灾及雷击事故的可能性要大大高于城市居民。

根据上述实际情况，农村家庭用电应特别注意以下安全事项：

1. 新建住宅或旧房改造时，不懂电气的人不要自己随便乱敷线，而应该请电工帮助设计施工，这点化费是值得的，因为电气布线是否合理。安装质量如何，对住家今后的安全用电关系甚大。

2. 新建住宅时必须要注意所建住宅是否距电力线路或变压器台过近。如果距离不够，应找电力部门，切不可鲁莽兴建，否则会造成触电伤亡事故。

3. 有些地区经济条件较好，许多家庭电气布线都采用暗线敷设。暗线敷设美观，但出了毛病不易检修，因此必须严格按照规定施工。目前常见的做法是用塑料护套线、甚至是塑料电线敷设在粉刷层内；也有的是将上述导线或橡皮电缆直接埋砌在砖墙或水泥层内。这些做法都是错误的。特别是当导线或橡皮电缆因机械损伤或者因用电量过大，过负载烧坏导线，电缆时，整座房子四壁就可能带电，由于是暗埋，要找出故障点几乎是不可能的。短路或漏电故障不处理好，有可能造成触电或火灾事故。

4. 不要使用螺口灯头，因为螺口灯头的螺口是作为一个电极的，现在农村中有些地方用电管理不严格，螺口灯头的螺口很有可能是接在相线上（尽管当时安装是接在零线上的，但外线路检修、改更线路等，都可能使住宅的相线和零线对调），当更换灯泡或清洁卫生时容易触及螺口而造成触电伤亡。因此，在农村更应该使用卡口灯泡，不要使用螺口灯泡。

5. 近年来家用电器在农村也开始普及起来，由于农村居民经常下地劳动，赤脚、湿手比较普遍，同时农村住宅多以泥地、水泥地和砖地作地坪，加上使用粗放，因此触电的可能性和严重性也较大。为此，在使用家用电器时不能马马虎虎，应避免赤脚、湿手去接触家用电器。在不了解某家用电器性能及使用要求前，不要随便玩弄。

6. 农村中因电扇漏电造成触电伤亡事故尤为突出，应请教懂行的人学会使用方法，慎重使用。

7. 农村中使用废；日或破损的导线作电源线较为普遍，尤其是临时用电，使用时没有仔细检查，裸露的导线没有很好包缠，一旦人体触及就会造成触电。户外场院用的导线接头没有处理好，以往一直沿用黑胶布包缠导线接头，由于黑胶布受潮或雨淋后失去绝缘作用，或因天长日久而变质老化或脱落，因此常常有人触及这样的导线接头而触电。同时，如果当裸露导线下面堆有草堆、柴火，万一导线短路就会引起火灾。为此，建议户外，场院悬挂较低的或拖地的临时用电电缆等的接头，应使用粘性好、柔软的塑料粘胶布包缠。

8. 电动机是农村居民常用的电气设备，常见的不安全因素有：开关箱及接线盒等的进出口引线、箱口处引线扭损或断芯，造成外壳带电或短路。为此，在导线的进出口端应垫有弹性的缓冲层；护套橡皮必须嵌入箱口以内，以防端口破皮漏电。

9. 场院或田间使用的脱粒机、潜水泵也是造成触电及火灾事故较多的电气设备。要想法弄懂对两种电气设备的安全使用要点，切勿乱动。

10.农村使用电视机，由于离电视台较远，接收信号较弱，常常架设室外天线。然而农村的住宅较为分散，多数建在旷野上，电视天线孤立地突出地面，在雷雨季节很容易遭受雷击。因此，有条件的家庭应按规范装设避雷装置；没有条件的家庭，在雷雨天应拔去天线馈线，并抛到户外，拔下电源插头，停止收看。

11.因跨步电压造成的触电死亡事故在农村成为突出，造成跨步电压触电事故的原因，大多是由于导线断落，触电者又缺乏安全知识，想用手去检，或接近导线断落的水田里去捞浮萍引起。老人和小孩怎样安全使用家用电器据有关统计资料表明，老人和小孩与成年人相比，触电事故较少，这是由于成年人更多地使用和接触电气设备的缘故。但近年来，随着家用电器的普及，家庭中老人和小孩使用和接触电气设备的情况越来越普遍。尤其是双职工家庭，平时家中往往只留老人和小孩，他们随时都有可能使用家用电器，因此，老人和小孩造成的触电伤亡和电气火灾事故也开始突出起来。

老人反应迟钝、健忘、眼花、嗅觉和听觉也不灵；小孩无知、不知深浅、胆大、好奇、好动，这些都是造成老人和小孩发生事故的原因。为了避免老人和小孩使用家用电器时发生意外事故，应注意以下安全事项：

1.老人应尽量少使用或不使用电熨斗、电炉、速热器等电热器具。有的老人在使用电炉时因眼花，连电源引线落在电炉盘上都没有发现，结果电炉将电源引线烧成短路，甚至发生火灾。有的老人用电炉或速热器煮牛奶或烧开水，一边又去做其他的事，结果将牛奶或水煮干，发生事故后才想起。

2.老人和小孩不要去搬运家电设备，他们力气较小，行动不便，容易摔倒发生意外事故。

3.老人不要去清洁灯泡或更换灯泡，也不可湿布去擦拭家用电器，以免灯头漏电或家用电器外壳漏电，造成触电事故。

4.使用未接地（接零）的洗衣机时，要在站立位置设置一块绝缘垫或干燥的木板，或穿上胶鞋后方可操作，以免洗衣机漏电造成触电事故。洗衣机用毕，应先拔下电源插头，再进行擦干工作。

5.当家用电器使用中发生故障或意外事故时，切不可去拆弄，而应及时拔下电源插头，待子女回家后告诉他们，由他们去处理。

6.观看电视时，若发现电视机内冒火、冒烟，或有异常气味并伴随“劈啪”声，说明电视机可能会发生严重故障，应立即关机，不可继续收看；雷雨天不要收看电视，也不要站到阳台上，以免雷击。

7.对于小孩，要教育他们不要随意拔弄或拆汗电气设备和家用电器；不要将金属丝等插入插座或家用电器内，以免造成触电。小孩子切不可使用电热器具。

8.当大人使用电热器具时，尤其是在使用电熨斗和电烙铁时，不要让小孩子接近，因为小孩子会突然伸手去触及电热部分，造成烫伤。同样道理，大人们在检修家用电器、修理收录机、电视机时，也不要让小孩过分接近，并随时提醒他们某处有电，不许乱动。

9.小孩子不许使用电吹风，因为他们不知道吹出的热风温度，甚至会对着易燃物品吹，造成烫伤或火灾事故。

怎样安室使用便携式用电器具

家庭常用的便携式用电器具有手持式电动工具、手电钻、行灯等。这类用电器具在使用中需要经常移动，电源引线由于拉、磨及受机械损伤，绝缘

容易破损，而且使用中人手与器具的外壳紧密接触，一旦发生火线碰壳，就会造成触电事故。为了保障这类用电器具的使用安全，应采取以下一些措施：

1. 外壳接地（接零）。这是便携式用电器具的主要安全措施之一。电源引线用护套软线，单相器具用三芯线；三相器具用四芯线。其中黄、绿双色线（以往为黑色芯线）作接地（接零）线，截面积不得小于 1 毫米<sup>2</sup>。2. 采用安全电压。在特别危险的场所，可采用安全电压的单相便携式用电器具。安全电压必须由双线圈变压器供电，严禁用自耦变压器降压。

3. 采用双重绝缘的单相用电器具。这种用电器具安全性能较高，其绝缘有二重，一是作为基本绝缘的工作绝缘，用以保证器具的正常工作；二是保护绝缘，即当工作绝缘损坏后仍能起到防止触电作用。

4. 采取电气隔离方法。即使用便携式用电器具时，戴上绝缘手套（如完好干燥的布或纱手套），穿上绝缘鞋（如胶鞋，塑料鞋等），站在干燥的木板上或凳子上，使人与大地或使人与用电器具外壳隔离。该方法在目前的条件下，是家庭中经常采用的一种较有效的安全措施。

#### 怎样安全使用远红外电暖器

远红外电暖器又称红外线取暖器，它使用方便、卫生、无污染，是冬季家庭较为理想的加热器。由于远红外电暖器功率较大，辐射热量高，且较为娇气，所以若使用不当，不但影响其使用寿命，降低使用效果，而且还会造成火灾事故。因此使用时应注意以下事项：

1. 电暖器的反光板必须保持清洁光亮。反光板用以提高辐射热量，如果它表面脏了，电暖器效率就降低，白白浪费电能。因此要经常保持其表面的清洁光亮。擦拭时要用柔软的潮布，千万不能用粗糙的布料和化学溶剂，以免将反光板擦毛。

2. 不可直立使用。电暖器的加热元件是螺旋状电热丝，若直立使用，电热丝会下垂，造成供热不均匀，甚至产生火花，影响电热丝的寿命。

3. 加热的石英管上切不可溅上水珠，也不可用湿布接触，否则，石英管容易爆裂。

4. 不可湿手使用电暖器，否则容易造成触电事故。

5. 电暖器使用中不可靠近易燃物品。因为电暖器的辐射热量相当高，足以烤燃附近的纸张、衣服、木板等。

6. 要注意电源插座及导线是否能满足需要。因为电暖器功率较大，如果导线过细，会使导线过热，甚至发生火灾；同时，也不可将它的电源插头插在几个家用电器合用的多用插座上，以免插座或导线过热，造成危险。

#### 怎样安全使用电炉

1. 电炉的功率一般都较大，不宜与其他家用电器共用同一电源插座，尤其不要与电冰箱、空调机使用同一回路，以免电压降过大，影响这些电器的正常工作。

2. 供给电炉用电的导线及电源引线必须有足够的截面，以免过热造成事故；电源引线必须采用橡皮绝缘护套软线，不允许使用胶质线（花线）。因为胶质线的绝缘性能、机械强度及抗磨性、耐热性都较差，容易造成绝缘损坏及短路事故。功率较大的电炉应采用单独的保险丝保护。

3. 电炉切勿放在可燃、易燃物品附近使用，例如电炉周围不可有汽油、酒精、柴油、煤油、液化石油气瓶、刨花、纸、木柴、锯末等物品，否则容易引起火灾事故。电炉应平稳地放置在耐热的平台上使用，切勿直接放在地

板上使用。

4. 移动电炉时，要先断开电源，待电炉冷却后再进行，以免发生触电和烫伤事故。

5. 使用电炉时，要有人看管，不可随便长时间离开，以免被加热液体沸腾外溢损坏炉盘及流到插销内，或者煮干烧坏容器，引起短路及火灾等事故。

6. 电炉的电热丝不许凸出盘槽隔脊，以免金属容器底部触及电热丝使整个容器带电，危及人身安全。

7. 平时注意检查电源引线、插头、插座及电气连接部件等的状况，一旦发现绝缘损坏、胶木烧焦、瓷珠被损、连接部件松动，就应及时修复或更换，以免发生意外。

#### 怎样防止家用电器过电压事故

家用电器的过电压事故是指电源电压超过规定的允许值而造成家用电器损坏的事故。家庭用电多为单相 220 伏电源（农村场院也有用三相 380 伏电源），一般家用电器的工作电压，其允许波动范围多数定为  $(1 \pm 10\%) U_e$  ( $U_e$ ，为电网额定电压 220 伏)，即从 198 ~ 242 伏；也有定为 176 ~ 242 伏；无论何种家用电器，如果超过其正常工作电压，时间一长，就极易损坏其中元器件，甚至烧毁家用电器。要是彩色电视机、高档收录机、电冰箱，一旦烧毁，损失就大了。

发生住宅 220 伏线路过电压事故的原因有以下几种：

1. 小孩子放风筝或住在楼上的居民倒杂物，将相线与零线混线，致使另两根相线对零线电压上升到 380 伏线电压。

2. 进户电线架设过低，被竹杆、梯子等长物体触碰混线。

3. 用户偷电或私拉电线，将两根相线误认为一根相线一根零线，引入室内，造成 380 伏供电。

4. 电工检修马虎、失职，将相线认为零线接入用户。

5. 零线接触不良或零线断路，同时三相负载又严重不平衡时，住宅的零线对地电压会升高（正常情况下零线对地电压为零），致使某相线对零线电压高出家用电器允许的电压波动范围。

6. 台风、暴风雨造成导线混线或倒杆，使原住宅 220 伏电压变成 380 伏线电压。

7. 雷电击中架空电力线，将雷电压经电力线引入住宅内，造成家用电器或电度表瞬间过电压而损坏。

从上述过电压事故的原因看，有人为引起的，也有自然灾害引起的。对于人为引起的事故是可以设法避免的；对于自然灾害引起的，则无力挽回，但也可以设法躲避，如雷雨天，将所有的家用电器的电源插头从插座上拔掉；采用避雷器；零线截面应符合规定要求；零线连接必须牢固可靠，切不可马虎，平时电工应加强维护；住宅楼三相供电负载应尽可能做到平衡。

#### 怎样安全带电检修电气设备

家庭电气设备有毛病，检修时最好将总保险丝插尾拔掉，这样做比较安全。但在有些情况下需要带电检修时，应注意以下安全事项：

1. 带电检修要有人监护，万一发生意外事情，监护人可立即拔掉电源插座（检修家用电器时），或总保险丝插尾，或拉断刀闸开关。另外，监护人发现操作者有可能触及带电体时，可及时提醒，以防造成触电事故。

2. 带电工作应使用带绝缘把柄的工具，站立在干燥的木板、凳子、梯子

等绝缘物上进行，并戴上线手套、穿上胶鞋或塑料鞋。同时必须穿上长袖的衣服，以免身体的裸露部分触及带电体。

3. 检修前要分清相线和零线，选好工作位置。断开导线时，应先断开相线，后断开零线。搭接导线时，次序相反。一般不应带负载接线或断线，即操作前要把负载（如家用电器、照明灯等）的电源开关关掉。

4. 检修时，人体不得同时接触到两根线头，养成单手操作的习惯。另一只手只能戴上手套，握住设备的绝缘部分帮帮忙。

5. 检修时，注意人体（尤其是头部）不要靠着墙、金属支架、天花板等导电物体，以免造成触电事故。

6. 站立的梯子、凳子等要安置稳固，下面要有人扶着，以防上面作业的人滑跌下来。

#### 怎样预防雷击

在大气层中，雷声和闪电是经常发生的自然现象，它出现在发展强烈的积雨云中。伴有雷声和闪电现象的对流性天气系统称为雷暴。雷电有极大的破坏力，电压可高达几千万伏特，电流可达 10 万安培，能击毙击伤人畜，击毁建筑物及输电和通讯设施，引起火灾，影响飞机和导弹的飞行等。据统计，美国每年有近 400 人被雷击死，财产损失达 2.6 亿美元；我国山东临沂地区，在 1950～1972 年的时间里，平均每年约有 39 人被雷击伤亡。某年青岛的一个油罐被雷击起火，直接损失达 3450 万元。雷击与建筑高度密度相关，建筑物越高，遭雷击机会越多，据观察，一般高度的建筑物，大约百年遇一次，15 米的建筑物，约 5 年遇 1 次；90 米高者约每年 2 次；240 米高者每年达 5 次；当高度达 360 米时，每年可遇 20 次雷击。

雷击几乎是不可避免的自然灾害之一，但采取与不采取措施及措施是否科学，其结果大不相同。比如广西某地农民正在田里收花生，突然雷雨交加，几个男同志跑到附近岩洞躲雨，安然无恙。而 7 个妇女因带有塑料薄膜，便就地垒起花生棵避雨，均被雷击中全身冒烟，其中 6 人当场死亡。

人在野外遇到雷雨天气时，尽量不在雷雨中行走，非走不可时，速度要慢些，行走步幅要小些，但不要骑牲畜行走。避雨时，不要躲进孤独的小屋里或躲在孤独的大树下、电线杆旁，也不要站在高坡上，因物体越高，遭雷击的可能性越大。尽量避免接触自行车，金属篱笆等金属制品；不要把锄头、铁锹等带有金属的工具扛在肩上；在河湖中的要尽快离开水面，正在划船的应尽快上岸；如用塑料布顶在头上避雨时，应避免兜水；因为水和金属是易导电的。人在空旷地带时，应选择低洼处，并蹲下作蜷缩姿势，仅使双足触地。尽量缩小暴露面。如在汽车里，应把车门关好，感觉到头发竖起或皮肤发生颤动时，可能要遭受雷击，应立即躺卧在地。受到雷击被烧伤或严重休克的人，身体并不带电，应对他们及时进行心脏按摩、人工呼吸，促使其早些苏醒。

雷雨天气中，如果正好在室内，也应做好预防雷击的工作。凡高大的建筑物，如高楼、烟囱、铁塔、旗杆、电视机室外天线等，都应装有可靠的避雷针，并经常检查其是否确实有效；在雷到来之前，应关好门窗，防止因室内湿度大而引起导电现象；遇有雷雨就应把电视机关掉，电吹风等电器也应停止使用，并拔掉电源插头，也不要使用电话；不要靠近暖气片、金属管道及门窗，尽量远离电线、电话线、广播线，暂停电线及金属管道的安装工作；不要穿潮湿的衣服，不要靠近潮湿的墙壁。

## 农村建房怎样防雷

1. 选择适当的建房地點：雷击常常发生在某些较小范围（雷击区），表现一定的选择性，这与地理条件、地质结构有一定的关系。一般他讲，湖沼、低洼地区、金属矿床地区和地下水位高的地方是比较容易遭雷击的。山坡和水田交界的地方、地下水出口处，岩石之间有较厚土壤的小范围内，即在电阻率差别大的交界区，雷电活动也较频繁。最好在选房基时，作一些简单的调查，如果发现某一局部地带曾有多次雷击的历史，新建住房可以避开这些地方。

2. 房屋外形不要冒尖：农村住房一般比较分散，房屋外形不要有特别突出的部位（如尖顶），也不要修得太高，在旷野之中孤立地建一座住房也不利于防雷。如必须兴建突出的建筑物（包括烟囱）等，可考虑设置避雷针加以保护。但是避雷针的保护范围、材料和接地装置均有严格的技术要求，千万不要在房顶、烟囱随便竖立铁件，人为制造雷击的尖端，结果非但不能避雷，反而起引雷作用。

3. 房屋结构要能挡风：雷电中有一种球雷，它闪着紫色或灰红色的光，在空中飘行或沿地面滚动，它可能随风而进入住宅，碰到物体和人，有时会产生爆炸。因此住宅的窗户要设玻璃窗或简易暗窗，雷电大作时能关闭。山墙、侧墙最好封到顶，尽量少留不能关闭的通风道。

4. 电线布局要合理：农村低压电线、广播线，线路长，屏蔽差，被直接雷击或产生感应过电压的可能性较大，雷电波随线路入侵室内也是常有的。因此，室内布线要注意，灯头、插座位置不要离床头太近，雷雨季节时，收音机，电视机等电器的插头，在不用时可取开，闪雷电时最好关闭收音机。电视机和有线广播喇叭。有条件的，在线路引入建筑物的地方，将瓷瓶铁脚接地，接地电阻不小于 30 欧。收音机、电视机的天线，最好安装闸刀开关，不用时或闪雷电时可以断开。

## 怎样预防高温热浪

通常把日最高气温高于 35 的天气称为高温天气，但各地的规定略有不同。大范围异常高温空气入侵的现象称作为热浪。遭受热浪袭击时，高温炎热天气可持续一天以上，有时可长达一周以上。高温天气在我国大部分省（市、区）都有发生，当气象部门预计未来时段的最高温度将高于 35 时，即发布高温天气报告，以引起人们的警惕，及时做好防暑降温工作。

高温热浪是一种灾害性天气，对人的身体健康影响很大。据实验，当气温达 30 以上，相对湿度达 85% ；气温达 38 ，相对湿度达 50% ；气温达 40 ，相对湿度达 30% 时，容易发生中暑，重者可造成生命危险，还容易引起痱子、疖子等皮肤病。高温可以使人的兴奋程度增加，容易出现烦躁不安、头痛、头昏、失眠等症状；对肿瘤病患者、心血管病、脑血管病的影响较大。

遇到高温气候，可采取自然通风。机械通风等措施降低室温，改善小气候环境，如搭凉棚等；对正在进行高温作业的人员合理供给饮料及营养品；预备防暑药品等；穿着宽松，透气性较好衣服。

高温会影响畜禽的正常生长。猪时热的环境适应能力较差，常因天气过热而生长缓慢。发育停滞，甚至中暑死亡。鸡体内的代谢率降低，发病率和比亡率明显上升。高温高湿影响奶牛的进食和消化，使其产奶量明显降低。改善畜禽棚舍的通风条件，适当增加它们的饮水量，是预防高温天气对

畜禽影响的有效措施。

高温季节，容易引起草堆腐烂发热，温度升高而引起自燃；危险化学品在高温季节也易发生自燃。防止草堆自燃的办法是翻晒草堆，降低草堆内部的温度和湿度；强化保管措施，尽量避免把危险化学品暴露在空气中。

农作物因高温导致伤害。这种伤害是气温超过植物生长发育的上限温度面而造成的，一般有高温的伤；阻碍开花授粉造成空壳猛增；破坏植株内水份代谢活动；因高温逼熟而使粒重减轻等。其防御方法是选用耐高温品种；合理调节播栽期，避过高温期；合理排灌，以水降温。

#### 怎样预防泥石流

泥石流是山地突然爆发的、饱含大量泥沙和石块的一种特殊洪流。泥石流爆发时，山鸣地动，由暴雨形成的洪水或冰雪融水夹带着大量的泥沙石块在很短的时间内冲出沟外，其前锋的泥沙，石块的含量占体积的 60~80%。泥石流具有极大的破坏力，爆发历时短、来势猛，常淹没农田、冲毁房屋、堵塞河流、毁坏铁路公路及桥梁，是一种毁灭性的灾害，如 1987 年 7 月发生在辽宁复县、丹东地区的泥石流造成 610 多人死亡，其损失之重前所未有。

我国发生泥石流灾害的规律与雨季是相一致的，具有明显的季节性，绝大多数发生在 6~9 月间。一般在一次降水过程的高峰期或在连续降雨后的稍后时段内出现。泥石流灾害主要出现在气候干湿季较明显、局部暴雨强度大、冰雪融化快、地质构造复杂、地表岩层破碎、岩层结构疏松且易于风化的地区。如云南、四川、甘肃、陕西、西藏等省、区。另外，辽宁省的东南部山地也是我国泥石流灾害的多发区。

在泥石流多发区，首先要做好对泥石流的监测预报工作，分析研究降水量与泥石流之间的关系，在降水量达到爆发泥石流的临界值时，及时发出预警，组织群众离开危险区，家家户户应自觉迅速行动；修建排导、防护、拦挡工程；处于泥石流区时，应迅速向泥石流的两侧转移，不能顺沟向上或向下跑；及时向泥石流下游的住户、村落、城镇、企业等单位报警，接到警报应迅速撤离危险区；及时组织抢救；减少人为诱发泥石流的因素。

#### 怎样预防崩塌

崩塌是坡度较大的岩、土体在重力等作用下突然脱离其母体崩落、滚动、堆积在坡脚或沟谷中的一种现象，也叫垮塌、塌方等。以泥土为主的崩塌称为土崩，以岩石为主的称作为岩崩。

崩塌的产生与地质构造、岩土的类型、地形地貌和外界的诱发因素有关。崩塌常在特大暴雨（或大暴雨及较长时间的连续降雨）过程之中或稍滞后的时间；或强烈的地震过程之中；或开挖斜坡坡脚的过程中及稍后一段的时间内；或水库蓄水初期及河流的洪峰期；或大爆破及受强烈的震动之后发生。地表水的冲刷、浸泡坡脚也能诱发崩塌的产生。发生在城镇、工矿企业、村落附近的崩塌，常砸埋房屋、伤亡牲畜、毁坏各种设施，如 1987 年 9 月 17 日凌晨，发生在四川省巫溪县城龙头山的岩崩，摧毁了一栋 6 层的宿舍楼，两家旅店及 29 户的居民住房，造成 122 人死亡，直接经济损失达 270 万元左右。

预防崩塌的危害，首先要识别可能的崩塌体，然后才能在选择住房、工矿企业的地址、进行工程建设时避开或有目的地采取预防措施。可能发生崩塌的坡体大体上有以下的特征：高度差较大，且坡度大于 45 度的坡体；坡体成凹形陡坡或孤立山嘴；坡体前部有临空空间，并发生过崩塌的斜坡；

坡体上部有拉张的裂缝发育，并与山体有分离之势的坡体。

崩塌灾害通常影响的范围较小，只要脱离开崩塌体可能坠落的地点，一般都不会遭受崩塌的直接伤害。因此，只要不在这些地点进行各种活动，不把住房、厂房等建在这些地方就可以避免它对人们的危害。在工程建设中无法避开这些地段或已建在可能出现崩塌地段的住房、工矿企业等，可采取遮挡、拦截、修建护坡护墙、支撑、削坡、排水等措施，是可以减轻中小型崩塌对人们的危害的。

#### 火山喷发怎样安全防范

不论是休眠火山还是活火山，都有可能随时喷发。巨灾来临时，一团团的火山灰把天空遮蔽得黑沉沉的，石块从高空飞坠，熔岩冲下山坡；火山口和火山侧的裂缝喷出大量毒气。

火山喷发是巨大的灾祸，非人力所能挽回，应急措施看来也难起作用。不过，大祸临头之际如能当机立断，采取适当行动，也许可蒙幸运之神保佑，绝处逢生。

1. 倘若身处火山区，察觉到火山喷发的先兆，应该立刻离开。火山一旦喷发，人人张皇失措，交通中断，到时离开就困难多了。

2. 如果火山喷发，更要马上离开。

3. 使用任何可用的交通工具。火山灰越积越厚，车轮陷住就无法行驶，这时就要放弃汽车。迅速向大路奔跑，离开灾区。

4. 倘若熔岩流逼近，应立即爬上高地。

5. 切记保护头部，以免遭飞坠的石块击伤。最好戴上硬帽或头盔，任何帽子塞了报纸团戴在头上，也有保护作用。

6. 利用随手拿到的任何东西，及时造一副防毒面具，以湿手帕或湿围巾掩着口鼻，这样可以过滤尘埃和毒气。

7. 戴上护目镜。例如潜水面罩、眼罩，就可以保护眼睛。

8. 穿上厚重的衣服，保护身体。

9. 某些火山地区设有紧急庇护站。即使附近没有庇护站，也不可在其他建筑物内躲避，只有熔岩快涌到跟前，则属例外。墙壁虽然可挡住横飞的岩屑，屋顶却很容易砸塌。

10. 倘若仰望山上看到一团灰尘混着气体的“炽热火山云”（其时速常常超过 160 公里）向自己滚滚冲来时，只有两条逃生途径：最好躲进砖石砌筑的坚固地下室。不然，赶紧跳进附近的河里，屏住呼吸。通常一小团炽热火山云在 30 秒内便会掠过。

11. 如在一次喷发后，情况平静下来，仍须赶紧逃离灾区，因为火山可能再度喷发，威力更猛。

#### 雷雨中怎样安全防范

在雷电中遭雷击的可能性极低。不过，雷电交加现象不能完全准确预测，所以应小心防范，减少危险。

1. 离开高地，不要走近高树。

2. 不要在山洞口、大石下或悬岩下躲避雷雨，因为这些地方会成为火花隙，电流从中通过时产生电弧，可以伤人。但深邃的山洞很安全，应尽量往里面走。

远离铁栏及其他金属物体；并非直接的电击才足以致命。闪电击中导体后，可向两旁射出较小的电弧，远达好几公尺。此外，炽热的电光使四周

空气急剧膨胀，产生冲击波。这些冲击波发生的声音，就是雷声。若在近处听到，强大的声波可能震伤肺部。

3. 如正在游泳或在小艇上，应立即上岸。若在较大的船上，应撤至甲板之下。不要接触任何金属器物。

4. 如正在驾车，应留在车内。车厢是避免雷击的理想地方。就算闪电击中汽车，也不会伤人。

5. 不要在雷雨中放风筝、骑脚踏车或骑马。

6. 一般来说，建筑物是避雷的好地方，但孤立的小屋则并不安全。

7. 如在家中，应把电视机的电线和天线插头拔掉。

8. 如在户外，穿橡胶底的鞋或长靴有保护作用，但也不是完全保险。

9. 依古老的说法，雷电交加时应关上窗门。

关上窗门只宜应付球状交电，但这种闪电极罕见，至今仍缺乏有关的可靠资料；普通的闪电则不会从开启的门窗射进屋内。怎样防止旅途受风寒

1. 登山前一晚要好好休息。许多冻伤的人后来忆述，事发当天早上已感到不适；病因通常是连夜赶路或出发前喝酒太多。

2. 出发前吃一顿水分充足的丰富早餐；在旅途中，则吃些高热量的零食，例如巧克力等。

3. 背包里应常备维生袋，以能连人和睡袋整个包起来的为宜。

4. 穿着挡风、温暖的衣服。外衣裤须完全防火；牛仔裤和普通防水夹克都不能抵御狂风暴雨。

5. 带一套干衣服备用。

6. 途中若感到热，应该脱下衣服，以免身体给汗水沾湿，因为水分从身体吸取热量的速度比空气快。

7. 不要携带过重的物品，天气寒冷时尤其容易引致疲劳和受寒。为了保持体力，脚步不要太大。

8. 即使气温不低，也要提防因风大而受寒。有一个简单方法可以粗略计算“风寒因素”，即时速3公里减1；例如气温为15时吹着时速48公里的烈风，与气温为-1但无风的天气同样冷。可参照蒲福风级表估计当时风速。

### 怎样预防风灾

风灾是我国的主要灾害性天气之一，在我国各地均有发生。风灾可分为三类，一是台风灾害；二是由龙卷风、雷暴等天气引起的大风灾害；三是由寒潮和强冷空气入侵伴随的人风造成的危害。我国气象部门规定：风力达到8级或以上（风速17米/秒）时称作为大风。达到这一风力时，造成的灾害明显增多。如：毁坏建筑物，造成人员伤亡；对渔业生产等海上作业有影响，有时还掀翻渔船，造成船毁人亡；影响水上航行，发生严重翻船事故；妨碍公路和铁路交通，在公路上，强风可造成汽车失控，车速越快，汽车失控事故越多；强风还可颠覆火车车辆，如1979年在新疆有16节车厢被大风掀翻。

发生在土质松软干燥、植被稀少地区的“黑风”或沙尘暴最容易形成对人畜的危害。如发生在毛乌素沙漠附近鄂托克前旗的一次“黑风”，飞沙走石，造成11人死亡，3万多头牲畜被风沙掩埋的灾害。大风可对农作物造成机械损伤，如：折断、倒伏、落花、落果、落粒、授粉不良等。

气象部门要做好大风的天气预报工作。各家各户各部门在得到大风预报、警报后，要及时采取防风措施，灾后及时进行抢救，是减轻以至避免大

风危害的正确途径。为预防风灾还应采取以下措施。

1. 建筑物在设计时要考虑风压这一因素。忽视了这一点，就容易在大风天气里受损或毁坏，造成家庭财产的损失和人员伤亡；在接到大风预报和警报后，要采取适当的防护措施。

2. 在水上作业时应随时注意天气变化，得到大风警报或发现有产生大风的征兆时，应马上回港避风，不可有侥幸心理。在江河中行驶的船舶发现有大风来临时，应在背风的岸边避风，特别是抗风能力差的小渔船、农用小船等不能冒险航行。

3. 在遇有强风发生时，汽车、火车要低速行驶，谨慎开车。

4. 经济作物和农作物的栽培要选用抗风品种，合理安排布局，如植物的株高、株型、播种的行向、密度和生育期等。

5. 营造防风林带，防风固沙，是控制风沙危害的重要措施。怎样预防风雹灾害的袭击冰雹是从强盛的秋雨云中降落到地面上的冰球或冰块，不少地区称为雹子、冷子或冷蛋子等，是我国的主要灾害性天气之一。冰雹多数随天气系统由西向东或西北向东南方向移动；在山区或河川地带，由于受地形的影响，冰雹的移动路线常与山脉、河流的走向一致。冰雹受地形和下垫面的影响很大，通常的分布规律是：高原和山地多于平原；迎风坡多于背风坡；山脉的南坡多于北坡；高山多于河谷；地表起伏大的地区多于起伏的小的地区；地表复杂的地区多于地表面单一的地区；植被少的地区多于植被多的地区。我国的多雹区是在青藏高原、天山及祁连山等山区，西藏的黑河地区平均每年的降雹日达 35 天之多。我国大部分地区降雹的时间很短，80%的持续时间短于 10 分钟，降雹时间超过半个小时的仅占总次数的 5%。

冰雹对人畜和农作物的危害程度与雹块的大小、雹块的密度、降雹的范围、降雹的时间长短等因素有关，也与人员的密集程度、经济状况、农作物的种类有关。冰雹灾害常伴随狂风暴雨、雷电同时出现，致使危害加重，所以在我国也常叫做风雹灾害。这种灾害的特点是突发性强，很难预测；风暴的移动速度快，出现的时间短；危害的范围小，一般是长条状，长和宽均只有几百米到数公里之间，达上百公里的很少出现；破坏性大，所经之处常砸死、砸伤人畜，吹倒和刮坏房屋，拔起树木，折断电杆，农作物被毁坏。据统计，我国平均每年出现的风暴灾害达 1000 多县次，最多的一年可达 2000 多县次。1989 年全国有 6500 万亩作物受灾，其中有 500 万亩绝收。

因冰雹天气出现的范围小，突发性强、地方性明显，一般难于作出准确的天气预报，但只要从多方面进行防御，灾害是可以减轻的。如：加固房屋，提高房屋的抗风能力；采取人工干涉的办法预防冰雹，如用火箭打雹云等；在冰雹多发地区，改造植被，调整农作物的品种和播种期，避开风雹的多发时段；人在野外突遇冰雹，如果附近没有山洞或其他坚固的屏障可躲避，可将衣物等（勿用易碎品）置于头部，或用手臂保护头部；冰雹与大风一起来临时，勿在易倒塌的墙体旁、棚屋内躲避；有雷电时尽量不要在大树下躲避；注意观测，总结冰雹发生发展的规律，积累预测冰雹的经验，一旦有冰雹出现的可能时，即采取预防措施。

龙卷风袭来怎样求生

龙卷风对人类的威胁极大。当龙卷风袭来时，能否求得生存，在很大程度上要靠个人的积极躲避。躲避得当，就能安然无恙，反之则不然。例如 1986 年 2 月 5 日，一场龙卷风不偏不倚地在美国休斯顿东北的胡克斯机场

上空生成。它以“横扫千军如卷席”的威力，将机场上 300 多架大小型飞机吹得七零八落，在机场附近居住的居民及飞机场上的工作人员死难者达 1000 多人。1985 年 7 月 18 日下午 2 时 20 分，在广西境内离阳朔约 5 公里的漓江鱼梁滩江面上，暴雨夹杂冰雹从天而降，一条游船不幸遇上龙卷风而被吹翻，船上 94 人中，竟有 32 人遇难，成为我国旅游史上罕见的一大悲剧。可见龙卷风给人类带来的灾害是不能低估的。一旦遇上龙卷风怎样才能死里逃生呢？

1. 必须对龙卷风的生成。特性有所了解。因为龙卷风的形成多与雷暴雨中强烈升降气流对流时产生的涡旋有关；另一方面，龙卷风多出现在盛夏季节的强大积雨云底部或春、夏急行过境的冷峰之前或台风外围的云系里。所以当暴风雨袭来的盛夏季节，应提高警惕，在龙卷风到来之前，必须依靠坚固的建筑物或天然屏障来保护自己。

2. 居住在室内的人，当龙卷风袭来之前，一定要把窗子打开、使室内外气压相等，以此减少房屋倒塌的危险。

3. 在龙卷风袭来时，在公共场所的人应服从指挥，向规定地点疏散。理想的掩蔽所是建筑物的底层、底层走廊、地下室、防空洞和山洞。暴露在地上的一切活动必须停止，千万不可骑自行车、摩托车或利用高速交通工具躲闪龙卷风，应立即躲开活动房屋和活动物体，远离树木、电线杆、门、窗、外墙等一切易于移动的物体，并利用钢盔、棉帽等东西保护好头部。

4. 在无固定结实的屏障处，则应立即平伏于地上，最好用手抓紧小而坚固、不会被卷走的物体或打入地下深埋的木桩等物体。在田野空旷处遇上龙卷风，应躲避在洼地处，但要注意被水淹翻卷或被空中坠物击中的可能。

5. 躲避龙卷风的最好地方是既不会被风卷走，又不遭水淹，也不会被东西堵住的高楼最底层，这是较为理想的安全地带。

#### 暴雨后山体滑移怎样求生

山体倾泻是山区暴雨过后常见的泥土滑坡现象。发生大滑坡时，泥土夹杂石块和树木，宛如火山岩浆喷泄一般，一泻千里。山体滑移时，人、牲畜、建筑物、道路等等，一切皆被埋没，只留下一片荒野，这是一种破坏性很大的自然灾害，例如 1986 年 2 月初，秘鲁一场大暴雨过后引起河水泛滥，山坡倾泻，淹没了利马以东 90 公里处的马兰基村，有 17 名村民被活活埋死于泥土和乱石之中。山体滑移的出现虽不像地震或龙卷风那样来得突然，大多发生于大暴雨尤其是持续暴雨以后，所以可以防患于未然。预防这类自然灾害发生的唯一途径是保护山区的生态平衡，做到树木、矿藏有计划的砍伐和开采。一旦遇到滑坡时该如何躲避和逃生呢？

1. 发现有山体滑移现象时，切勿惊慌失措，应从容观察山泥可能前进的方向，然后想方设法地避开。因为在滑坡灾害中，财产损失是不可避免的，所以在逃离住宅时只能携带一些细软、贵重的东西，如存折、现金、金银手饰、保险证明、证件及简单衣物等，对于比较笨重的东西不必携带。

2. 逃生时，不可顺着山泥可能倾泻的方向奔跑，而应向山泥可能倾泻方向的两侧高处躲身。冬天应尽量多穿些衣服，多带些食品，因为滑坡多发生于山区，由于交通不便，会给救险工作带来不便，而山泥倾泻后接踵而来的往往是阴雨寒凉的天气，所以需做好防止饥饿或冻伤造成的威胁。

3. 一些依山旁水的村庄或建筑物，以及建在山上的村舍，在暴风雨过后应格外警惕滑坡现象的发生，并应作出一些有组织的防范的措施，在转移疏

散的过程中，应让老弱妇孺先走，青壮年随后跟随。当形势稳定后应设法主动同外界联系，并在高处作出明显的标记，如白天燃浓烟，晚上点青火，以便让营救者及时发现，迅速前来营救。

4. 坐火车或汽车时如遇到山坡滑移现象，应弃车而逃，因为趴在车顶上或躲在车厢里是无法躲过灾难的，其后果不是被淹没便是被埋在车厢里窒息而死。总而言之，由于滑坡的时间速度稍慢，采取相应的处理方法和措施可以从容考虑，只要躲避得当，是可以完全能绝路逢生的。

#### 雪地遇阻怎样求生

在茫茫冰天雪地里行走，也会遇到进退两难、饥寒交迫的时刻。一旦于雪地中遭受阻拦，应注意如下事项：

1. 防止冻伤。因为四肢是远离心脏最远的部位，所以最容易受冻，因此要保持四肢的干燥，如能涂上一些油脂，保护的效果最为理想。切忌用雪团、冰块来揉擦冰冻的肢体，用手摩擦取暖也利少弊多，所以不提倡。假若能采集一些枯枝干叶生火取暖，可以御寒。

2. 建造雪屋。以树枝作支架，再盖上一层帆布，然后住上面铺雪压实盖严，即使建造一所简易的雪屋，也有挡风防寒的作用。

3. 要觅食充饥。如果食物缺乏，只能捕捉雪地上的动物充饥。捕捉雪地上的动物并不难，因为动物出没时必定在雪地上留下踪迹，加上动物在寒冷时机体仍处于冬眠状态，所以比较容易捕捉。将捕捉得来的动物经火烤后，也称得上是一顿“美味佳肴”。

4. 口渴时不宜吃雪解渴。因为雪中缺乏矿物质，喝了雪水，会引起腹胀、腹泻，即使将雪烧开了也是如此，会越饮越渴的。缺水后怎么办？最好是挖洞取地下水来饮。

5. 在雪地上受阻时，应该及时用枯枝败叶烧起篝火，发出求救信号，争取及早得到营救。

#### 怎样防御洪水灾害

我国全年的降水量主要集中在6~9月间，这4个月的降水量通常占全年降水量的60~80%，且多以暴雨的形式出现，又常集中在几次暴雨过程中，有时甚至出现一次暴雨过程的雨量超过年平均降雨量的现象，所以经常造成洪涝灾害。尤其是长江、淮河、黄河、海河、珠江、辽河和松花江流域洪涝灾害更多。造成洪涝灾害的原因主要是毁林开荒，破坏了森林蓄积降水量30%的功能。同时，加重了水土流失，致使水库淤积，河床抬升，降低了它们的调洪防洪的能力；城建面积扩大，不透水地面增加；大规模的围湖造田，使湖泊面积减少；抢占河滩，致使水流渲泄不畅等。

防御洪涝灾害，是保障人民生命财产的安全和我国国民经济发展的需要。要及时防御洪水水灾害，首先要了解雨情和水情，建设好防洪工程体系，如：修筑堤防、整治河道；在主要江河建设分洪（或蓄洪、滞洪）工程，保护重点对象；修建水库拦蓄洪水，减少洪水对下游地区的危害；加强对雨情、水情的测报和预报等。另外，把房屋建在最高洪水水位以上高度的地方，在山区则既要考虑避免洪水的危害，还应选择在没有塌方、滑坡危险的可靠安全区建房。在平原地区建房尽可能把宅基地垫高到最高洪水水位线以上或建高层楼，围绕住宅修筑堤顶高于洪水水位的堤坝，或修成保护整个村落的闭合堤防。当洪水来临时人往高处走，在洪水到来前，离开易受洪水淹没的地区，但需要事先选择好撤离的道路和所到达的目的地；上大树；暴雨过后不要徒

步涉过水流很快。水深已过膝盖的小溪；将木料或木质家具捆扎成救生排供人乘用；备置救生船。总之，当天气预报连续报有暴雨或大暴雨时，在易受洪水淹没威胁的地区，就要提高警惕，随时注意水位的变化，及时了解洪水的情况，才能采取适当的措施，避免或减轻洪水造成的危害。

#### 水灾暴发怎样逃生

1991年我国遇上百年没有的大水灾，其中灾情最严重的有江苏、安徽、河南、湖北等省。尽管这次洪水凶如猛兽，吞没了许多良田和房屋，也有一些人丧生，但是这些损失比过去历次洪水的损失要小得多，这与党中央抗洪救灾的正确领导和有力的抢救措施是分不开的。那么，洪水到来时如何从茫茫的一片汪洋大海中救生呢？

1. 要有组织、有领导地转移。因为洪水发生都是由于连降暴雨，河水猛涨或由于山洪暴发，河堤缺口后发生的，因此在灾前应充分估计，并与当地的气象台站联系，争取在水灾到来之前能迅速把人、牲畜、财物转移到安全地带，以免发生措手不及。在疏散转移时，应照顾好老弱妇孺及病人。

2. 洪水是突然袭来的，如果来不及转移，那么，绝不能忙乱，惊慌失措，应该向高处，如水泥结构的楼房顶层或山坡上转移。也可以爬到树上等候救护人员营救。

3. 不熟水性的人，可以死抓木块或坐在门板、木盆上，让其飘泊，等候援救；熟水性的人，不要单顾自己求生，应该想方设法把年老体弱和不懂水性的人一个个地救到高处避难。

4. 地处河堤缺口、危房等风险地带的人群应尽快脱离现场，迅速转移到高坡地或高楼建筑物的楼顶上，对于家中的财物，不要斤斤计较，更不能只顾家产而忘记生命安全。为了保存财产，在离开住处时，最好把房门关闭好，这样待洪水退后，家产尚能物归原主，不会随水漂流掉。

5. 援救人员，应该哪里有险情，就到哪里去救险；抢救的原则是先救人，后抢救财物。

#### 水面有火或油时怎样脱险

船舶在海上遇险需跳水时，如船舶四周海面上漂浮着燃烧的油火时，千万不要惊慌，要看清周围情况，在船舶的上风侧选择适当位置，然后深吸一口气，以一手掩鼻口，另一手遮着眼睛及面部，两腿伸直并拢，侧身垂直向下跳入水中。入水后要向上风方向潜游，如需露出水面换气时，应先将手伸出拨动水面，拨开火焰，头露出水面后立即转向下风，作一深呼吸再下潜，向上风方向游去。如此反复，直至游出着火海面。如遇有未燃烧的漂浮油时，必须将头部高高抬出水面，并要紧闭口，防止油进入鼻口。另外还要特别注意不让油溅入眼内。

#### 沙漠迷途怎样救生

在一望无垠的黄色沙滩里旅行，常有迷途的可能。在这个“魔鬼地带”中如何求生？最好遵循如下求生措施：

1. 出发前一定要向亲人告诉你的沙漠旅行计划，如行动路线、出发时间、同伴人数等。如有了这个线索，假若遇上不测，也便于让别人营救。2. 在沙漠旅途中，应注意留下记号，这既防止迷路，又便于营救人员寻找迷途的目标。3. 在沙漠上行走时，由于受到下蒸上烤的两面夹击，所以使人体水分的消耗很大。如果在迷途时能使水分的消耗降低到最低限度，那么生存下来的机会便随之增加。故“晓宿夜行”不失为一大秘诀，或者索性“安营扎寨”，

用汽车、帐篷等作掩护体遮阴休息，等待援救。

4. 旅行者携带的食品和水总是有限的，万一断水断炊，就应积极寻找，切勿坐以待毙。沙漠上生长的仙人掌可以挤出一些水分；动物的血液和昆虫的汁液，也可用来止渴。随身携带的各种器皿都可以利用起来收集清晨的露水。尽管露水的数量有限，但对求生者大有裨益。沙漠中的飞禽走兽、植物的根果均可用来充饥。

5. 一旦发现有飞机从空中掠过，可用反射镜借助阳光发出求救信号；晚上可用帐篷、衣物、木柴蘸上汽油燃烧，以引起营救者的注意，争取早日能获救。

#### 怎样认识地震

地震是人类迄今为止还未能控制的巨大的自然灾害。通常所说的地震，一般是指构造地震。构造地震的发生原因是：地球本身运动变化的不均匀，使得地壳各部分岩层内产生了巨大的地应力。

当地应力逐渐加强，超过某处岩层的强度时，该处岩层就会突然发生破裂或断裂错动；积累的能量急剧释放，引起震动，形成地震波，地震波传到地面时，地面也就随之震动起来。我们居住的地球，每天都在发生地震，平均每年发生地震约 500 万次，其中人有感觉的约 5 万次，能造成破坏的约 1000 次，能造成严重破坏的约 18 次。地震分布最集中的是环太平洋地震带和地中海—南亚地震带。我国东濒环太平洋地震带，西部和西南部是亚欧地震带所经过的地区，是世界上的多地震国家之一。我国历史上的地震主要发生在五个地区，即：台湾省；西南地区，主要在云南中部和西部、四川西部、西藏东南部；西北地区，主要在甘肃河西走廊、宁夏、天山南北麓；华北地区，主要在汾渭河谷、晋东北、京津地区、河北平原、山东中部至渤海地区；东南地区，主要在福建和广东沿海一带。

地震波引起的震动，粗略他说，可以分为地面的上下跳动和地面的水平晃动。其中，引起地面上下跳动的地震波传播得比较快，减弱得也比较快，传播不远；引起地面水平晃动的地震波传播得比较慢，减弱得也比较慢，传播较远，因此，地震时，在临近地震中心的地区，地面先上下跳动，然后才是水平晃动，这两种震动都比较厉害。在离震中较远的地方，两种震动都逐渐减弱，上下跳动不如水平晃动那么明显。在离震中更远的地方，震动更弱，多数只能感觉到水平晃动。

地震释放出来的能量多少用震级来表示，释放的能量越多，震级就越大。假设在坚硬的岩石中填入二三万吨炸药，那么爆炸时产生的能量仅相当于一个 5 级地震；而如果把一个 8.5 级大地震释放的能量换算为电能，那么相当于一个百万千瓦的发电厂在十年期间发出的总电量。可见，地震释放出来的能量之大是十分惊人的。

地震对地面的影响强弱或破坏程度叫烈度。震中区的破坏最大，烈度也最高，叫震中裂度。每次地震，震级只有一个，而烈度则随着地区离震中远近不同和所受影响的程度而不相同。

震级和烈度在一定条件下有着相应关系。假设震源深度是 1—30 公里，则一个 5 级地震的震中烈度可达 6~7 度，6 级地震为 7~8 度。从我国的情况看，烈度在 6 度时房屋开始受到破坏，8 度时房屋将受到严重破坏。

地震虽然是一种巨大的自然灾害，但只要树立人定胜天的信心，平时常备不懈而不麻痹大意，震时沉着时敢而不惊慌失措，就一定能把地震造

成的生命财产损失减少到最低限度。

#### 怎样选择建筑场地可以防震

选择建筑场地，就是考虑房屋所在地段的地质（地下比较深的土层组成情况）、土质（地基土壤的软硬）、地形和地下水的深浅等对房屋抗震有利、不利等条件。一般他说，建筑场地的选择应避免以下几种情况：

1. 活动断裂地带中容易发生地震的部位及其附近地区：如 1960 年 2 月 29 日摩洛哥的阿加辖尔发生了一次震级不算高的 5.8 级地震。由于这座城市建筑在断层交叉点附近（最易发生地震的部位），加之震源浅，就是这次不大的地震，却把一座城市一下子毁灭了。

2. 地下水位较浅的地方和松软的土地，如古河道、旧池塘、沼泽地或沙滩上：由于这些地方地基松软，一遇地震就易坍塌。如，1985 年 9 月 19 日墨西哥发生 8.1 级地震，距震中很近的格雷罗州和朱却肯州的震害并不严重，而距震中 400 公里的墨西哥城却遭到了严重破坏。原因何在呢？据分析，墨西哥市是 14~15 世纪阿兹特克文化昌盛时期之后不断埋填沼泽地而发展起来的新型城市。埋填沼泽地形成的软地基是这次灾害之本。

3. 地下有溶洞的地方：在石灰岩地区，如有较大的溶洞，地震时可能造成局部塌陷，因此，在其上部不应建筑高大或沉重建筑物。

4. 地势较陡的山坡、斜坡及河坎旁边：建在这些地方的建筑物不但容易倒塌，而且还会由于山崩、滑坡而被淹没，或者由于重力关系而下滑。

当建筑物的各项条件相同时，建筑在比较牢固的地基上和建筑在松软地基上的建筑，尽管相距一二十米，但地震后，一个可能完整无损，一个可能破坏倒塌。如上述墨西哥地震，同在墨西哥市，建筑在西部火山岩地带的建筑物，受灾很轻。

因此，进行建筑时，必须注意地基的地质条件和地形地貌条件。

#### 怎样提高房屋的抗震性能

地震发生时人的生命是否受到威胁，很大程度上取决于房屋的破坏程度。而房屋破坏程度又是受地震强度和房屋抗震能力制约的。因此，提高房屋的抗震能力，对减少地震伤亡至关重要。

处在地震区的农村家庭和拥有私有房产的城镇居民，在建造和修缮房屋时，一定要把提高房屋的抗震能力作为首要问题来考虑。具体注意事项是：

1. 房地基的土质要紧密结实，位置要恰当。非岩质的陡坡、河坝，容易出现不均匀的沉降和滑移；细长突出的山嘴、高耸的山包和三面临水田的台地，在地震时会受到较强烈的影响，均不宜选作房基地。

2. 在坚固的前提下，房体、房顶要轻一些。尤其是房顶，重量越大，地震时晃动越强烈。高房上部的非承重部分最好采用轻质材料。另外，屋顶上不要搞笨重的附属物，例如女儿墙；院门也不要建造得太高、太复杂（不搞笨重的凉棚门脸花饰等）。

3. 房屋的形状和构造要合理。首先要使房屋的各个部分受力均匀，因为局部受力过大或变形过大，在地震时会成为首先破坏的薄弱环节。房屋的平面形状宜简单，规则，墙体设计要均匀、对称；不要在立面上搞突然变化，以避免地震时各部分晃动不一致，局部先破坏。其次，横墙要密，横墙承受屋顶和纵墙传来的地震力，并巨支撑纵墙，限制纵墙的侧向变形，在抗震上作用很大，最好一个开间布置一道。此外，在墙壁上也尽量少开洞，开小洞，特别不要在靠近山墙的纵墙上或靠近外纵墙的横墙上开大洞。

4. 房屋各部分连接要牢固，形成一个牢固的整体，晃动时才不容易散架。这就要求檩条要固定好，屋架之间要加风撑。架在墙上的檩条或屋架或梁要铆固。上墙体之间的结合要牢靠。房屋采用木骨架时连接要牢靠稳固。围护墙与骨架也要连接好。

5. 施工质量要好。砌砖时要错缝咬砌，避免垂直的通缝。灰浆要饱满。对各个部分的连接都要做得结实。

6. 维修、加固要及时。墙体如有裂缝或歪闪，要及时修缮。容易风化酥碱的土墙，要定期抹面。大雨过后要马上排除积水，避免墙基被浸泡。木梁和柱子等要预防腐朽和虫蛀，及时检修。

在建造、修缮房屋时如果忽视上述事项，那么应根据这些事项进行一次全面的检查鉴定，尽可能采用简便易行的有效办法，如顶撑等来加固房屋，以提高房屋的整体抗震能力。

#### 怎样做好地震前的准备

对于近期内可能发生地震的地区，省级人民政府和中央有关部门会根据地震监测机构的监测报告决定是否发布地震预报。要以省级人民政府和中央的地震预报为准（不要轻信传言），一旦发布，就要迅速进入戒备状态。虽然目前的地震预报还难以做到十分准确，但是有备才能无患，才能在地震灾害袭击时，减少和避免损失。

家庭和个人在地震将要发生前，需要做好如下一些准备：

1. 抓紧学习抗震知识，掌握必要的自我防护和救助他人的措施。2. 检查房屋是否合乎抗震要求，对薄弱部位采取加固措施。对室内也要进行检查、整理；对易燃易爆物品要妥善处理；火炉和高大的家具要与地面连接固定；橱柜上、物架上不要放置过重的物品；玻璃、陶瓷器具和装饰品以及墙上的镜框、镜子等要收拾起来；窗户上要用纸条或布条贴上“米”字。如能用结实的材料制做一至几个抗震床或抗震架，则震时的安全保障程度就更大了。

3. 要在住所附近物色比较空旷、远离高大建筑、没有高压电设施和可能爆炸、燃烧、溢毒、冒水的设施的地方作为安全区。要确定并熟悉从住所到安全区的最近捷、最安全的疏散路线，路线上不要有震时可能倒塌伤人的楼房、烟囱、电线杆、脚手架等，还要尽量避开住宅密集区。4. 家庭每位可以独立行动的成员都要清楚家中的水、电、煤气闸门的位置，并会开关。

5. 家中如有老、弱、病、残、孕，要做好疏散的妥善安排计划。6. 准备一定数量的食品、饮用水和衣服，以及急救药箱、手电筒、电池电源收音机（用于收听广播分析震情等）。上述物品要装入旅行袋或提箱内，放在随手可拿的位置，并使每位家庭成员都要清楚。另外，还应准备一些镐、锹、锯、锤、钳子等工具。

7. 选定行动方案要根据自家的具体情况设想一下：当地震发生时，迅速逃离和就地避震哪种做法更安全？这要视具体情况而定。如果对临震征兆察觉较早，住所是平房或楼房底层，距离事先物色好的安全区较近，疏散路线上没有密集住宅区和危险地段，那么应选择迅速离开住所奔往安全区的方案；如果情况相反，则应确定在室内暂避。

#### 城市怎样防御地震灾害

城市的震害防御是一项与总体规划同步，甚至要超前进行的重要工作。城市防御地震灾害不仅要重视单个类项的防灾能力，而且要重视如何提高城市整体的防灾水平，以便更有效地减轻地震灾害。一般说来，应考虑如下内

容：

1.改进地震危险性分析方法，提高可信度。预测未来发生地震时，正确估计城市的地震危险性。

2.用给定值的超过年概率的地震动工程参数为指标，进行城市地震小区划，标出城市不同区域内不同建筑物和生命线系统工程的设防标准，为城市土地利用、城市建设和抗震防灾规划提供科学依据。

3.结合城市改造和土地利用，尽量缩小城市易损性组成部分，提高城市抗震能力。

4.在可能发生滑坡或断层的潜在不稳定地区，采取改善建筑物场址的措施或将潜在的、不稳定地面指定为空地，不准建筑。

5.结合城市建设的地区特征，按现有的科学水平和技术条件，制定城市新建工程的抗震设计规范，制定抗震鉴定和加固方法的规范。

6.结合城市改造，对不符合设防标准的已建工程按设防标准进行加固，在加固的同时应采取相应的防止火灾的措施。拆除旧建筑的女儿墙，拆除旧的危险建筑物，以便建造现代标准的建筑物。

7.为节省大量资金，加速城市抗震加固的进度，必须研究加固的经济效益。

8.研究特定地点生命线工程的地震反应，制定生命线工程抗震设计规范，以求得最佳抗震设计；生命线设施尽量建成网状系统。这样，即使一处发生故障，通过迂回，也不至于使整体功能丧失。

9.规定重大工程建筑物如高层建筑、生命线系统工程等安装强震仪，为正确估计震害和减轻震害，积累基础性资料。

10.结合地震预测的不同阶段，制定相应的城市抗震措施。

11.易燃、易爆和有毒气体的工厂应建于下风向地区并远离城市居民点。

12.开展地震知识宣传教育，使群众了解有关地震知识，并支持减轻地震灾害规划的实施。

家庭怎样防御地震灾害

家庭是社会的最基本的单位。为保证地震时和地震后有条不紊地进行家庭救灾。根据每个家庭的情况，可采取以下措施：

1.学习地震知识，科学掌握自防自救的方法。

2.每个家庭成员应明确每个人震时的应急任务，以防手忙脚乱。

3.确定家庭疏散路线和避震地点。

4.加固室内家具，特别是寝室，更要采取必要的防御措施，应设置避震安全角。

5.落实防火措施，学习防火、灭火知识。防止火炉倾倒；防止煤气管道、炉灶漏气，妥善保管易燃、易爆物品。

6.浴盆、水缸、水桶要储水，准备防火和饮用。

7.准备手电、蜡烛、火柴或应急灯。

8.准备哨子等能发出声响的器具，以备报警用。

9.准备压缩饼干、罐头、方便面等食品及饮料。

10.准备急救箱，掌握简单的医疗救护技能，如止血、包扎、搬运伤员、人工呼吸等方法。

11.学会识别地震谣传的方法。

12.进行家庭防震演习，以发现避震措施的不足。

### 在校人员怎样防御地震灾害

地震时，学校里最需要的是领导和教师的冷静和果断。在有中长期地震预报的地区，平时应结合教学活动，向学生普及地震知识和防震常识。震前，要安排好学生转移、撤离的路线和场地；地震时，领导和老师要沉着地指挥学生有序地按疏散路线撤离，切不可慌乱从事，以免挤伤、踩伤。

校舍较坚固的学校，领导和老师可带领学生，在地震发生时躲在课桌下、讲台旁。楼上的学生千万不可跳楼，而应就近转移到开间小、有管道支撑的房间里。

### 医院里的人员怎样防御地震灾害

医院内应有一定的防震抗震能力较强的房间。地震前把重要的医疗器械、常用药品，危重病人等转移到抗震房间去。对药房、血库、手术室、器械库、配电室、病案室等重要设施，应进行抗震加固。

在有抗震设防的手术室内正在抢救病人时，一旦发生地震，千万不要惊慌，若停电、应立即打开应急灯，安定情绪，抓紧时间完成手术。如手术室无抗震设防，只要手术室存在，医护人员就应发扬人道主义精神，千方百计保护患者。

住院的病人，要听从医院的安排，或转移、或就地避震。能活动的病员，应视所处的条件，或趴在床下，或转移到小开间的屋内，如厕所、洗漱间，去污室等，并积极采取自我保护措施，保存自己。在公共场所的人员怎样防御地震灾害公共场所，如影剧院、商店、候车室等，因地方小、人员密集、出口窄小，如遇地震，极易造成秩序混乱，由于相互挤压而造成人身伤亡。因此，在公共场所的人员，遇到地震时，一定要保持清醒的头脑，利用所处的条件，就地躲避，千万不要乱跑。一般的影剧院和候车大厅，大都采用大跨度的薄壳结构屋顶，由于重量轻，地震时不易塌落，即便塌落，也不致大面积伤人。因此，最好的办法是躲在排椅下。一般的排椅是用九合板和铸铁架用螺栓联结的，虽然，每一片九合板的抗压能力并不大，但一排排椅背联接起来的强度是很大的。此外，舞台脚下、乐池内也是避震的好地方。如果距太平门很近，可视情况，迅速夺门而出。

在商店里购物遇到地震时，应就近蹲在坚固的柜台或抗压强度较好的商品旁。

总之，在公共场所遇到地震，不要乱喊乱叫，更不要乱挤乱拥。否则，必定造成人为的大祸。地震后，应听从指挥人员的安排，有序地迅速离开公共场所。

### 在厂矿车间工作的人员怎样防御地震灾害

大型厂矿企业及较大车间，应根据实际情况，制定防灾措施。首先，应划出一定的空地作为地震疏散区，大车间内应设置安全岛和防震架等等。

地震时，厂矿企业应立即关闭易燃、易爆、有毒气体的阀门。在工作岗位上的工人应因地制宜就近采取避震措施，如躲在车床、机床及高大设备下，绝不可慌忙乱跑。唐山地震时，一个纺织厂的织布车间内，有 30 多名上夜班的工人，其中有一人因盲目外跑被砸死，其余的人因躲在织布机下，虽厂房坍塌，但均未受重伤或死亡。

地震时，在矿井下作业的矿工，千万不可惊慌失措。通常地下比地面安全，如果大家盲目同时挤向巷道或竖井的出口处，极易因挤压致伤或发生其他意外。因这些地方的支护差，临空暴露面大，振动后很可能塌落，造成人

员伤亡。即便井口塌方，将工人堵在地下，也应保持冷静，由专人负责指挥，尽量保存实力，等待救援人员的到来。

地震时，在钢铁厂工作的工人，应避免燃烧的高炉和钢槽，以免烧伤和烫伤，同时，应注意头顶重大机件掉落砸伤人员。

地震时，在化工厂工作的工人，应防止易燃、易爆、有毒气体和液体外泄，并及时降低高温、高压管道内的压力，关闭运转设备。大部分人员应撤离现场，少部分人员在有安全防护的前提下可留在现场监视险情。

地震时，在野外或高山作业的人员，应根据现场条件，采取应急措施。在高山区应避免避开临空面较大的不稳定地段及各种陡坡、陡坎，尽量转移到所在地的最高点，切忌不能在危岩下、山洞内和较大裂隙的地方躲避，也不要顺着山坡随滚滚而下的岩石一同往山下跑。

在办公室的人员怎样防御地震灾害

地震时，正在机关办公的人员，应赶紧蹲到办公桌下或卷柜旁，同时要尽量降低重心。地震过后要迅速撤离。撤离时，要走楼梯，不要乘电梯。来不及撤离时，可到开间小，有一定支撑物的小房间、厕所或水房躲避。

对办公楼内的自动化较高的控制系统、存储系统、档案库、电脑系统等，震前应采取耐震、抗压措施，防止震时系统被破坏和档案被遗失。

地震后，幸存的国家机关人员，应尽快与组织取得联系，按大震对策方案，各就各位搞好本职工作，努力减轻地震造成的损失。

住楼房的人怎样防御地震灾害

城市人口密度大，多数人住在鳞次栉比的楼房内。建筑学家认为，我国城市建筑越来越多地采用钢筋混凝土构成的框架结构，烈度为8度时，只能使大楼墙体开裂及局部坍塌；9度时也不致使框架损坏。因此，一旦发生地震，首先要保持清醒，冷静的头脑，及时判断震动的情况，千万不要在慌乱中跳楼，这一点极为重要。轻易跳楼，贸然外逃，只能造成意外的损失。正确的做法应是根据空间环境，就地选择避震场所。

地震时，一些楼房虽然倒塌损坏了，但有的厨房、厕所，一些有上下管道通过的小开间房屋内以及墙角处，却残缺不全地保留着。因为这些地方的结合力强，尤其是管道的经过处，有较大的支撑力，抗震系数较大。地震时迅速躲在这些地方，可减少伤亡。

总之，地震已经发生，究竟是跑出去好，还是躲在屋子里好，应根据建筑物布局和室内的情况，审时度势，因时因地制宜，趋利避害，寻找安全空间和通道进行躲避。

住平房的人怎样防御地震灾害

地震时，住平房的危害性较住楼房相对小些。地震时，若处于屋门附近，在室外无障碍、无危险房屋或狭窄巷道时，应立即跑出屋外。冲到室外的人，在一段时间内，不要急于返回室内救人或取东西，以免造成意外的损失；若处于室内，应迅速躲到较坚固的家具下，如立柜旁、床下、桌下等。因这些家具可以挡住或减缓建筑物倒塌的冲击，形成一定的安全空间。

由于平房的结构不同，避震效果亦不尽相同。一般砖瓦结构的房内，地震时钻到床下，桌下即可保全自己，而在预制板顶的房内，虽躲于床下、桌下，因屋顶太重也可能被压死或砸伤。因此，住平房的人在地震时应临震应变，见机行事。怎样搭盖防震棚舍在接到临震预报，震情紧急，或强烈的地震后，震情并未解除的情况下，要在户外搭盖防震棚舍。那么，搭盖防震棚

舍应注意什么问题呢？

1. 防震棚舍的搭建要因地制宜，既能防震，又经济适用。北方寒冷地区可采取半地下式；潮湿多雨的南方，则应选建在相对较高的地方。

2. 棚舍搭建的场地应避开危崖、陡坎、河滩等地，不要建在危楼、烟囱、水塔、高压线等附近，也不要建在阻碍交通的道口及公共场所周围。应注意消防管理，要留好防火道，作到道路通畅。

3. 防震棚舍顶部不要压砖头、石块或其它重物，以免坠落砸伤人。

4. 尽量就地取材，以家庭为单位搭建，邻里之间应互相帮助搭建防震棚舍，既要能夏防风雨冬防寒，又要注意环境卫生，防止疾病蔓延，还要注意管好照明灯火、炉火和电源，以防火灾和煤气中毒。

5. 防震棚舍是地震期间临时生活、工作、学习的地方，要尽可能保证环境的安静，教育好小孩不要嬉戏打闹，以免影响他人休息、工作和学习。

6. 成立临时居民委员会或村民委员会，加强对防震棚舍的管理，统一规划搭建场地，制定防火、防盗、防疫、防余震公约，建好垃圾站和厕所等。

地震期间家庭怎样防火保安全

我国是世界上最大的大陆地震区，地震活动比较频繁。破坏性地震不仅会毁坏家庭住宅，而且会造成一些次生灾害，火灾就是其中之一。

目前有的地震得到预报，有的得不到预报，尤其是不能及时准确地预报地震将要发生的时间、地点、震级和烈度等，使得人们难以早作准备。所以当地震突然发生时，由于人们缺乏思想准备，往往显得措手不及。由此而造成的家庭电线短路，火炉翻倒，煤气管道断裂，液化气钢瓶、汽（煤）油容器和其他易燃易爆物品遭受撞击等现象，成了导致家庭火灾的主要原因。

此外，发生地震后，因地壳变动大，城市地下自来水管网和消防设施极易被震坏。消防车往往因路面受损，道路阻塞不通，电话线路中断等原因，无法及时开赴火场灭火；而且强烈地震通常会造多处同时起火，使消防队应接不暇，顾此失彼。由此可见，在发生地震的非常时期，搞好防火工作至关重要，是每个家庭义不容辞的责任。

当政府发布地震预报后，家庭应采取下列防火措施：

1. 切断电源：为防止墙体断裂倒塌造成电线短路滋火引起火灾，要将家中的电源闸刀拉下，切断进户电源。如果家中没有电源闸刀，可用绝缘电剪或老虎钳将屋外进户电源线剪断。

2. 断绝气源：使用煤气、天然气或沼气的家庭，要将户外的进气管总截门予以关闭；使用液化石油气的家庭，要将液化石油气钢瓶搬移到户外安全的地方。其目的是为了防止输气管道或液化石油气钢瓶一旦在地震中遭到破坏后，不致易燃气体散发在室内而引起爆炸、燃烧。

3. 疏散危险品：有些人家储存有较大数量的汽油、煤油、柴油、酒精、白酒和油漆等易燃液体，以及某些易燃易爆的危险物品如甲烷气瓶、火花、烟花爆竹等。地震前必须把它们全部疏散到户外安全的地方，并加以妥善保管。

4. 熄灭明火：家中正在使用的煤炉、煤油炉、蜡烛、煤油灯等一切明火源，都要及时予以熄灭，决不在屋里留下火灾隐患。在搭建的简易防震棚里使用明火做饭、照明时，一定要和防震棚及其他可燃物质保持一定的安全距离，谨防辐射热引起火灾。

5. 立足自救：由于地震期间的形势非常困难，每个家庭应立足于自防自

救，事先准备好简便灭火器材和工具，如脸盆、水桶、拖把、扫帚等，万一发生火灾，就可迅速行动起来，把火势扑灭在初期阶段。

#### 地震后怎样施行自救互救

大地震发生之后，到处是断壁残垣、砖块瓦砾，对于幸免于难的人们，自救互救在救灾中有极其重要的意义。据统计，地震发生后第一天内的救活率可达80%，第二天的救活率仅有30~40%，时间越长，救活率越低。为此，震后要积极施行自救互救。

1. 被埋压人员首先要将周围的情况回忆清楚，伺机采取相应的措施，做到充满信心、保存体力、主动脱险。如果身边还有空间的话，可以从下面爬出去，或仰面蹭过去。注意不要在不明情况下随意移动身旁的支撑物，以免引起大的坍塌。倒退时，要防止衣服被物体挂住。脱险时要朝有光线和有空气的地方移动。当一人脱险后，应设法施行互救。2. 幸免于难的人员，脱险后，应迅速时遇难人员施行互救。互救要有组织，讲究方式方法，切忌图快而增加不应有的伤亡，首先通过侦听、呼叫、询问及根据建筑物的特点，判断被压人员的位置，弄清头部的方位后，再施行开挖。开挖施救时应先将被埋者的头部暴露，迅速清除口鼻内的灰土，进而暴露胸腹部。如窒息，应施以人工呼吸。如被压者不能自行爬出，不能强拉硬拽，应设法暴露全身。如被压者已被砸伤，应迅速查明伤情，施行包扎固定或急救。

3. 在自救互救中，应使用铲、铁钎等轻便工具和毛巾、被单、衬衣、木板等器材。医护人员脱险后，应立即在马路口、废墟旁建立临时包扎点、医疗点，指导灾民自救互救。轻灾区的灾民应有组织地赶赴重灾区施行互救。

4. 防灾作用——由于保险行业长期与危险打交道，积累了丰富的经验，可以帮助、指导被保险人采取积极的预防措施，尽可能减少灾害造成的损失。因此，在地震的防灾减灾中保险能起到积极的作用。

如，1989年10月18日大同——阳高地震前，震区有24625户村民参加了财产保险。震后，保险公司按投保受损财产的实际损失赔付420多万元，这不但减轻了投保人的经济损失，而且稳定了社会秩序。震时怎样采取自卫行动地震到来时，首先要镇定沉着。精神上若慌，行动上必然乱。以往的地震中，多次发生过有的人晕头转向找不到门，误把窗户当门；有的人把本该向外推的门死死往里拽；还有的不顾一切地跳楼等现象，往往招致本可避免的伤亡。震时正确的自卫行动应该是：

1. 如果正在平房住宅里，应迅速钻到桌上床下或蹲到墙根下（勿靠近窗户）。如果房屋、围墙、门垛不高而院子又比较宽敞，也可头顶被褥、枕头或安全帽，到院子中心躲避。

如果正在楼房中，应迅速钻到床、桌底下，或躲到厨房、厕所里。因为厨房，厕所开间小，顶板与四面墙体咬结比较紧密，而且上下水管、暖气管道也能起一定的支撑和拉扯阻挡的作用。

在大地抖动一阵之后的短暂平息中，要迅速拉断电闸、浇灭炉火、关闭煤气液化气阀门，然后带上震前准备好的提袋、提箱（可用袋、箱护住头部），按震前选定的疏散路线（或当机立断）向安全区转移，楼房居民下楼时切记不要乘电梯。

2. 如果地震发生时正在影剧院里，而且所坐的座位又离门较远，千万不要挤进蜂拥在门口的混乱人堆里去。因为影剧院的观众数以千计，平时散场也需好几分钟，一旦发生混乱，你推我挤，就更难以很快散尽。在这样一段

拥挤的时间里，既容易被倒塌物砸伤，又容易破混乱的人群挤伤、踩伤。因此，这时不应急于外逃，可先躲在排椅下或舞台脚下，待晃动和混乱过去之后再行动。

同样道理，地震发生时如果在其他公共场所，如舞厅、展览馆、餐厅、商店等，如果出入口拥挤不堪，乱作一团，也应先找合适的地方暂避。

3. 如果不幸被倒塌的建筑物压埋，首先要尽量设法自救，自己若实在无力脱险，则要尽量减少体力消耗，不要盲目地呼喊和乱动。要耐心静听外面的动静，当有人经过时，再呼喊或用敲击出声音的办法求救。

4. 地震发生时如果恰巧在室外，或者行动迅速已经奔到了室外，那么就应在室外合适的地方躲避，而不要因为惦念妻儿老小或因为听到妻儿老小、邻居的呼叫而进入或返回室内。地震发生时，总共不过几秒到几十秒，完全容不得左顾右盼。每一个人能逃则逃，能避则避，首先要保存自己。道德原则更多的是表现在震后的抢救中，而在震时去顾及他人往往是愚蠢的。

## 第二编 安全防盗防骗

### 家庭怎样加强防盗意识

少数居民缺乏应有的警惕性，家庭安全防范意识较差，这是导致家庭被盗的一个很重要的原因。家庭防范意识淡薄，存在着麻痹思想和侥幸心理，往往表现为“六不”。

1. 离家外出不锁门。有的居民觉得反正出去一会儿就回来，锁门费事麻烦，不锁门也不会出什么事，所以离家时常常不锁门。因此，很容易被犯罪分子“顺手牵羊”，造成损失。还有的居民夏天在家中睡觉时，也常常不关门，而这个敞着的门，就成了盗窃分子入室行窃的方便之门。

2. 白天夜晚不关窗。由于缺乏应有的警惕性，所以，不论是城市，还是在农村，有的居民白天夜晚外出不关窗的现象较为普遍。要知道，虽然窗户比起门来进入不太方便，但总比撬门、砸窗入室要容易得多，对盗窃分子本身来讲，也要安全得多。

3. 下班回来不搬车。有些骑自行车上下班的居民，下班回家懒得把自行车搬进楼上或院内，随意停放；还有的忘记把自行车锁上；特别是有的居民夜间让自行车“长眠在外”，以致自行车被盗案件屡屡发生。

4. 遇见生人不询问。大多数居民在上下楼梯间、楼梯口或院子门口碰到生人时，由于防范意识淡薄，根本不上前询问，致使一些犯罪分子在自己的眼皮底下溜掉。

5. 大宗现金不储存。部分居民只图花钱方便，把大量现金放在家中。特别是一些个体户、专业户，生怕“露富”，把成千甚至上万元现金放在家中，自以为安全保险，实际并非如此。还有的居民以为把钱锁在箱子或大衣柜里就万无一失了，其实这是毫无意义的。试想，一个盗贼既然把你家的门窗撬开了，还能放过屋里的箱子、柜子吗？

6. 家庭财产不投保。自我国开展家庭财产保险业务以来，不少城乡居民踊跃投保。但也有相当一部分居民对此缺乏足够的认识，抱着无所谓的态度，不去投保，以致家庭失盗方才后悔莫及。

### 怎样藏钱

家里闹空城计，正是闯门小偷儿大显身手的好时机。于是乎，当你外出返家后，发现家中的贵重物品被窃，甚至被大搬家，落得家徒四壁。我们来听听专家的建议，平日应将贵重的物品寄放在银行的保险箱中。但在外出工作，或是出外度假的日子里，一些细小的贵重东西应该放在哪儿，才不至于在小偷光顾时被摸走呢？

如下是专家关于藏宝地方的建议和列举的小偷儿最爱搜索之处。

“宝”该藏在哪儿？

将贵重的物品用塑胶袋套起来，放在洗衣机或篮子里，用一堆脏衣服盖起来。专家表示窃贼十有八九没想到也不会去翻一堆脏衣服，搜寻贵重的东西。

将贵重物品藏在笨重的家具下或后面，特别是巨幅画的背后及笨重的音响架下面。大部分的小偷儿都是单枪匹马潜入民宅作案，由于时间紧迫，这些笨重的家具都不是他们搜索的重点。

将贵重物品藏在地板下，天花板夹层中，将贵重的物品置于密封的容器里，或埋在院子里，但必须牢记埋藏地点，也不要让别人知晓你的秘密。

钱不该藏在哪儿？

不要将财物藏在书桌及梳妆台的抽屉里，这是小偷儿进门最先搜查的地方。

不要将财物藏在酒柜里，因为有许多小偷儿可能酗酒成癖。

不要将贵重物品藏在冰箱里。虽然小偷不会翻遍冰箱找吃，但万一一无所获时，他也会来此捞一把的。所以多一分谨慎，即可少一份损失。

怎样防止带巨款入私人屋被人暗算

出门做生意带巨款要小心，萍水相逢不可信，花言巧语莫当真。就是说，出门做生意，身上不可带太多的钱——这因为，现款太多惹人注目，如果遇上歹徒，是很容易惹上杀身之祸的。例如：1988年8月9日，广州发生的一宗特大凶杀案就是因为凶手获悉被害人急于买到紧俏的录像机，而且身上有一张98.5万元的巨额汇票，于是假报自己有货，价格优惠，引其上钩，先是好酒好菜招待，引其入屋，后在茶水中放毒药，继而杀人劫款。可怜三位经商人员，因身上有巨款，麻痹大意入私人屋而惨遭杀害。历年来，被人谋财害命的案子也不少，可见，带巨款入私人屋是很危险的！

其实，做生意无需到私人的屋里，特别是初次相识，“知人知面不知心”，更要谨慎。做生意，应在公司商店、办公室、市场等场所堂堂正正地做，才不致招人暗算。

纵观歹徒历来惯伎，其谋财害命的手段多是：

1. 设下圈套，谎说自己有货源，价廉物美，引人上钩；
2. 假献殷勤，什么事都说可以帮你的忙；
3. 假装热情，称兄道弟，酒菜招待，留你住宿；
4. 拐弯抹角，把你引到偏僻处；
5. 茶水中放毒药；
6. 引诱你赌博；
7. 美人计。

血的教训，提醒身带巨款的人们注意：

1. 不可贪小便宜，对于那些价钱便宜得太离谱的货物，切莫轻信，并在心中多问几个为什么；

2. 对于紧俏物资，应作认真的调查研究——他凭什么能把这么多的紧俏物资弄到手呢？是真是假还是设下圈套；

3. 宁可住旅店、招待所，也不在别人家里住宿。切莫吝惜几个钱而不住旅店，免得惹祸上身；

4. 不到私人家里吃饭、喝酒；
5. 不跟别人到自己不熟悉的地方；
6. 不随便把自己的家底告诉别人；
7. 对萍水相逢，初次相识的人，不可随便相信；
8. 莫贪女色，当心美人计；
9. 不要一个人行动；

10. 不要参与赌博。怎样预防扒窃 1. 除非迫不得已，不要携带大量现金和贵重物品到人多拥挤的地方；如必需带的钱款很多应分散放置在内衣口袋里，将拉锁拉好、扣子扣紧；除购买、和必要零用钱外，应将钱款分散妥善藏好，并记住自己所带钱款和贵重物品的独有特征，以便被盗后能辨认。2. 绝不要把钱夹放在身后的裤袋里，最安全的地方是放在拉链旁边的贴身裤

袋里。乘坐公共汽车，不要把钱夹放进上衣口袋里，否则，当伸手去拉扶手时，钱夹就暴露无遗。如带包乘车，钱或贵重物品不要置于包的底部和边缘，并且应将包置于膝上、胸前或用手护住；在商店试穿衣服时，不能让包脱离您的视线。3.去商店购物，如果是骑自行车，切不可将提兜挂在车把上或放到货架上；准备购物事先应对何处经销、规格、价格有大体了解，避免携款盲目乱窜、在人多眼杂处应尽量减少翻动现金，同时也要力戒草木皆兵，不时摸一摸放钱的地方；在看商品时，不要将包搁在一边不管。

4.当您在商店、市场或售票处等人多拥挤场所，周围突然出现不明原因的骚动、起哄并发生拥挤时，应紧紧看住自己的包，如发现眼神、行为异常者应加倍警惕；当您正在车上，汽车起车、刹车、转弯、上坡、下坡时要提高警惕，发现有买到终点站或较远车站车票、但没到站就提前下车的人，或车上有其它异常情况时，有必要检查一下自己的钱款是否被盗。5.上夜市或在电影院看电影时，突然停电，您必须握紧提包，并立即变动位置以免发生意外。6.酒后不宜携款购物，更不宜携款出入拥挤场所。7.不要以为自己从来没被扒窃过便麻痹大意；不要认为自己身强力壮而扒手不敢偷自己。8.如果您乘坐火车，贵重物品不要放到行李架上，要随身携带，如不便应将其分散于其它行李包里，装有现金的衣服不要挂在衣帽钩上；有事离开座位，时间不能太长，不应轻易将物品托陌生人看管，最好求乘警或服务员帮助；夜间行车时，遇到停车或中途到站，你要察看自己携带的行李特别是放在行李架上或卧铺底下的物品。9.遇被扒或看到别人被扒时不要慌乱，要等到时机成熟时突然行动，将扒手抓获，尽量做到人证、物证、旁证齐全；发现被盗而无法找到扒手时，应尽快到商店、集市等公共场所的治安保卫部门、公安机关报案；在车上发现或抓获扒手后，应通知售票员或司机，不要开车门，根据实际情况将车开到公安部门或就地停车检查，同时注意是否有人往车地板上或车窗外扔脏款、脏物。

10.遇有扒窃行为应挺身而出，尤其是受害人自己。

怎样识别和抓扒手

扒窃既是社会一大“公害”，抓扒手便人人有责。不管扒手在扒自己的钱包还是扒别人的东西，一经发现，都要坚决与之斗争抓扒手，先要注意识别认准扒手，“一看衣服，二看面目，三看表现，四看动作”。据行家研究，扒手行窃，“寻找目标时，眼珠四转；观察动静时，侧目斜视；正在作案时，两眼发直；作案得逞时，余光观人”。具体辨识，要注意四看：

1.看衣着。扒手的衣着多数是：上衣肥大，袖子较长，不戴帽子，个别戴绒线筒帽子，外衣习惯用暗扣和拉链，脚穿系带鞋。

2.看眼神。扒手的眼神与普通人有明显的不同，其主要特征是：无论在什么场所什么情况下，两眼总是盯住人家的衣兜、皮包。临作案时，总要环视一遍四周是否有人在注视他。下手掏包时，往往由于全神贯注，屏住呼吸，精神紧张，两眼发直、发呆，脸色时红时白。

3.看表现。扒手的反常表现很多，突出者有四。一是窜转：在电、汽车站和车上，两头窜动；在商场里楼上楼下转来转去。此刻，扒手正在物色扒窃对象。二是尾随：选中对象后，尾随其后，跟着不放，伺机下手。三是钻挤：在上下车人多拥挤的场所，不往空处钻，专向稠人身边挤。四是试探：借行车晃动而往反向偏的机会，用胳膊的下部或手背触探被扒人的衣袋，弄清里头是否有钱。并察看被扒人的反应如何，然后行窃。

4.看动作。扒手行窃的基本动作，一是贴靠，乘人多拥挤的机会，尽量与被扒人贴靠，或并位相坐，或相挨站立；二是挡掩：借车内外发生的新奇事，分散被扒人视线和精力，掩护作案；三是掏割：借故与被扒人相撞，乘机割包掏钱，或借故将被扒人或手袋撞跌，装着帮助扶捡的刹那，神不知鬼不觉，便将钱物掏走。

抓扒手要通过上述“四看”，察颜观色，综合分析，识别扒手或扒窃嫌疑分子。捕捉时，坚持非现场不抓，而且要把握好时机，讲究策略和方式方法。一靠视觉，从动作表情上发现、认准扒手；二靠感觉，利用身体靠近扒手，力求人赃俱获。要胆大、心细、稳妥，防止被扒手反咬一口。如遇扒窃团伙，还要善于分化瓦解，逐个击破，力求一网打尽。

怎样对付抢劫犯

反抗。如果您的生命没有受到直接的实际侵害。

犯罪毕竟是一种危害社会的行为，案犯一旦被抓获就会受到法律的惩罚，不仅断送自己的前途，连累父母、配偶及其家属，而且要受到公众舆论的谴责，因此犯罪分子在作案的全过程必然怀有一种极其复杂的矛盾心理，即非份的欲望、强烈的作案动机与受着法律、道德制约的心理相冲突。案犯都是外强中干的，凶残只是表面现象，正义掌握在受害人手中，只要受害人不畏强暴，敢于反抗和善于反抗，犯罪分子本能的惊慌和恐惧会加剧，出现手忙脚乱甚至顾不及作案，慌乱中夺路逃窜。

反抗作为一种仇视、排斥犯罪侵害的心理状态的外在化表现，其形式可以是体力上的拼搏，如撒打与挣扎、抵抗，也可以是语言上的拒绝、斥骂和呼救，还可以是怨恨愤怒的表情、姿态等非语言行为以及为避免侵害实施而作的规劝、周旋等。

体力上的反抗通常被理解为一种最常见的反抗形式，体力上的反抗也有多种多样的，有被害人主动进攻加害人的，也有遭到加害人的暴力胁迫后与其搏斗、撕打的；有徒手与其搏斗的，也有顺手拿起家什与其扭打的；有当案犯一侵入室内即与其搏斗的，也有中途与其搏斗的；有搏斗后迫使案犯逃跑的，也有搏斗后将其擒获的等等。

语言和非语言行为作为一种反抗形式，有时也是存在的。这种情形在老年被害人、被害妇女身上显得常见，因为，他们体力上处于劣势，唯恐硬拼无济于事。非体力上的反抗的各种形式我们都可以称之为“软反抗”。“软反抗”对震慑犯罪分子也有特殊的效果有时，痛斥、咒骂、呼救可以震慑住犯罪分子，规劝可能使犯罪分子停止犯罪，周旋可拖延争取时间，待其家人赶到时获救。特别是呼救，它既是一种反抗的手段，也是一种报警的方式，它可以惊动四邻以及过往行人，可以获得他们的援救。

从法律意义上讲，被害人的反抗行为是一种正当防卫，受到法律的保护。

手艺人出门怎样预防抢劫

近年来，无论是在城市的街头巷尾，还是在交通不便的边远村落，都能遇见来自外地的手艺人，他们有的修鞋，有的开个体裁缝店、理发店，有的经营小百货出售自己生产的手工艺品等等，为活跃市场、方便人民群众生活起了积极作用。这些手艺人为了多挣些钱，一般都选择条件简陋、偏僻便宜的房舍作为自己的落脚点，有些弹棉花的甚至在露天搭个篷作为工场和栖息之地。由于缺乏必要的安全防范条件和防范意识，因此犯罪分子的黑手开始伸向他们那么，去外做生意的手艺人应该怎样保护自己、免受犯罪侵害呢？

1. 如果在一个地方做生意相对稳定，逗留时间较长，应该持当地政府出具的证明和照片去目的地的公安派出所办理暂住证。这样您就可以受到保护。

2. 选择工作场地和居住地要尽可能考虑自身的安全需要，比如可以找人口较为密集的地区，房舍门窗齐全并能够上锁，附近有夜间营业的单位或治安岗亭、派出所，挣来的钱最好存起来，带着女眷的不能在露天搭篷过夜等等。

3. 做生意时要有警惕性，特别是那些游手好闲的青年人，经常有事没事泡在您那里，向您打听生意做得怎么样、能赚多少钱等情况，您要有防范准备，因为这类人最危险。

4. 一旦犯罪分子进行抢劫，您要大声呼救，并拿起手里的工具进行自卫反抗，不要以为您是外地人，别人不会来帮助您。

5. 如果不幸遭到抢劫，要及时上附近公安机关报案，提供犯罪分子体貌特征、口音、穿着、逃跑方向、抢劫时间、案犯人数、凶器等情况；如果您受伤害很严重，也要竭尽全力走出您的住所，因为在大街上总会被过街行人发现，您就可以得救。

6. 如果在您落脚的地方有不少老乡或同行，应该加强联系，以增强防范能力。

7. 有人邀请您去他家干活，您最好先看看他的身份证或工作证，并把您的去向告诉附近干活的同行，然后记清途中经过路线和客户的详细地址，这样倘若您遭到抢劫伤害，便可以通过公安机关抓住罪犯。

8. 开有理发店、饭馆等铺面的营业时间不宜太早或太晚，最好等行人比较多的时候收工关门，这样更安全。晚上听到有人敲门，如果不是您完全可以依赖的朋友，您不要开门，告诉他有事明天白天再来；如果他开始砸门窗，您一方面大声呼救，另一方面要做好自己反抗的准备，不要害怕，也不要哀求，因为这样反而会助长罪犯气焰。

9. 做生意赚了一些钱不要总存在身边，可以存在附近银行，也可以分批寄回老家。这样，一旦遭到抢劫，有可能再追回来，也可以减少经济损失。

10. 如果您遇上亡命之徒，自己的生命受到直接威胁时，还是把钱给他，因为命比钱更重要。

#### 恋爱青年怎样预防抢劫

恋爱中的青年在约会时遭犯罪分子抢劫的案件近年来有所增多，应该引起警惕。那么，恋爱青年应该怎样预防抢劫呢？

1. 选择约会地点不要太偏僻。大多数恋爱青年总爱寻找僻静无人的地方谈情说爱，如公园的假山、树丛、河堤、废弃的房屋等，很容易被抢劫。

2. 约会不要太晚。尽管抢劫可能随时发生，但犯罪分子出于逃避打击心理，往往选择夜深人稀的时候作案，因此，约会要控制时间。

3. 谨防冒充联防队员和民警抢劫作案。不少犯罪分子往往冒充联防队员和执勤民警，要挟恐吓恋爱男女，以这样那样的理由问“私了”还是“公了”，洗劫钱财，有的还强奸女青年。如果遇到这种情况，切不可屈从，可提出要处理就到联防办公室或派出所去，以揭穿犯罪分子的本来面目。要记住，真正的联防队员（特别是民警）极少干这种事，因为正当恋爱受保护。

4. 如果犯罪分子采取暴力手段，其目的只是抢些钱财，那么您就给他。但要设法记住其体貌特征、衣着、凶器、口音和离开方向，并迅速向派出所

报案。

#### 双职工家庭怎样防盗

在城市中，大多数家庭都是双职工，尤其是那些单位自己建楼房的住房还往往是本单位的双职工。这些双职工的生活和工作都极有规律性，而且总是一同上班、一同下班，有些家中又无老年人，那么就很容易被犯罪分子钻空子而发生被盗案件。为了预防双职工家庭发生被盗，建房单位应多为双职工家庭的安全着想，依靠当地公安机关的支持协助，实行自管自防的办法，或出资由派出所统一雇人，或本单位抽出专人，对双职工聚居的楼房进行守护。除此之外，双职工家庭自身还应注意以下几点：

1. 上班时间能错开最好错开。如果夫妻俩属于“三班倒”或“两班倒”的双职工，那么应向单位领导提出错开时间的要求，这样就能尽量减少和缩短家中无人的空档时间。

2. 请老年人到家中一起生活。在双职工中，不论是男方还是女方家中父母或其他亲属中的老年人，有的已经离、退休，可以请他和你们一起生活。这样，既可以为您照看家庭，做一些力所能及的家务劳动，您自己也可以更直接地尽些儿女的赡养义务和孝心这的确是两全其美的选择。

3. 千万不要把钥匙文给 10 岁以下的小孩。双职工家庭要提防自己孩子被犯罪分子骗走钥匙从而被盗的事情。不要只图孩子回家方便，因为 10 岁以下的小孩单纯幼稚，还缺乏足够的辨别能力，所以很容易受骗上当。

4. 请要好的邻居照看。如果您与邻居之间的关系很和睦，经常团结互助，那么，在您离家上班或外出时，可以请邻居帮助照看一下。这样您和爱人上班时不会总是提心吊胆了。

5. 晚上外出最好家里留人。在一般情况下，晚上双职工尽量减少同时外出，有事可轮流安排，始终能保证家中有一个成年人看家。

#### 闹市区家庭怎样防盗

闹市区是一个城市中比较繁华、人口比较密集、流动性较大的中心地段。这类地区一般都是商业区和居民区交错混杂，一些盗窃犯罪分子也往往混迹其间，大肆进行入室盗窃等犯罪活动。由于闹市区地理环境和治安情况相当复杂，因此，搞好城市闹市区家庭防盗工作的难度较大。根据一些城市的经验，搞好城市闹市区的家庭防盗工作，应注意抓好以下几个方面的工作：

1. 加强区域性治安联防，布建面上的防范网。也就是以派出所为单位，组织三方面的力量加强区域性的治安巡逻工作。一是把派出所辖区的部分退休职工组织起来，成立地区治安保卫委员会，看车护院，专门维护辖区公共复杂场所和繁华街道的治安秩序。二是由辖区的工厂企业、事业单位，按照职工多少的比例派人或出资雇人与派出所的执勤力量结合起来，实行厂街联防，主要担负夜间和重点街道（场所）的治安巡逻。三是原来的街道治保会，有条件的仍然要发挥“路包路、院包院，治保干部包一片”的查夜巡逻制度，从而形成由社会各界参加的广泛的治安防范网络。

2. 对居民区实行安全综合治理。可以采取成市公寓或居民住宅管理机构，配备专职管理人员，成立家庭安全委员会和治保会，建立社区治安办公室，组建辖区治安巡逻队的方法。同时，有条件的地方，还可以由厂矿企业资助在住宅区开办小商店等第三产业，这样既可以解决治保经费，使之持之以恒地坚持下去，又便利了居民的生活。同时，也可以在厂企单位的资助和居民部分集资下建起能容纳一定数量的自行车、摩托车的存车处，设专人看

管，从而使城市闹市区的治安防范措施更加严密。

3. 充分发挥居民互助组的联防作用。首先，要通过街道治保干部走门串户，积极动员离退休和待业人员，组织邻里安全互助组，建立互助组安全承包责任制和值班护院制度，对安全预防好的互助组，由派出所每月发给一定的奖金，经费来源由地区治保会负责。这样，把竞争机制引入互助组这个治安组织形式中，就可以调动群防群治的积极性。

#### 新建楼群怎样防盗

在城市现代化建设的进程中，一栋栋高层建筑物拔地而起，特别是城市小区型的高层居民楼区越来越多，真是高楼林立，气象万千。高层住宅群的兴起，给城市居民生活带来的好处自不待言，但也给安全防范特别是家庭防盗工作带来了许多新的问题。

新建楼群社交空间狭小。高层住宅虽然居住条件优越，在外观上也颇具现代化气息，但在社交空间上，特别是在家庭防盗方面，与四合院、大杂院就无法相比了。

新建楼群安全设施不配套。比如不少楼群没有围墙；即使有围墙，也很低矮，而且出入口处也无专人值班；有的新旧楼房交错，建筑结构不一，为巡逻防范和邻里之间守望相助带来了许多困难。近年来，有些建筑施工单位在建房上追求低造价，高速度，质量低劣已成为普遍现象。比如门窗所用板材很薄，制作简单、粗糙，牢固性能差。

另外，目前的高层居民住宅大多是板式结构，板式住宅的特点是上下左右，四通八达，狭长的内廊通道接连多个单元门口。这对一旦发生的地震、火灾，及时疏散群众是有利的，但给控制盗窃犯罪分子带来了诸多不便。一般说来，入室作案，大体分为三个阶段：观察、作案、逃遁。板式住宅四通八达的特点为犯罪分子作案后逃离现场大开了方便之门。

根据各地经验，我们总结出高层住宅的防卫措施，有如下几条：

1. 实行“公寓式”管理。凡是单位的自管楼，由单位自己出资出人，将楼群圈上围墙并在围墙出入口处设立传达室，由单位退休职工担任传达员，既可分管各户的报纸、信件，还可以盘查进入楼内的陌生人，负责整个楼群的安全防范工作。因此，这就要求值班人员熟悉每家每户情况，做到识人知名、知门牌号。对来宿舍访亲会友的一律实行严格的来者登记、走者销号的制度。

2. 由街道出资或集资雇人巡逻、护楼。建房单位与守护人员签订合同书，规定执勤时间内发生家庭被盗案件的，由守护人员赔偿被盗财物的20%~30%的损失费，一段时间内无家庭被盗案件的，单位可酌情给予奖励，守护人员的工作由当地公安派出所负责指导。

3. 组织楼内住户轮流值班。这种自助形成的守护办法也颇为有效。如果在一个楼群或一个单元内有身体状况比较好的离退休人，可由建房单位出资补贴，或居民集资雇请负责守护，这样就可以缓解楼内住户轮流值班与忙于工作的矛盾。

4. 安装家庭防盗报警器。最近，山东青岛等地先后把“多路声光防盗报警器”用于居民的安全预防中，收到较好的效果。这种报警器结构简单，安装方便，造价低廉，防盗效果较好。每台报警器有300多个报警装置，可同时控制300余户，即8—10栋楼的报警问题，平均每个报警装置也只在60元左右。一旦犯罪分子强力撬锁、破门、破窗、砸玻璃时，值班室即刻有声

光报警，并可以指示出哪一户发生了异常情况，对预防家庭被盗，及时抓获入室行窃的犯罪分子能够起到意想不到的效果。

5. 在高层住宅配备无线电对讲机。对讲机的控制器可设在大楼底层传达室，由值班人员掌握，有号位码，可以任意组合大楼室号，有来访者，值班人员可随时与各户联系，防止犯罪分子进入楼内作案。

#### 冒富家庭怎样防盗

近年来，在经济改革大潮中涌现出的个体户、专业户越来越多，但由于安全防范工作没有相应地跟上去，致使这些先富起来的个体户、专业户家庭被盗的案件不断发生，这不仅使事主在经济上蒙受了巨大损失，而且也直接影响了整个社会治安稳定。因此，先富裕起来的家庭，应该注意防盗。

冒富家庭的防盗工作，除了要与其他家庭一样，加强防范意识，完善必要的家庭防盗设施，注意大额现金、有价证券和贵重物品的安全和科学存放外，还应注意以下几点：

1. 添置家庭保险柜。如果家中确实需要经常留存一部分现金作为做生意的流动资金，还是购置一个保险柜为好。最好是在新建住宅时将保险柜嵌进墙壁中去。因为有了保险柜，就可以把家中的现金、有价证券、金银首饰、名画和珍贵邮品，以及保险柜所能容纳的其他贵重物品统统放在里边，这样，不论您到哪里去，心里都会感到踏实。

2. 如果没有保险柜，要将巨额现金分散、隐蔽存放。这样一旦发生被盗，可以减少损失。

3. 不要有意炫耀和吹嘘自己的高收入。生活中确有不少先富起来的家庭，由于自己本身的文化素质较低，有的人曾经有过违法犯罪的历史，加上业务上的关系，免不了常常交结一些有业不就的社会闲杂人员或劳改释放、解除劳教人员。他们常常纠集在一起，花天酒地，吃喝玩乐。有的人借着酒劲去吹嘘自己如何如何富有，大把大把地挥霍钞票以显示自己的身价，幼稚地认为这样能抬高自己的地位，金钱的刺激和诱惑极易使某些酒肉朋友见利忘义，直接或指使他人背后下手。

4. 家中不能出现“空档”。如果家中存有大额现金、贵重物品，就要尽可能保证不出现时间空档和空间空档，在日常生活中，常有不少这样的个体户、专业户，为了外出做生意、挣大钱，往往是白天人走楼空、人走院空，偌大一个院落竟无一人在家，这样就会给盗窃犯造成便利条件，实施掠夺行为。

#### 怎样防止突袭

1. 要有良好的心理素质。

当突然遭到歹徒袭击时，一定要沉着、冷静、勇敢、坚强、机智，要有一种临危不惧、敢于压倒歹徒而不为其所压倒的英勇气概。有了这种心理素质，就能客观地分析和判明敌我双方的情况，采取最佳的防卫措施。同时，又能对歹徒产生一种很大的震慑威力，打掉其狂妄气焰。反之，如果在歹徒面前表现出恐惧、惊慌、手足无措，就会助长歹徒的嚣张气焰，使其犯罪目的得逞。因此，良好的心理素质是克敌制胜的意志力量。

2. 虚张声势，迷惑歹徒。

犯罪分子表面上气势汹汹，其实“做贼心虚”。他们的致命弱点，一是害怕群众，二是害怕法律。遇到歹徒突袭时，可攻其弱点，开展“迷魂战”。如佯称亲友在旁，大声呼喊他们的名字。使歹徒感到你不是孤立无援，而是

有人相助，就不敢轻举妄动。如果是你认识的歹徒，可向其宣传国家法律，晓以利害，使其畏法而中止犯罪。有些犯罪分子，事先并无犯罪动机，由于情境驱使，如见财起歹意，见色生淫心，突发犯罪。对这种人，趁其犯罪意识未巩固之前，宣传法律，使其清醒过来，往往会善罢甘休，羞愧逃去。但当心理战术不能奏效时，就应丢掉幻想，奋起自卫。

### 3. 善于利用所处环境和身边器物进行自卫

歹徒施暴的场所是多种多样的。对于防卫者来说，必须善于利用自己所处环境，拿起身边一切可以充作武器的器物，进行有效的自我防卫。这里介绍几种利用最常有器物进行自卫的方法。

(1) 用衣服自卫。衣服人人身上皆有。当你面对持匕首歹徒突袭时，可迅速脱下上身外衣，并将其展开，在歹徒面前不停地抖动，作西班牙斗牛状，可以干扰歹徒视线，或可缠住歹徒凶器，并趁机反击，飞脚踢歹徒下部，将其打倒。

(2) 用皮带自卫。突遭歹徒袭击，你可迅速解下腰间皮带，紧握手中，并使金属环扣在前，快速准确地抽打歹徒，也可取得满意效果。

(3) 用钢笔、铅笔自卫。如果你在写字楼工作时，面对歹徒袭击，可将身边钢笔、铅笔握在手中，待歹徒扑近时，迅疾向其眼睛刺去，可伤其眼，贼必负痛逃窜。

(4) 用酒瓶自卫。酒瓶也是自卫武器。当突遭歹徒袭击时，可握住酒瓶颈（细端），伺机砸向歹徒头部。两臂或膝关节。

(5) 用椅子自卫。面对歹徒袭击，身边如有椅子，可迅速抄起，用椅子脚向歹徒胸部劈去，或砸其膝关节和小腿。一旦椅子被歹徒抓住，可向前一步，抬脚踢其阴部。

(6) 用鞋子自卫。遭到歹徒突袭时，若身边无别的器物可寻用，可迅速脱下鞋子，对准歹徒面部猛打，如是皮鞋，效果当然更加理想。

(7) 用石块、沙土自卫。如果在野外遭到歹徒袭击，可利用周围沙土、石块、瓦片等，进行防身自卫。如抓起沙土撒向歹徒头面，迷蒙其眼；抓起石头、瓦块掷击歹徒头面，使其致伤，然后趁势攻击或跑掉。

### 4. 面对持械凶犯，要讲究战术，能防善攻。

“兵不厌诈，拳打不知，避其锋锐，攻其空虚，声东击西，左晃右实，”快、准、狠地夺其凶器，制服凶犯，保护自己。要记住如下几点：

(1) 当凶犯持匕首、菜刀、斧子正面向你刺砍时，应保持清醒头脑，看清刺砍方向，迅速躲闪，或乘贼无备，打拿关节，猛击其要害，将贼制服。

(2) 当凶犯持匕首等从背后威胁你时，首先应辨别其是用左手还是右手持刀，然后随机应变，灵活闪过，或伺机反击。

(3) 当凶犯身高马大、你体力不如时，不可蛮干，应以机智巧力避开刺砍方向，迅速解脱。

(4) 若是夜间路遇歹徒持匕首、菜刀等向你刺砍时，首先要准确判断刺砍方向和距离，然后以最快速度躲避，或利用地形地物反击。

(5) 若是遇到两名或两名以上持械凶犯袭击时，躲避无望，就要先发制人，瞄准时机，先向其中弱小的发起攻击，击打要害，以震慑余犯。

(6) 当凶犯持长棍等向你打来时，要以闪身左右跳等动作避开，或看准时机，抢夺其棍，攻其要害。

(7) 当凶犯持枪威胁你时，只能左右闪身，设法躲过其子弹直射范围，

以最快速度脱离危险境地。

#### 怎样破译入屋盗贼奥技

“知彼知己，百战不殆。”搞好家居防盗，先要识破入屋盗贼的奥技，方能“以其人之道还治其人之身”。

#### 1. 盗贼作案选择的时机

盗窃是以非法占有为目的，秘密窃取公私财物的行为。所谓秘密窃取，就是采取不被财物所有人或经营人发觉的方法，将公私财物悄悄窃走，因此，入屋盗窃分子很注意选择作案时机。

(1) 就一年而言，盗贼多选择年终岁首作案。每年的12月以后，一连几个大节日接踵而至，先是圣诞节，其次是元旦，再是中国人的传统佳节春节。人们喜欢在这些喜庆日子里探亲访友，互相赠送礼物，举家外出购物、旅游。盗贼便选择这些时机，以上门送礼或派财神为藉词，入室行窃。

(2) 就一天来说，盗贼往往选择白天，作案时间多在上午9~10时和下午3~4时左右，此时正值大人上班，小孩上学，多数家中无人。“夜盗”的比例也不少。盗贼一般选择炎夏晚上，人们打开门窗熟睡时作案。城市的盗贼分子还会利用人们婚嫁摆酒、举家赴宴、屋内无人之间入室暴窃。农村的盗贼则专找人们晚上离家看电影的时间作案。

#### 2. 盗贼作案的主要目标

(1) 盗贼的视线大多首先投向新住宅区。因为这里的居民来自四面八方，彼此还不熟悉，而且许多屋子还空着，没人居住，加上值班守护等制度尚未建立，这些客观因素最容易为不法歹徒所利用。

(2) 在旧屋区，犯罪分子一般选择人口居住集中的居民住宅区的单元式楼房，以底楼和高楼层案发数最多。因为单元式楼房来往人员少，加之居住在高楼层的住户一般不轻易上下楼，故罪犯在高楼层作案时不易被发现。千万不要以为住在七八层高楼，不会有贼匪入屋。他们除了从正门破门而入外，还可以“从天而降”，俗语所谓“飞天大盗”，就是专门在高空下手的。由于在楼底作案便于逃遁，所以底层楼也是盗贼作案的重点目标。

盗窃也常常光顾那些地处偏僻、没有围墙、门窗不牢的单门独户。

盗窃对象以现金、存单存折、奖券、金银手饰及各种便于携带的贵重物品为主。有的也盗窃彩电、收录机等。就所发生的“白盗”案件来看，95%以上是以这些物品为盗窃对象的。

#### 3. 作案的手法

入屋盗窃的手法多种多样，主要表现为用扁平工具拨暗锁舌，撞门使锁扣盒松动脱落，砸破门板开锁；移开百叶窗，锯开铁花窗攀入屋内；或翻天窗、爬阳台等方式。对临近街边路旁的住户，犯罪分子也会利用“捋杆”和“钓鱼”的手法，捋取居民晾晒在庭院或外面绳杆上的衣物，或以竹竿铁钩“钓”取室内钱包、衣服、物件。

入屋盗贼掩护作案的方式也是五花八门的，但一般有三个步骤。首先是“踩道”，寻找好作案的目标。有的佯装找人、串门、探亲访友、传电话；有的以收破烂、卖鸡蛋、换大米、要水喝、送货提货等等为借口，对几幢住宅进行长期观察。许多人在家中人员走空时，为防失窃，总惯于把门窗全部关闭。待有人回来时，为呼吸新鲜空气，又喜欢开几扇窗。窃贼就是凭屋主关窗、开窗等来判断你家中无人和有人的时间。其次是观察门锁外形，对双保险、三保险的门锁，因作案难度大，窃贼不大敢下手。最后是“火力侦察”。

窃贼对准备作案的人家重重地敲门，假如有人出来开门，就说声“对不起，我搞错了”，迅即溜之大吉。假如长时间敲门也无人开门，左右邻居也无人来过问，盗贼便肆无忌惮地下手作案。

#### 去商店购物怎样防止被窃

每逢节假日，大型百货商店的柜台前，总是挤满了顾客，一些紧俏商品柜前更是人山人海，水泄不通。由于购物心切，精神集中在商品上，就更使坏人行窃有了可乘之机。

那么，怎样才能减少和避免在商店购物时被窃呢？

1. 首先要提高警惕性，侥幸心理千万要不得。当你麻痹大意时，很可能就成为扒手的目标。

2. 要采取妥善的办法保管好自己的钱物。有人认为带拉锁的挎包保险，而实际上窃贼往往专门盯着这种挎包。不少顾客都爱把钱放在没有拉锁（也就是贴身）一面的兜里，窃贼摸准这个规律，常利用人多拥挤时，将没有拉锁的那面割破掏走钱包。因此，你应当随时随地留心自己的挎包，当听到身旁或身后有异常响动时，应当立即查看是否被窃。

3. 在柜台前挑选商品或试穿新衣时，也要有足够的警惕，一些窃贼就是乘此机会挤上前去作案的。如果发现有人在你身边挤来挤去，很可能是被窃贼盯上了，此时要先查看一下自己的挎包，然后尽量摆脱，或把情况报告给治安人员。

4. 当商店出售紧俏商品时，你先不要急于挤到柜台前去，应该把所需要的钱拿出来，把不用的钱妥善放好，然后再上前购买商品。

5. 万一在商店被窃，应该及时报案。除了讲清自己被窃财物的名称、数量、特征外，还要留下自己的姓名、单位、电话号码等。因为窃贼得手后，常常把无用的东西扔掉。如果没有及时报案或报案时没讲清情况，会给破案及破案后的发还工作带来麻烦。

#### 怎样防止自行车被盗

我国是世界上最大的“自行车王国”。据报道，目前我国平均每3个人就拥有一辆自行车，它被称为“大众之足”。随着自行车的大量增多，自行车失窃也成了现实生活中的一大困扰。为此，每个人都需懂得一点自行车防盗的知识。

1. 当前，盗窃自行车犯罪活动的特点。

(1) 猎取目标主要是名牌自行车和成色较新的自行车。

(2) 作案时间多是晚间，作案地点多是居民楼区和公共场所。

(3) 作案方法由一人作案向团伙作案、低能作案向智能作案、单一盗车作案向盗销一条龙作案发展。

(4) 常用销赃方法是低价、易地销赃。

(5) 作案成员多为青少年，农民和无业人员，且有向职业化发展趋向。

2. 自行车防盗“四忌”。

一忌买车不入户。有少数人买了新车不及时到车管部门登记入户，没领执照、车牌就使用，而盗窃分子恰恰钻这个空子。他们专盯住这种车，偷到手后，即弄张假发票到异地销赃。

二忌停车不上锁。有些人骑车外出上街，总以为天下太平，车子随便乱停乱放，不上锁，结果窃贼轻而易举将车偷走。

三忌保管措施跟不上。据有关材料介绍，居民住宅区是自行车被盗的重

点部位。究其原因主要是缺乏防范措施，如没有自行车房和保管站，有保管站的也不实行日夜保管，不少自行车只能“露宿”街边楼旁，这就给盗窃分子以可乘之机。

四忌失窃后不报案。一些车主失窃自行车后，不及时到派出所报案，少数车主甚至不报案，给查证、破案带来困难，使盗窃分子逍遥法外，有恃无恐，更加猖獗地继续作案。

### 3. 家庭自行车的防盗。

白天家庭自行车防盗：

(1) 居住在楼房的居民，临时存放自行车，要注意将车锁好。

(2) 居住在平房的居民，临时存放自行车，要将车辆推进院内并将车锁好。

夜间家庭自行车防盗。

(1) 住家周围有存车处的，车主一定要将自行车锁好寄存在存车处，并注意不要丢失存车凭证。

(2) 居住地周围没有存车处的，车主应尽量将车辆搬进居室，防止丢失。

(3) 居住在乎房的居民，晚间要将车锁好放在院内，临睡之前将其推进屋内。

### 4. 自行车失窃后的寻找方法。

(1) 发现自行车被盗后，车主应及时、如实地向当地公安派出所报案，并详细写明自行车在何时何地失窃，写明车主姓名、住址，以及车型规格、车牌号，有何特征。有可能的话，还要提供可疑情况等，以便公安机关破案、寻找。

(2) 失窃自行车后的当日夜晚，应到附近的宿舍区（院）的车棚、楼梯口或其他角落寻找。因为作案分子盗车后如果尚未销赃，晚上通常会将车停放在盗车地点附近的宿舍区（院）之内。

(3) 到附近的学校、建筑工地寻找。因为有的学生盗窃自行车是用来玩或学骑车的，弄坏了便丢在学校车棚内，也有些建筑民工盗车后放在工棚或工地角落，待过一段时间或竣工时便带回乡下自用或出售。

### 怎样防止摩托车被盗

随着人们生活水平的提高，私人摩托车渐渐多起来，根据几年来城市摩托车发案现场的调查情况，发现有两个造成失窃的基本条件：

1. 车子停下以后不熄火。出现这种情况往往是事主要去办事的地方距离很近，或者认为可以从办事地方的窗玻璃里看自己的车子，小偷不敢偷；

2. 车子停下以后，虽拔下钥匙，但不锁前把。1989年7月的一天晚上，在某职工业余大学院内，学生王某的摩托车没锁前把，正巧，犯罪分子张某窜进学校，看见有机可乘，就明目张胆地推起摩托车朝院外走，值班人员眼看着他把车子推出学校，还以为这个学生怕影响大伙上课到校外去发动车呢。所以摩托车不锁前把，这就便于犯罪分子把车子推离现场，偷窃得逞。

因此，为了防止摩托车被盗，应从以下几个方面采取措施：

1. 人离开车以后一定不要忘记熄火；

2. 熄火以后留神锁好前把；

3. 在有存车条件的情况下，推到存车处，确保安全；

4. 在没有存车条件的地方停车，要尽量把车停放在人来人往的地方，不要存放在僻静处；

## 怎样防止汽车被盗

1989年北京市东城区法院审理了一起汽车被盗案。案犯张某伙同他人，在不到一年的时间里，先后盗窃各类型号的汽车7辆，另据有关资料透露1989年至1990年8月全市被窃各种汽车500余辆。汽车被盗的因素很多，但概括起来分析，大致有以下几个方面：

1. 存放条件不当，是被盗的主要因素。现在，虽然汽车数量增长迅速，但存车条件却比较落后，许多私人车辆或因公将车开回住家的车辆，因为缺少存车场所，只好放在露大地或路旁、胡同里、院门外，既无人看管，也无防盗措施，犯罪分子就利用这种机会下手作案。

2. 司机在无存放条件的地点，长时间停放车辆时，认为只要锁好车窗、车门就可防盗的错误意识给犯罪分子留下了作案机会。

因此，预防汽车被盗应采取以下措施：

1. 安装报警器。一种用于车船的新型报警器已由总参工程兵科研二所加工厂投入生产。在汽车仪表板上安装了这种报警器后，起动前必须按规定程序解事先编定的密码，否则无法开动车辆。并且当有人私自打开汽车的车门车窗或前后盖时，报警器即发出报警信号，可有效地预防汽车被盗。

2. 在没有条件安装报警器的情况下，司机离开汽车后，应拔掉高压线，切断汽车的点火装置，可有效防范犯罪分子惯用的“搭线”（即连接点火线）和用相仿钥匙捅开点火开关的作案手段。

3. 在公共场所停车，应自觉把汽车存放在有人看护的停车场。

4. 司机需暂时离开汽车，尽管时间很短也要注意锁好车门及车窗玻璃。

5. 夜间停放车，应停放在路灯或室内灯光可以照射到的地方，不要停放在黑暗僻静处。

6. 当发现机动车被盗后，应及时到当地公安派出所报案。报案时要讲清车辆停放的地点、时间，以及发现车辆被窃的时间，以便公安机关能够正确分析案情，及时堵截。报案时还要详细讲清车辆的特征、颜色以及汽车行驶证上的其他有关内容，以便公安机关在日常工作中发现。在派出所报案完毕后，还要根据派出所的要求，去指定的专门机关办理登记手续。

## 乘公共汽车怎样防止被窃

公共汽车上容易发生扒窃案件，主要原因一是公共交通运营紧张，尤其是高峰时乘客十分拥挤，为犯罪分子行窃提供了有利条件。二是随着经济搞活及人们生活水平的提高，不少人外出时随身携带大量现金，这些人就成了车上扒手的主要猎取目标。三是一些乘客思想麻痹，上车后不注意看护自己携带的钱物，特别是一些出差人员、旅游者和农民，上车后往往只顾贪看窗外景色，使扒手有了可乘之机。

根据上述分析，乘公共汽车防止被窃，就要做到：

1. 时刻提高警惕。上、下车前要将自己所携带的钱物要收藏好，不要乱掏乱放。

2. 如果带有数量较多的现金，应该和买车票的零钱分别放置。带有挎包或照相机等物，上车后要尽量放在胸前，并把拉锁、带子等扣好系好，尤其注意不要背到身后或被挤到身后。有些乘客因为带的钱较多，上车后总不放心，时不时用手摸摸或掏出来看看，这样做往往更不安全。

3. 对周围发生的异常现象要保持警觉。例如，感到有人故意在你身边挤来挤去时，就要注意查看一下自己的财物。特别是一些女青年，更要提高警

惕，不要以为这只是一般的行为不轨，躲一下或置之不理就可以了，扒手此时很可能正在把手伸向你的口袋或挎包，或者已经下过手了。一些扒手正是利用女青年这种羞怯心理进行扒窃活动的。此外，在车上还要注意避免长时间聊天、看书或打盹、睡觉。这样的情况正是扒手求之不得的。

#### 乘火车怎样防盗

1. 警惕鱼目混珠。盗窃分子往往利用这种手段，在旅客的旅行袋、挎包附近，放置相似的袋、包，然后伺机“掉包”。如果当场被失主发现，罪犯就会佯称拿错了而遮掩罪行。为了防止掉包，旅客应注意：（1）旅行袋放到行车架上后，在乘车过程中不要移动变换位置，也不要不断从袋中取东西，尽量不让罪犯发现袋、包的主人。临时用的东西，如毛巾、牙具、水果、书籍等，可放在身边的小兜子里。（2）旅行袋要放在自己座位前方视力所能及的行李架上。如果放在身后或较远的地方，自己看不方便，别人动的时候也不易察觉。（3）携带两个或两个以上旅行袋时，最好用链式锁锁在一起。

2. 警惕混水摸鱼。不少人好奇心重，爱看热闹。这一点往往被盗窃分子所利用。犯罪分子在列车上盗窃财物往往惯用混水摸鱼的伎俩，趁旅客发生争吵时（或者制造争吵的假象），或趁旅客与送行者话别时，伺机偷窃。所以，在这些时候需特别警惕。同时，还要警惕犯罪分子通过拉关系，套近乎，以各种假象麻痹旅客，骗取信任，设法使旅客昏睡后轻易盗走财物。可见，在乘车时不要吃喝陌生人的食物饮料，不要服用陌生人的药品。

3. 警惕窗外黑手。列车就要启动了，一位旅客在茶桌上的一架高级照相机，突然被车窗外伸来的一只手抓了出去。待这位旅客醒悟过来探身望去，犯罪分子早已溜得无影无踪。这种抢夺案多发生在夜间。罪犯混杂在送行者中间，向车厢里窥探。他们先选准作案目标，然后等到列车就要启动的一瞬间，突然窜到窗前，抢了物品就溜。而当失主呼叫时，列车已经启动了。为了避免歹徒抢夺，在乘车时，应注意不要将贵重物品摆在茶桌上，不给犯罪分子以可乘之机。

4. 警惕顺手牵“羊”。当旅客把外衣脱下挂在衣帽钩上时，如果盗窃分子窥探到衣袋里有钱物，往往把他的衣服也挂在旅客的衣服上边。过一段时间趁旅客不注意时，他就假装去衣兜里取打火机等物，乘机作案。在旅客入睡时，盗窃分子会靠上前去，先用手碰一下，看看有无反应，如果旅客睡得很死，就乘机作案。盗窃分子还会以没有座位为由坐在地板上假装睡觉，伺机活动。因此携带的物品不要放在座席下边；睡在卧铺上铺时，一般的鞋可以放在下铺的底下，比较好的鞋可以用纸包起来，装放旅行袋后放在行李架。

5. 警惕上下车时被盗。在旅客上、下车拥挤的时候，或是旅客进入车厢，有所放松，从门口到座位之间，尚未找到座位、安顿就绪的时候，最容易发生扒窃案，夜间发案较白天要多。从犯罪分子作案的手段看，值得警惕的是：（1）犯罪分子常常借助刀片，乘旅客上下车走动过程中割开旅客的背包，窃取钱财。（2）扒窃犯罪，常常凭借各种各样的“托儿”，罪犯有的将衣服搭在胳膊上，有的手举个空兜子，有的拿一副手套或是草帽，还有的一只手抱个小孩儿，在人群中挤来挤去，边挤边掏。所以，旅客在上下车和乘车时，一定要严密防范。旅行中不要随身携带大量现金和贵重物品。只要保持高度警惕，盗窃分子的阴谋活动就难以得逞。

#### 外出旅游时购物极窃该怎样报案

盗窃分子作案的手段是多种多样的，有的盗窃分子多在人口流动性大、

拥挤不堪的公共场所，乘人不备，扒窃人们随身携带的财物。所以外出旅游时，尤其要多加注意。

如果自己随身携带的钱财，不慎被犯罪分子扒窃走了，怎么办呢？

当发现失窃时，应当立即向当地公安机关报案。一般说来，这种发生在公共场所的扒窃案件，由于犯罪分子是流动作案，时间短暂，现场很少留下痕迹。被窃的财物，特别是现金，又没有特别记号，破案的难度相对讲是较大的。但是，失窃者及时报案是十分重要的。因为，向公安机关及时报案，实质上也就是向公安机关提供犯罪分子活动的情况，为侦破案件提供了重要线索和依据。以便公安机关及时立案侦查，跟踪追击。另外，这些犯罪分子中，有的是惯犯，有的是有组织的盗窃犯罪团伙，往往是连续作案。失窃者及时提供情况，公安机关可根据现在和以往掌握的情况对嫌疑分子进行审查，以达到侦破一案，查获一串的效果。

报案是公安机关立案侦查的依据，公民报案时，用口头与书面方式均可。报案时要实事求是，对所失财物既不要少报和遗漏，也不要夸大虚报。对于被扒窃的现场情况要力求讲得具体详细，如被偷的时间（年、月、日、时）要尽可能准确；地点和当时周围的情况，被偷财物的数量、特征等，也应力求准确、详细，如是现金，应讲明共计多少，各种票面的各多少等等；最后还应说明报案人的姓名、年龄、性别、工作单位和家庭地址及报案日期。

报案准确、详细、具体，对司法机关的侦查、审讯以及案发后辨认领回被窃财物都是十分必要的。

怎样保护被盗现场

居民或邻居如发现家庭被盗后，请不要过于惊慌，而首先应当妥善保护好现场，否则，就会给破案增加难度。

犯罪现场是追溯判断犯罪活动和犯罪人的客观物质基础。只有把犯罪现场保护好了，公安人员才有可能亲自观察到犯罪现场的原始状态。反之，现场的原始状态发生变动，一些与犯罪活动有内在联系的痕迹、物品遭到破坏，一些与犯罪毫无关系的痕迹、物品又出现在现场上，公安人员就难以对犯罪活动作出准确的判断。只有把犯罪现场保护好了，侦察人员才有可能把犯罪分子遗留下来的手印、脚印、犯罪工具等所有痕迹、物品收集起来，而这些正是揭露和证实犯罪的有力证据。否则，就无法得到破案线索和证据。

根据我国刑事诉讼法第72条的规定，任何单位和个人，都有义务保护犯罪现场。任何公民在发现犯罪现场后，都应立即报告公安机关，同时，采取有效措施，严密保护现场，避免现场受到人为或自然的破坏。公安人员到达现场之前，不要让任何人进入现场，即使是参与保护现场的干部群众，也要劝阻他们不要无故进入，特别是要严禁触摸移动现场物品，也就是说，既不使现场减少，损坏任何痕迹、物品，也不使现场增加、移动任何痕迹、物品，应一直保持发现时的原始状态。做到了这一点，也就较好地完成了现场保护的任務。

家庭被盗案件现场保护，主要分为露天现场的保护和室内现场的保护两种。

就家庭被盗案件来说，露天现场相对较少，但象盗窃放置在楼梯间、院子内等露天处的自行车、摩托车、拖拉机、汽车等物的案件也时有发生。所以，对这类案件，应在发生案件的地点和遗留有与犯罪有关的痕迹、物品的一切场所周围布置警戒，即绕以绳索或用石灰粉划一警戒圈，禁止无关人员

进入。对于平房大杂院内的现场，可将大门关闭，对院内的住户，可划出一定通道行走，着重是要把重点地段严密保护起来。

室内现场的保护，通常的办法是将出事的房间和室外进出该房间的路线及可能留有犯罪痕迹、物证的场所，一并封闭起来，布置警查戒，贴出告示，或者绕以绳索，禁止一切人员入内，具体的做法，可根据现场环境灵活地确定。如果案件是发生在独门独院的房间里，可在房门和房间周围四五米的地方，划出一道警戒线，设岗看守。如果案件是发生在楼房的室内，可在出事房间的门窗外设岗看守。封闭室内现场的同时，对痕迹、物品，就地保护起来。对于保护范围小的室内现场，在勘查现场的人员不能及时到达的情况下，也可以先将门窗封闭起来。但应事先记明门窗的原始状况，如门是敞开的还是关闭的，门锁是完好的还是已经破坏的，窗户是敞开的还是关闭的，窗帘是撩开的还是垂闭的，玻璃和窗纱有无损坏，门窗周围有无痕迹、物品等。在封闭门窗时，不要接触门柄、锁头等可能留有犯罪痕迹、物证的地方，以免把自己的指纹留在上面，给现场勘查、认定犯罪分子带来不必要的麻烦。

#### 怎样报案和配合公安人员现场勘查

居民一旦发现自己家中或邻居家中被盗，要立即把犯罪现场保护起来，在设法追捕。堵截犯罪分子的同时，迅速报告当地公安派出所或保卫部门，如果向当地公安派出所或保卫部门报告不方便的话，也可以越级直接向上级公安机关报告。家庭被盗案件在报警时，一要快，二要准，也就是说要实事求是，切不可掺杂有任何虚假的成分。当然，案子刚刚发生，别说邻居，就是失盗者本人也难以说清现场的具体情况和失盗钱物的具体情况，这与报假案情有着本质的不同。所以，报案时要讲清或基本讲清以下五个方面的情况：

1. 时间。包括案件发生的时间。发现被盗的时间和保护现场的时间。如果发案的时间一时难以说清，可以向公安机关提供失盗家庭何时无人，或邻居提供何时失盗家庭尚未出事等情况，以便推测其失盗时间。

2. 地点。即案件发生的具体地点。城市居民要讲清失盗家庭居住在什么街巷，哪个里弄，楼栋楼层，门牌号码等；农村居民要讲清失盗家庭所住乡镇、村组的名称和大体方位，必要时还要介绍前往现场的大体路线等。以便公安人员以最快的速度赶赴现场。

3. 物品。即被盗了哪些物品。如果由于现场已被保护起来等原因，一时说不清楚的话，可简要报告一下家中有何贵重物品有可能被盗，贵重物品及现金、存款单及各种有价证券的存放地点等。4. 身份。即发现人。报案人、失盗人的姓名、年龄、性别、职业、住址等基本情况，以便为下一步公安人员进行破案提供方便。5. 经过。报案时要将案件发生发现的经过简要叙述一下，以便使公安人员心中有数，有利于现场勘查和下一步的破案工作。在公安人员勘查现场前，除报告前边谈到的有关情况外，还要报告以下三个方面的情况：一是现场保护前的情况和现场保护过程已采取了哪些措施；二是现场发生变化、变动的情况，包括哪些人何时因何原因进入过现场，到过现场的哪些地方。部位，接触过哪些痕迹、物品等；三是已知的盗窃案件的在场人、目睹人、知情人的姓名、职业、住址等，发案前后发现的疑人疑事，以及周围群众对案件的种种议论、反映等。受害人还应配合公安人员进行现场调查。现场调查的内容，要根据公安人员的需要，尽可能地回忆反映出来。比如向公安人员提供犯罪分子的体貌特征。因为，查明犯罪分子的体貌特征，

是确定侦察方向、范围，采取措施查缉犯罪分子的前提条件，居民群众在提供犯罪分子的体貌特征时，应当尽可能地从以下九个方面来介绍。

1. 性别。

2. 年龄。如果不能指明具体的岁数，可用青年、中年、老年等表示；或者用多少岁至多少岁之间；或者用多少岁左右来叙述。

3. 身高。如果不能指明身体的高度，可用高个、中等个、矮个表示；也可用大约多少米，或多少米左右。

4. 体态。根据平时的印象，一般根据胖瘦情况，可分为很瘦、瘦、中等、偏胖、很胖五种类型。

5. 相貌。主要是指头、头发、脸形、脸色、额、眉、鼻、嘴、下巴、胡须、牙齿、耳朵、以及颈、肩、背、胸、四肢等的大小、形状、颜色、以及有无残缺、畸型，某个部位有何突出的特点。

6. 衣着打扮。主要指大衣、上衣、裤子、裙子、帽子、鞋、围巾、领带等式样、颜色、质量、图案花纹、新旧程度，以及有无佩带饰物，如戒指、手镯、领花、耳环、发带等。

7. 口音。主要是指声音的大小、清晰程度，以及有无地方语音、口气、嘶哑等。

8. 动作习惯。主要指身体器官在站立、行走和完成某种动作时所表现出的各种特点，如姿势、步法、表情等。

9. 特别记号。主要指人身器官的各种异常现象，肌体缺陷和人为添加的特点，如斑、痣、瘤、瘰、疤、瞎子、斜眼、近视、远视、豁唇、聋子、哑巴、纹身等等。

当然，在很短的时间内不可能处处都能看得很清楚，但只要留意，发现其某一部位有某一种特点，特征是完全可以办得到的。

犯罪分子作案时，常常会把他的或者从别处带人的物品有意无意地丢弃或者遗落在现场或现场周围地区。所以，失盗者和其他周围群众在发现被盗后，要注意区别被盗家庭的物品和犯罪分子遗留的物品，并向公安人员讲明。主要是：

1. 各类凶器，如匕首、三角刀等。

2. 衣服、鞋帽、围巾等。

3. 伪装用品，如口罩、蒙面布、手套等。

4. 随身日用品，如眼镜、钱包、手提包、毛巾、手绢、钥匙、雨具，以及证件等。

5. 烟头、烟具和吃剩的食品等。

6. 从别处带人现场的各种物质，如泥土、油漆等。

7. 犯罪工具、交通工具等。

居民在反映上述情况时，一定要坚持实事求是的原则，有些连自己也拿不准的情况，也可以提供出来，但要说明由于种种原因不可能很确切，仅供公安人员参考。对于一时想不起来的有关情况，经过回忆后还可以继续向公安人员补充反映，以便于公安人员综合分析，及早破案。

怎样防止受骗上当

骗子可恶，受骗者却大有人在，并深受其害，不但在声誉上或经济上或其它方面受到损害，而且在心理也会受到不同程度的危害。受骗者刚发现自己上当时，常表现出内疚、苦恼和难言的苦衷。而当彻底醒悟时，因深受其

害，悲愤交加，往往引起心理上的不平衡，出现心神不定、烦闷苦恼和情绪低沉等现象，这些情感体验，进而可导致某些心身疾病。如有的人受骗后血压升高，严重失眠，甚至精神失常。那么，我们怎样防止自己受骗上当呢？

除要了解骗子的心理特点外，还应了解骗子的外部表现。骗子的行为特点五花八门，多种多样，但较多的是冒充成受人们所尊敬、羡慕、崇拜，能解决实际困难的人物，以骗取人们的信任，进行诈骗活动。如有的冒充高干子弟，帮人拉关系；有的冒充采购员，帮人购买紧俏商品；有的诡称某厂出售某产品，价廉物美，可代为购买，骗取他人钱财；有的非法伪造有价证券、印章、证件等进行欺骗；有的利用某些人的迷信心理，把自己装扮为“圣人”、“天仙”、“神汉”、“神医”、“法师”等等，装神弄鬼，以“降妖捉怪，消灾灭难”、“驱邪扶正、缚妖收魂”等骗取钱财，甚至污辱、奸污妇女。此外还有形形色色婚姻骗子等等。骗子扮演的行骗角色又常常利用自己的“特长”和“优势”，力求形象逼真，以制造假象，布下骗局，而后猎取行骗的对象，进行心理试探，探明对方的心理特点、需要与爱心。如果骗子扮演的角色符合受骗者的心理需求，其形象也与受骗者想象的相一致，那么行骗的对象就很容易上当。

骗子为达到行骗目的，还玩弄种种花招。比如，开始，主动与受骗者热情攀谈，如果猎物已上钩，则进而彼此建立“友谊”，取得受骗者的信任。当然，在这过程中，骗子也往往投其所好，抛些诱饵，以便稳住阵脚，“放长线钓大鱼”，以进一步取得受骗对象的信任，使受骗者一步一步陷入骗网，直至心甘情愿作出更大的“奉献”。

因此，当人们了解到骗子何以得逞，以及某些人又何以上当的心理特点后，便有了一些识破骗局的心理准备。值得提出的是，防止受骗上当的关键往往在于自己，我们应当象抵制不良的诱惑那样，努力加强自己的意志锻炼，并努力克服自己的心理缺陷，尤其是自己的心理需求应该同社会的道德规范相一致，决不要试图通过什么不正当的途径，来满足自己的欲望，这样就能抵制骗子的诱惑，避免上当，骗子也就没有“市场”了。事实上，骗子在对人进行心理试探时，如果对他的故弄玄虚或花言巧语报以无动于衷，那么他也只能乖巧地收敛其拙劣的行骗表演了。我们还要努力提高自己的观察、分析和识别事物的能力，这样便能及时拆穿骗子的“西洋镜”，并将骗子绳之以法。

### 怎样识别骗子

现实表明，不管骗子怎样狡猾奸诈，怎样乔装打扮，“狐狸终究藏不住尾巴”，骗子是可以被识破的。识别骗子，关键是要掌握其语言特点、表情特点和行为特点。

#### 1. 骗子的语言特点。

骗子要进行诈骗，总要进行广泛的人际交往，首先需要有语言表达能力。为达到欺骗别人的目的，就千方百计使他们的语言具有诱惑力。这就决定了骗子的语言具有与普通人不同的独特性。

(1) 他们口若悬河，舌巧如簧。最起码也是口齿伶俐，能说会道。(2) 他们甜言密语，善于阿谀奉承，歌功颂德，实际上是口蜜腹剑。

(3) 他们往往自吹自擂，夸夸其谈，天花乱坠，故弄玄虚，目的是伪装自己的真实身份。

(4) 为了以假作真，往往说得有根有据，煞有其事，而且绘声绘色，信

誓旦旦。

(5) 当对方有所察觉和怀疑时，他仍会巧圆其说，假作镇定。

(6) 当被别人看出破绽时，说话吞吞吐吐，顾左右而言他，或者答非所问，拐弯抹角，词不达意。当他们露出马脚后，为了脱身，故作委屈，指天发誓，企图蒙混过关。

## 2. 骗子的表情特点。

面部表情是人们心灵的一面镜子，眼睛是心灵的窗口。只要我们缜密观察骗子的表情，他就难以隐影藏形。骗子的表情特点是：

(1) 由于骗子说的是假话，做的是假事，必然是做贼心虚，提心吊胆，这样就会引起生理机制发生变化，如血压升高，心跳加快，呼吸急促，有的会面红耳赤，肌肉不舒展。

(2) 由于其生理机制发生变化，使得声带不正常，特别是在初次见面谈话和将猎物弄到手时，往往是语音短促，音色混然，声调低沉，发出轻微的不易察觉的颤音。

(3) 他们在谈笑时，由于面部肌肉不能舒展，在他们的笑容里表现出明显的不自然，显现出皮笑肉不笑的神态。

(4) 他们的眼睛充满虚伪、狡诈和警惕的神色，在对方产生怀疑和不信任时，往往还会表现出焦虑不安和恐惧的神色。

## 3. 骗子的行为特点。

骗子所以能骗人，人们所以会上当受骗，是由于骗子善于利用人们的心理弱点——骗取信任——诈取钱财和女色。骗子的主要行为特点是：

(1) 利用有的人想拉关系，走后门的心理，冒充招工、招生、招兵的“三招人员”，假借帮忙，让人上当。

(2) 利用有的人趋炎附势、巴结权贵的心理，冒充“首长”、“领导”、“秘书”、“高干子弟”等角色，骗财猎色。

(3) 利用有的人爱慕虚荣，想买“名牌”、“洋货”的心理，佯称自己经常去香港，跑国外，诱人上钩。(4) 利用有的人崇洋媚外，留洋出国的心理，冒充港商华侨，使人上当受骗。

(5) 利用有的人想“农转非”、吃商品粮的心理，冒充公安人员招摇撞骗，诈取钱财。

(6) 利用有的人封建迷信，久病乱求医的心理，把自己打扮成“圣人”、“天师”、“华佗”、“神医”，装神弄鬼，使信神信鬼者人财两空。

(7) 利用有的人爱打小算盘、贪小便宜的心理，抛出诱饵，骗人“入局”（圈套）。

(8) 利用有的人粗枝大叶，工作马虎，乘虚而入，以伪造支票、发票、提货单、证件等，以假乱真、虚报冒领、订假合同等方式混水摸鱼。

(9) 骗子善于模仿各种人物的穿戴、言行举止、生活习惯，往往表现出故作高深、装腔作势的神态，显得很不自然。

## 怎样认识骗子的心理特点

现实生活中形形色色的骗子并非少见。他们乔装打扮，编造事实，骗取钱财，害人不浅。然而他们的诈骗行为是在他们在系列心理活动的驱使下发生的，因此分析骗子的心理特点，也是预防诈骗的重要方面。

据有关专家的调查研究发现，骗子都有着强烈的占有欲，他们受剥削阶级“人不为己，天诛地灭”人生观的支配，用卑鄙的手段去非法占有他人的

财物。他们认为“骗子比强盗轻，比抢劫好，都是别人自愿给我的”，“骗不到手，没有后果；钱财到手，罪恶不大”。其实，这种缩小责任和转移的心理，也是他们缺乏法制观念和道德堕落的表现。他们还认为以欺骗的办法赚钱“不费力气，生财容易”，“不要本钱，无本万利”。正是由于这样的心理状态，加之他们既贪婪又懒惰，因此就很容易走上诈骗的邪路。

也有不少骗子总是错误地评价自己，认为自己足智多谋，会乔装打扮，可以瞒天过海，不会暴露。万一骗不过，就溜之大吉。在这种错误评价自己和侥幸心理的驱使下，他们往往会挺而走险。如果遇到一次行骗成功，并会进一步强化诈骗的动机，胆子越来越大，沦为惯骗犯。

骗子还有一个重要的心理特点是，利用人们的心理需求或心理缺陷，钻空子，施展骗术。比如，他们利用一些人迷信权贵、巴结高官，爱拉关系、爱走后门、爱占便宜、追名逐利等心理缺陷，“送”其所需，“投”其所好，“献”人所喜，“帮”人所急，“解”人所难。这也是他们诈骗成功的奥秘。他们在行骗之前，常常抓住当前社会上最带有趋向性，并富有诱惑力的信息，把自己打扮成能迎合某些人需求的、迷人的行骗角色。比如，近年来，进口货，出国定居、发财之道成了“时髦货”，因此扮成华侨、港商和名人的骗子也应运而生。

然而，骗子行骗时，尽管他们善于伪装，善于掩盖自己的表情，并故作镇定，但由于他们说的是假话，做的是假事，不免做贼心虚，担心别人看出破绽，内心感到空虚和恐惧。因此，他们为了让别人相信，往往言过其实，矫揉造作，适得其反，无意中暴露了自己的庐山真面目。

#### 怎样识别骗子的伎俩

骗子之骗术，可谓五花八门，诡计多端。但自古及今，其传统手法不外为五个字：装、色、吓、诈、串。

装骗：即伪装身份、职业或其他为世人所崇敬的角色行骗，其中又有装官行骗（伪装成上级首长、首长秘书、高干子弟、新闻记者，政法公安人员等等行骗）；装亲行骗（装成富人亲戚，骗取富人钱财）；装富行骗（乔装成公司经理或港澳台富商，到处招摇撞骗）；装神行骗（江湖骗子作为“师门”法宝，装神扮鬼，以画符、念咒、扶乩、祈神禳鬼等花样愚弄群众，骗财骗色）。

色骗：以女色为钓饵，骗取钱财。常见者一曰“放白鸽”二曰“仙人跳”。所谓“放白鸽”，就是行骗者将自己妻女或拐骗而来的女子，“放”出去当有钱人妻妾，嘱其捞足钱财后再象鸽子那样飞回来。所谓“仙人跳”，就是男女合伙，猎物上钩之时，女骗子之“丈夫”或“亲属”突然闯入，敲诈勒索。

吓骗：用恐吓手段敲诈勒索钱财。通常采用写匿名信，信中夹带“利刃”之类的凶器，恐吓对方于指定时间、地点交出指定数额的款项。

诈骗：施用各种奸诈之诡计行骗。目前常见的是利用签订购销合同、以假乱真、以次充好等诡计行骗。

串骗：合伙串通行骗。当今骗子大多结成团伙，狼狈为奸。

骗子的骗术总是因人而施。贪图小利者，以金钱为诱饵；喜欢女色者，以色相为诱饵；官欲熏心者，以官位为诱饵；信神信鬼者，以神灵为诱饵。可见，骗子所以得逞，不一定是骗术高明，乃因被骗者心理上有许多一攻就破的弱点。

在商品经济日益发展的新时期，骗子又变换手法，较多采用如下骗术：  
以签订购销合同为名行骗：就是打着“国营企业”、“集体企业”等招牌，采取“你购什么东西，我可以供应什么”等诈骗方法，以“烟搭桥，酒开路，钱笼络”等手段，买通对方有关人员订立合同，以达到诈骗之目的。

以办学为名诈骗：诈骗分子利用广大青少年急于掌握科学文化知识的心理，以办“刊大”、“函大”、“补习班”、“技校”以及“预售书籍”，发“通讯员”、“记者”证等名义，通过广告形式进行诈骗。

以伪币和假劣商品诈骗：随着商品经济的发展，市场更加繁荣。一些人想发财，而又不想付出艰苦劳动，财迷心窍不走正道，便无视国家法律，以少利小本大肆伪造假币、名牌产品、商标，包装贩卖倒卖，牟取暴利。有的诈骗分子还以代购代销紧俏商品行骗。

诈骗对象也有改变：行骗对象由过去的特定的个人转向“两户一体”中的万元户或国营、集体企业，特别是缺乏经营管理经验的乡镇企业。诈骗的数额往往很大，几万、几十万，甚至几百万。在手法上也出现了一些新形式，如境外人员利用已被吊销或伪造的信用卡，在我国银行骗领外汇或兑换券，假借合股合资经营或筹集资金之名，骗取单位或个人交纳股份基金，得手后逃之夭夭。

怎样防范性犯罪者对孩子的诱骗

防范性诱骗，是保障孩子安全最基本的常识，也是孩子们应该掌握的，因而每个孩子的父母必须教给孩子们这些基本的防范知识。下面介绍几种诱骗方式及其防范措施。

1. 情爱或长辈之爱式诱骗。大多数人以为性犯罪者一定是陌生人，只会用糖果来引诱孩子们。然而恰恰相反，实际上，对青少年进行性犯罪的人多是一些孩子们认识、热爱或信任的人，包括孩子的亲戚和长辈，另有一些是孩子相识的人，如护婴员、教师、医生等。

防范措施：任何这类犯罪的成年人、甚至包括家庭成员的最初行动迹象，总是对你的孩子感兴趣并且老是喜欢单独与你的孩子在一起，尤其是晚上。信任往往会麻痹孩子们的警觉，因此，应经常观察和了解有大人参加的孩子们的活动，如夏季野营等等，还应告诫孩子要及时告诉父母外人提出的不正当要求。

家庭不幸福的孩子往往是性犯罪者猎取的目标。许多罪犯供认这些孩子非常缺乏亲人的爱抚，往往感情饥饿，因而极易诱骗。

如果你的孩子遭到某人的性侮辱，常常是这样告诉你：“他总在我身上玩弄”或“我不愿意同他单独在一块儿”。应该相信孩子的话。专家们指出未成年的少年儿童很少撒性侮辱方面的谎。2. 请求帮助式诱骗。性犯罪分子采用的另一种使孩子上当的诱骗方法是请求儿童提供帮助。请求内容可能主要是请求孩子帮忙引路到某个公共标志牌处或要求孩子帮忙把背包、行李包之类的物品拎到汽车里或某个房间里。1993年，美国科罗拉多州一罪犯因对六名女孩施暴被判处长期监禁，他采用的方法就是请这六位不幸的女孩子帮他寻找失踪的狗。防范措施：告诉你的孩子成年人问路或求帮助应该去找成年人。如果有人停下来问路应与此人保持一定距离，并要有所警惕。3. 编造意外事件诱骗。犯罪分子常设计一些使孩子解除戒备、造成惊慌或不安的假意外事件达到诱骗施暴目的，如“你妈妈生病送到医院去了，快跟我走”；“你家失火了，你母亲被大火封在家里了，快点，咱们去想办法！”防范措施

施：预先告诉孩子父母的一些活动安排。向孩子强调决不要跟陌生人走，自己去打电话或尽快回家核实家里是否发生了意外，如果不能肯定，就请亲戚、朋友或邻居帮忙。

4. 玩笑或游戏式诱骗。这些情况往往表面上是与孩子单纯地玩耍，实际上暗藏着接触孩子身体的祸心。这类游戏常常是如搔胳肢痒、互相摔跤；藏金币；或专在暗处捉迷藏。防范措施：告诉孩子“正常触摸与不正常触摸”间的区别，以使得孩子们能识别出什么时候的“游戏”已不再是游戏了。共同的敏感告诉我们的父母：当一个成年人一贯喜欢与某个小孩子在一起玩耍时将是危险的。

5. 淫秽书刊诱骗。1991年，一名罪犯一月内多次奸污少女数人，缉拿归案后被判处8~30年监禁。在佛城一家滑雪场工作期间，他貌似热情地帮助一些少女，然后利用淫秽书刊和录像引诱受害者上钩进而达到奸淫目的。防范措施：不要将一切形式的淫秽、不健康的书刊音像带回家里，这些东西在有些人看来无关紧要，实际上危害很大。

6. 英雄人物式诱骗。性犯罪学中有这样的论述：一些性犯罪分子常假扮成大人物如著名运动员、战斗英雄或其他一些孩子眼里的英雄。几年前，一家糖果店的老板邀请几个孩子到他家参加圣诞晚会。他装扮成圣诞老人的模样强奸了其中一名少女。

防范措施：告诉孩子们坏人有时会用一些诡计欺骗伤害少年儿童，真正的英雄人物决不会利用他们的声望来伤害孩子。教育孩子们不要与假冒英雄的人混在一起，有情况时要立即告诉家长和报警。

7. 提供工作式诱骗。青少年往往易被提供高薪水或有趣味工作的允诺所诱惑。这些包藏祸心的招工面试常选在偏僻与外界隔绝的地方进行，而且只用一个邮政信箱编号刊登广告。

芝加哥市一名犯罪分子在短时间内奸杀了33名少女，1990年3月13日被处以极刑。他最惯用的诱骗伎俩就是向这些受害的仅十来岁的少女们提供工作机会。如果女孩是在父母陪同下来他的家，他就甜言蜜语使面试在愉快的气氛中进行，最后对女孩未来职业安排总是含糊其辞，遮遮掩掩。单独前来面试的孩子则永远未再出来。这些女孩子由于不敢得罪新雇主只得在捆绑下被迫“合作”，最后遭致大祸。

防范措施：向你的孩子解释为什么父母陪同前往面试非常重要，尤其是面试地址不常见的情况下，简单讲一些十几岁的孩子为找工作惨遭侮辱的案例使她们提高警惕。

许多父母相信在复杂的社会环境中，比如女工郑某下班回家。发现衣柜被拧、抽屉被撬后，便一步冲到衣柜前，打开抽屉，里边的5000元存款单不见了。接着，又翻遍床底和床头柜，700多元现金和2000多斤粮票，还有300多元国库券也统统不见了，她边翻边叫。等公安人员到来时，已看不出哪是盗者所动，哪里是郑某所翻。他们的孩子确实面临着被坏人侮辱的危险，对年幼的孩子不得不告诉他们事情的可能性，但又怕惊吓了孩子，其实大可不必担心。

美国加利福尼亚州圣克莱克山的“YWCA 少年儿童防袭击服务中心主任埃塔·蒙扎指出，“人们都期望这些灾难不要降临孩子们身上，但如果真的发生了，先有防备的孩子往往能幸免于难”。专家们指出关键在于用易理解的语言告诉孩子们遇事镇静以及脱险的方法。

耶鲁大学儿童问题研究中心儿童心理学教授詹姆斯·科马博士认为：“尤其对于年幼的儿童应当告诉他们大多数人是不会伤害儿童的好人，但却有居

心不良的坏人存在”。

最基本的一点就是告诉孩子没有任何一个人有权力以任何一种方式触摸使他们感到屈辱的部位，每一个少年儿童都有保护自己身体不受侵犯的权利。

怎样对付无赖讹诈

您去外地出差、旅游要小心那些无赖的讹诈。这些无赖大都聚集在火车站出口处。大商场门口，他们手里拿着值不了几文钱的变色镜和所谓的“金表”等，一见您是外地人，他们故意与您迎面相撞，将变色镜、金表扔到地上，然后一把抓住您，说变色镜碎了，它值几百元钱，您必须赔他。如果您跟他争吵，马上又会有几个无赖围上来，对您拳打脚踢，您若不掏尽您口袋里的钱就休想摆脱。那么，您要是不幸碰到这类无赖应该怎么办？

您不必跟他争吵，您说那行，咱们上派出所去解决。如果这一招不灵，您可以给他钱，但必须记住无赖的体貌特征、衣着，并立即向附近的治安岗亭、派出所报案。这是好办法。

怎样对付性讹诈

性讹诈是指犯罪分子以受害妇女的某些过错进行要挟奸污妇女的性犯罪。如有一16岁农村少女进城当保姆，一天趁雇主家无人之际，财迷心窍偷了80元钱。此事被男主人发现，男主人便以“私了”还是“公了”进行威胁。保姆怕吃官司，便说愿意私了此事。于是，男主人趁机奸污了小保姆。小保姆原想此事就这么一了百了、吃哑巴亏算了。可谁知这家的男主人继续对她施行性讹诈。少女受害怀孕，痛苦不堪，身心遭到巨大摧残。还有一个案子同样发人深省，有位公司的女会计一时糊涂贪污了几十元公款，被该公司经理发现。这个公司经理便以同她发生性关系就不张扬为条件，奸污了女会计。女会计天真地以为此事就这么了结了，可那位经理却没有轻易放开她，拿她曾有贪污行为作把柄，霸占她达七八年之久，受害人因遭巨大摧残而导致精神失常，结局极为悲惨。

那么，应该如何对付此类性讹诈呢？

1. 自身行为端正，这是关键。您想，要是自己没有什么过错，犯罪分子也就没有把柄可以对您进行讹诈。

2. 性讹诈不可能只有一次，您不要存有这种幻想。您要记住，犯罪分子毫无人格、信誉可言，他们不可能对您有半点同情之心，如果同意“私了”满足其兽欲一次，那么，他会有几次，十几次甚至几十次。不然他就不会卑鄙地讹诈您。

3. 自己有过错被人发现，公了就公了，没有什么了不起。其实，在许多性讹诈案件里，受害人的过错一般都很小，根本就构不上犯罪。可因为受害人不懂法，加上犯罪分子的有意恐吓，就以为犯下了什么大罪，正因为有这种恐惧心理，才致使犯罪分子有机可乘。所以，如果您干了些糊涂事，那么您应该有勇气去主动承担应负责任，切不可抱侥幸心理，以献出肉体 and 贞洁为代价谋取遮掩，不要为此而因小失大。

4. 如果您被性讹诈后醒悟了，而犯罪分子还要纠缠您，您要战胜自己，主动向公安机关去报案，并最好提供犯罪分子用来讹诈您的物证（如纸条、录音带）。您一定会得到合法保护，摆脱折磨您的魔影。

怎样认识乞丐骗术

乞丐骗术是一种特殊的诈骗方式，施骗者以乞讨为名，利用人们的善良

与轻信达到行骗的目的。这同真正的乞讨行为不同，真正的乞丐主要是为其基本生存需要而乞讨食物，钱是次要的，他们之所以行乞是为生活所迫。而乞丐骗术则纯粹是以获得为目标，并且不少人是自觉自愿地从事这一“行当”的。不过，真正的乞丐与乞丐骗子之间并无绝对的界限，有许多乞丐骗子原来也是为生活所迫而乞讨，但行乞一久，尝到了不劳而获的甜头，便开始编造谎言来骗取施舍，进而转化成了职业乞丐，即乞丐骗子。

乞丐骗子的种类非常繁杂。以活动方式划分，既有无组织的单干型，也有有组织的群体型。无组织的乞丐一般只为个人利益而行乞，他们自讨自用，行动自由，不受他人的支配和控制；而有组织的乞丐则是为了一个共同目的，以同乡、家庭等为单位，自发组织起来，选出头头，有组织有计划地行乞。按其外表形式，又可分为传统的可怜型、厌恶型和新型的时髦型。可怜型与过去的“同行”别无两样：衣衫褴褛，面黄肌瘦，神情暗淡；厌恶型的也一如既往：衣服肮脏，蓬头垢面，神色狡诈；而那些时髦型的乞丐则衣冠楚楚，油头粉面，神采飞扬。这三种乞丐在乞讨方法、方式及时间、地点等方面都大不一样，可谓“各有千秋”。由于这三种不同类型的乞丐所使用的不同手段，便形成了三种不同的乞丐骗术：同情骗术、厌恶骗术和好感骗术。

#### 怎样识别赌博骗术

赌博，是一种以钱物作注较量输赢的行为，所用方式由双方约定，胜负机率几乎对等，输赢全凭个人运气，较少人为的因素。赌博骗术却不同，它名为赌博，实际只是借用了赌博的形式，利用人们的侥幸心理，设下圈套，骗人钱财。这里面几乎不存在任何运气问题，输赢全在庄家（骗子）掌握之中，是一种地地道道的骗术。

赌博骗术的种类很多，目前社会上流行的主要有绳套、扑克和残局三种。虽然“赌法”各异，但有一点是共同的，那就是它们都有很大的蒙蔽性。表面上看起来好像条件对客方非常有利，而实际情况则相反：庄家才会是最后的大赢家。除了这种蒙蔽性以外，最终导致人们上当的还在于骗子们的“逼真”表演。这些人一般都是没有正经职业的痞子，他们三五成群结成团伙，为首的出面作庄家，其余的人则装作互不相识的样子充当看客，用他们自己的黑话讲，这些帮手叫作“媒子”或“引子”，是专门诱人上钩的，而上当则被称为“楷（拟音）子”，意即傻子。赌局一般设在街头巷尾、车站码头及风景旅游点等处，一见有人来，“媒子”即与庄家开赌，并高声叫宝，以吸引人们的注意。一旦有人停下脚步上前围观，很快即可看到：只一会儿功夫，别人（媒子）就从庄家那里非常轻松地赢了一大把票子；再看那赌法，既简单，又容易，而且便宜都让客方占尽了，岂有不赢之理？于是，围观者中有人再也按捺不住，终于上前一试。头两盘，参赌人总能尝到点甜头，小胜庄家。待参赌人赌兴大发，越陷越深时，形势突然逆转，庄家大举反攻，盘盘皆赢，最终大获全胜。这种情形就是赌博骗术最基本的套路。

#### 怎样防止坏人利用迷信骗钱骗奸

近年来，封建迷信借着我国宗教信仰政策放开之机又进一步抬头，个别坏人借传教之名骗取钱财、诱奸女性；有些不法分子假称奉“神的旨意”，可以包治百病，使许多家庭上当受骗。

为了预防此类案件的发生，最关键的是要破除迷信观念。年轻姑娘如遇“神汉”、“巫师”提出单独“除邪”要求应断然拒绝，特别是骗子以阴阳交配来要挟时要奋起反抗，向公安机关报案。

## 怎样识别算命先主的六个骗人花招

算命先生凭着他那丰富的社会经验和“三寸不烂之舌”来随机应变，巧妙周旋，骗取信任，以达到赚钱的目的。但是，万变不离其宗，总括起来，骗人的花招不外有以下六种：

1. “探”。算命先生有句行话，叫做“听声音知贵贱”。他们给人算命，开头都要拐弯抹角地盘问你几句，在你不知不觉之中，他就探听出了你的身分、情绪和心事，然后，就顺藤摸瓜，给你开始“讲命”了。例如，给一个老太婆算命。他问：“你是多大岁数结婚的？”老太太回答说：“我15岁就结婚了。”根据这点，他就断定这个老太太年轻的时候家境是比较贫寒的。于是他就把早已编好的“歌诀”一念：“年轻时候命不济，缺吃少穿受人欺，自从交了三步运，春风化雨才得意”。然后经他一解释，老太太就觉得他算的很对。然而，这并不是算命先生算出来的，而是老太太自己间接告诉他的。因为在旧社会，姑娘很小的年纪就出嫁，一般来说大都是家境比较贫寒。所以，算命先生才判断出这个老太太年轻的时候“命不济”。如果他发觉他的话不对路，就会马上转弯从另一方面解释。又如，你来算命时，说话急急呛呛、冒冒失失的，他就可断定你是个火性人，这时，他又会搬出另一套“歌诀”对你说：“火性之人秉性刚，生来喜顺不喜呛；要是有人顺着你，吃你喝你把钱帮；要是有人欺负你，豁出脑袋闹饥荒；脾气上来赛猛虎，脾气过去似绵羊”。这种“歌诀”对一般性子急的人都适用，使人听了就会认为算命先生算的真准。

2. “哄”。其特点之一，就是针对不同的人，不同的情况，说些不同的奉承迎合的话。比如，对老年人说：“命里寿高”、“丁旺”；对中年人就说：“吉星高照”；对青年人就哄着说：“禄从天上降，喜至不须求，往日忧愁事，从此一笔勾”。找事做，问婚姻都妥，如果他探听出你现在工作和学习都很顺利，心情舒畅，他又会搬出：“福星高照，喜事临门，求财望喜，都可如意”的一套花言巧语来。

其特点之二，就是说远不说近，说未来不说现在。比如，大人来为小孩算命，他知道做父母的都希望孩子有出息，于是就说这孩子的命如何如何好，将来要干什么什么大事。但是，就在7岁、9岁、13岁上要犯“关煞”，很危险，这些都是未来的事，谁也难料到，他当然可以随便说，“哄”你就是了。

3. “吓”。算命先生都是随机应变，看人下菜，能蒙就蒙，能唬就唬，该哄就哄，该捧就捧。比如，他知道你夫妻不和，就说你是犯了八败星、隔离星、很严重，不久就会出些什么什么事。你如果着急，向他求计，他就说可以化解，不过要多少多少钱。如果你生了病而去算命，他就说你犯了白虎星，要是不化解，就很危险，过不了几月初几。再比如，他捉摸你是个老实人，开头就可能给你一杠子，说什么“罗喉压运魔当头，身穿重孝泪交流，运中丧财口舌多，恐怕心里犯忧愁。”一听，准吓你一跳，随即你就会求他化解而上当。

4. “骗”。就是施展“隔夜修书”的骗局。有一些算命先生，事先写好一张单子放着，你去找他算命，他说已把你的“命”早算好了，就写在这张单子上。他要你说出你的年龄、子女人数等情况以后，便拿出那一张单子念，果然符合你的情况。原来那张单子上写的是：“寿源七十五子星之人数一双眼睛看明硬是一个不得死硬四十在的”。上述话没有标点符号，其中“之”

是草写，又象“三”，又象“六”；“十”字也是草写，旁边又加上一点，有点象“个”字。这张单子当中大都是废话，最关键的只有子女人数这一点，他可以用不同的断句方法，给你作不同的解释。比如你说你有一个儿子，他就说：对呀，我早就算好了的，你是“寿源七十五（能活到七十五岁），子星之人数一（有一个儿子），双眼睛看明（眼睛很好），硬是一个，不得死，硬四（是）十（实）在的”。假如你有五个孩子，他便读成：“寿源七十，五子星之人数，一双眼睛看明，硬是一个不得死，硬四（是）十（实）在的”。用这种办法，从一个儿子到六个儿子，都可以变化出来。一般子女在六个以上的就不多了。假如你没有子女或子女超过六个，他就会说，你命上有多少，没有的是被克掉了，或是将来会有；多的也会克掉等等。

5.“活”。就是把话不说死，一句话双关二意，你这样理解可以，那样理解也可以，然后根据对方的反映，再解释说明。比如“父在母先亡”就是一句活话。这句话他可以解释成“父亲还在世，母亲先死了”，也可以解释成“父亲死在母亲的头里了”。如果父母都在，他也可以解释成“将来你的父亲必定先死”。因为父母在同一个时间死的可能性很小，总是要有一个先死，一个后死。所以，这样的活话，遇到什么情况都适用。

再如，他给人算几个兄弟时，他把你的八字一排，就说：“看你这八字，兄弟多则三个，少则一个”，因为一般人家两，三个兄弟的居多。如果你兄弟确是三个以下，就算他说准了。如果你说有弟兄四个，他就说：“按你的命来看，最多只该有三弟兄，有四个也会克掉一个”。也有的算命先生常常在出生的时辰上兜圈子，这也是个活“扣子”，他把你一天的十二个时辰编成三句“顺口溜”，叫做“子午卯酉兄弟多，寅申巳亥三两个，辰戌丑未出独棵”。如果你报的是正午时出生的，那他就会振振有词地说：“‘子午犯酉兄弟多，不够一桌坐半桌’，你起码有兄弟四个”。如果你说不对是三弟兄，他马上就会改嘴说：“：这是你把时辰记错了，午时还不到，你一定是巳时生的，寅申巳亥三两个’嘛，没有错！”如果你回答说：“我就哥一个”，他也会说：“那你一定是过了午时在未时生的，‘辰戌丑未出独棵’，所以你上无三兄，下无四弟”。过去是看日头计时间，季节不同，差别很大，谁也难记准，经他这么三下一堵，不管你兄弟多少，他都可以给你算准。

6.“退”。即自设退路，自圆其说，算命先生总爱说“时真命不假，时假命不真”之类的话，“算错了”也可以归罪你报的出生时辰不准，或说你是“心不诚”。还有的算命瞎子常有“明眼人”引路，他们之间往往有很多暗语。

总之，算命之类具有很大的欺骗性和虚伪性，千万不要上当受骗。怎样防止商骗商场上尔虞我诈，防不胜防。“害人之心不可有，防人之心不可无”这句古语真的不错。渐渐地，商场上已经习惯了没有真实物品，对方不会把你当真。假如有人对你说得天花乱坠，你也不要上当。1.“便宜莫贪”，世上永远没有便宜的事，遇到这情况，第一句便要问，为什么偏偏选中我捡这便宜。一个没有交情或交情不深的人，因为看上你，信任你，照顾你，不要飘飘然。“世上没有无缘无故的爱，也没有无缘无故的恨。”与你一见如故的人，你可小心了。此外，世上绝少蠢人，一个蠢人，无缘无故的向你求助，而你帮助他之后又会有很大利益的，通常是骗局，你自己可能就是蠢人。2.商场是名利场，人人都很现实。如果一个人表现得一无所求，为兴趣与你合作等等，这明摆就是骗你。3.交易双方利益必然有矛盾，如对方毫无所谓，

不断让步，生恐你不肯成交的样子，这笔交易一定有问题，这情况之下未必一定有诈，但肯定对方太需要你，你的价钱和条件等等一定有问题。一般来说，“先小人后君子”通常是双方互利的交易，“先君子”的，很可能多沦为“后小人”，在这种情况下，不妨自己做“先小人”。4.在对方未缚住自己时，千万不要先做茧自囚，在未有书面合约或对方没有投入资源时，自己不要先投入资源。否则己方“米已成炊”时，便完全被对方所控制，一点讨价还价的力量都没有了。

#### 购物时怎样防止上当受骗

作为一个消费者，谁都想在购物时买到称心如意，质高价廉的商品。但一到市场上，却往往事与愿违，上当受骗的事屡有发生。这里，有社会上的原因，也有消费者个人方面的原因。从消费者个人方面来说，有以下几个具体原因：

1.缺乏必要的商品知识。商品知识包括商品的性能、构造、特点和品质，这是购买商品时所必须具备的知识。如果不懂得这些知识，就无法区分商品的好坏、商品性能的差异和价格的高低。不懂商品知识是造成购物上当的主要原因。

2.不懂价格知识。价格是商品质量的货币表现形式，它是反映商品质量好坏的标志之一。我国现行的价格有出厂价，批发价、零售价；有固定价、议价，有指定价和浮动价；有内销价、外销价，也有淡季价和旺季价等等。如果不懂得这些价格知识，碰到某些人非法提供或变相涨价，消费者就比较容易上当受骗了。

3.不懂广告知识。广告是以口头的、文字的和图案的形式传递商品信息的，也是一种促销的有效手段。广告必须要坚持真实性的原则。但近些年出现了一些过分夸大商品性能等虚假的广告。由于消费者缺乏这些知识而上当受骗。

4.不懂商标知识。商标是显示产地，厂家，商品质量和特性的标致。它具有区别不同厂家、不同商品及不同质量的特点。我国市场上曾出现过剽窃、假冒名牌商品的商标来欺骗消费者的行为。为此，消费者在这方面上当受骗的也不少。

5,不懂法律知识。我国现行的法律，如食品法、药品法，经济法、计量法、广告条例、环境保护法、质量管理法等等，是根据我国的具体情况制定的，这些法令、条例，是保护人民利益、保障人民的身心健康和生命安全的武器。它与人民生活息息相关。但我国有些经营单位有法不依，甚至置法律而不顾，生产和销售法纪不允许的药品、食品和其他商品。由于消费者中许多人不懂法律和科学知识，使得这些人的违法行为能够得逞。如何避免购物时的损失呢？这里，向大家介绍一些消费者在购物时的经验教训，供广大消费者参考。

#### 1.注意商标与商品及商品型号的关系。

商标是商品的标识。在我国，商标受法律的保护。一个产品的商标一经注册以后，便不允许其他任何单位冒用或伪造。但在现实生活中，往往有商标名称相同而商品不同的情况。例如，在钟表产品中，同以“钻石牌”为商标的就有手表、闹钟、电子钟、怀表等等。在这种情况下，弄清商标与商品的关系就显得尤为重要。如果某种商标的商品被评为优质产品，其他用同样商标的商品就不见得都是优质产品。如弄清这种情况，就有可能上当受骗

了。对于同类产品，除了要注意商标与商品外，还要注意型号。系列产品由于产品的原材料、规格、生产时间等方面不同，型号也不相同。在购物时，特别是在购买名优产品时，更要注意这一点。

2.掌握一些必要的商品知识。在购物前，消费者最好能够事先掌握一些必要的商品知识。如购买家用电器产品时，事先最好找一些这方面的书看看，了解一些该商品的性能、构造、特点和品质等基本知识，做到心中有数；也可向内行人了解情况，请他做你的购物参谋。同时向使用过这种商品的人请教，对你的购物会有很大的帮助。

3.多看广告，但不轻信广告。广告是传播商品信息的媒介。消费者多看广告，可以获得多种信息，以备购物时参考。但消费者看广告时，不能盲目轻信广告，而要加上自己的思考和判断。这是由于某些生产经营者为了推销劣质产品和滞销品，利用广告做文章，故意使用溢美之词以便把产品推销出去。4.多跑几家商场。做到“货比三家”。“货比三家不上当，“不怕不识货，就怕货比货”。消费者购物时多跑几家商店，首先可以得到很多商品信息，从而可以买到满意的商品。其次，多跑几家商店，可以对所购的商品比一比价格和质量，特别是对一些没有统一价格规定的商品进行比较，少花冤枉钱。

5.买名牌产品，不要买走私货。“名下无虚土”。名牌象征着商品的信誉，当今市场上的商品令消费者眼花缭乱。在对欲购之物不了解时，就把定盘星打在久负盛誉的名牌上。名牌产品一股比较可靠，购买风险理所当然地小于一般产品。为了避免上当，购物时要从正当渠道购买，千万不能图一时便宜，托人买走私货。因为走私货大都质量低劣，购买以后不仅会吃亏上当，而且还无处诉说。

6.购买商品时，要注意生产厂家和商品的生产时间。国家《工业产品质量责任条例》明确规定，生产、经营单位不准“生产、经销隐匿厂名、厂址的产品”。但有些单位和个人经营动机不正，生产出一些伪劣商品投入市场，为了逃避法律责任，它们“隐姓埋名”，让你无法查找。所以消费者在购买商品时，一定要注意商标，商品和厂名、厂址是否一致，以免上当受骗。同时，在购买商品时，还要注意产品特别是一些名优产品的生产时间。因为某种产品一旦获奖，其影响必定很大，购买的人十分踊跃。但评奖是有时间性的，获奖只能代表当年的产品质量情况，并不保证以后永远如此。

7.购买高档耐用消费品，最好去大商场。大商场基本上是从正当渠道进货，质量比较可靠，而且价格也较合理。即使消费者买了质量稍次的商品，由于其维修力量雄厚，也能担负起维修责任，使消费者少受损失。而有些“贸易公司”在进货渠道、价格制定及维修方面都不如大商场有保障。怎样识别“花秤”

农贸市场中，除了假冒伪劣商品外，群众最气愤的就是不法商贩的短斤缺两的行为。下面介绍商贩利用衡量器具做手脚的骗术。

1.麻杆秤识别法。这种杆秤的提毫没有活动刀卡，是用绳子直接穿在秤杆上的。用此种秤称东西，杆的重心向称尾那边偏，一般一斤东西要少半两至一两。识别这种秤的关键方法是：看秤的提毫有无活动刀卡，还是用绳子直接穿在秤杆上的。

2,死卡秤识别法。一般的杆秤，秤的刀卡活动的地方被东西塞住，就变成死卡秤了。被塞不灵敏的活卡变成死卡，东西少称的却重，一般顾客常常

不易发觉。

3. 套筒秤识别法。这种秤的秤头秤尾的铜套是活动的，可拉出拉进，改变秤的重心。铜套拉出，少的东西却称得多，等到你回头找他算帐时，他很容易地套入套筒，同时道歉几句就可把你稀里糊涂地敷衍过去了。此外，还有些秤尾巴上的铜皮给剥掉了，这种秤也是坑人的花秤，称的东西往往偏重，切不可上当。

4. 加孔秤杆识别法。这种秤杆，秤钩挂钮支点下面多了个小孔，称东西的时候，卖主巧妙地往这小孔里塞个小铁钉，秤钩支点一定偏到一边，必定短斤缺两。

5. 水银秤识别法。这种秤很难从外观识别。这种秤是空心的，里边灌有水银，水银很重，卖主将水银往称头方向倒动，秤的重心改变，少的东西也就变重了。持有此种秤的卖主，称东西时往往将秤尾托高，反而给顾客造成“秤高”的假象。顾客每见卖主有托高秤尾的动作，应小心判断是否是水银秤。

6. 一秤两砣识别法。奸商的秤包括台秤和杆秤，有两个砣，一砣为标准砣，一砣为失准砣。失准砣用来坑人，标准砣用来掩护自己，应付检查。这种坑人法对小贩来说最具“安全感”，顾客最应警惕的也是这种秤。一般的台秤都放在桌面上，桌面上一大堆大大小小的砣，顾客很难看出其中有失准砣，但小贩自己明白，工商管理人员一来，他们会很利索地将失准砣收藏起来。顾客发现缺斤少两前来要求补回时，他们便拿出标准砣来称，“确实是少了”，道歉几句，补上钱款或重量，一了百了。值得他们高兴的是，许多人不是过于粗心就是过于大方，不会发现问题，或者，即使发现了也不会为了几克、几分钱而前来要求补回。

7. 游砣回重识别法。一般台秤的定盘星都被调整过，因此，其游砣实际上被加重了。只有4斤的东西，台秤称得4斤半，就说明其定盘星可能有问题。买东西时，顾客可在台秤天平不放置任何东西的情况下拨动游砣，把它拨到0克位置，看标尺能否持平，如不能持平，此台秤必有问题。

8. 底盘加重识别法。一般的台秤如果底盘加上或粘上东西称物，重量自然会增加。有些小贩在秤盘下放磁铁、加橡皮泥，很多顾客极难发觉。

有的小贩更鬼精，把骗局设计得很巧妙，即使露了马脚，也容易开脱。他们的办法是，自己卖什么就往底盘粘什么，如粘肉皮、粘豆腐等等。

对付底盘加重的办法是：如果有所怀疑或为了慎重起见，完全可以故意唠叨几句，表示怀疑，说你曾在别处吃过此类大亏，他们当然不敢表示反对，只好由你检查。正当的商贩会十分欢迎你的做法，因为他也可趁此机会利用你向别的顾客做个活广告，何乐而不为？

此外，还有一种利用秤具坑人的手段，也可算作“花秤”的一种，就是“压盘搬键法”。他们巧借时间差，动作极快，一不留神，便给你称好了。用台秤称东西时，他一只手没有离开秤盘，另一只手就开始搬键，称出了重量。

9. 私自拼凑秤识别法。少数不法商贩为了骗取钱财，私自将不同类型的杆秤的零件凑成一杆秤。常见的情况有：小秤砣配大秤；缺角，破损砣配上标准秤杆；重盘配标准秤杆、秤砣。这样缺斤少两在所难免。

无论不法商贩在“花秤”上耍何种花招，购买者都必须在购买时小心留意，采用以上的识别方法进行防骗。

## 怎样识别电子秤上的欺诈

现在市场上使用电子秤计量物品重量、金额的经营越来越多。对于大多数人而言，电子秤是科学、精确的，用以进行计量是绝对不会出现太大偏差的。然而，“社会文明的发达，社会邪恶的总量也在增长”（康德语）。新的科学发明往往同时伴随着新的犯罪。一些利欲熏心的奸商利用人们对电子秤的崇信心理，肆意玩弄各种各样的手段，以电子秤这种现代化衡器坑害顾客，使许多购买者横遭欺骗。

自然，电子秤本身不会产生多大的误差，其精确度是其他各种衡量器所不能与之相媲美的。可是，以电子秤称物后，购买者仍然发现所购物品短斤少两。其实，这不过是那些奸商在秤上使诈所致罢了。因此，了解他们利用电子秤坑骗的伎俩，如何采取相应的措施进行防范，已逐渐引起了人们的关注。

据统计，市场上出现的以电子秤欺骗顾客的手法一般有以下几种：

1. 秤底垫物。电子秤称物，要求放置秤的地方较为平整，否则，会出现偏差。一些奸商常以小物件垫高一边，使秤身向自己的一边倾斜，而购买者往往无法查觉。这样，称物时字幕上显示的重量肯定会有所增加。

使用这种方法的情况最为普遍。大多数人购物时，通常只留心字幕上的数字，而忽略这方面的细节。因此，称物时仔细观察电子秤底座平整与否是必要的。

2. 货物冲击。货物放进秤盘时，会突然产生一种冲击力，使重量瞬间增大不少。一些奸诈的卖主，如果认为对方是粗心大意的人，常用此法斩客。他们将对方选好的物品丢进秤盘便即刻拿起，把冲击力造成的重量也算进价钱中。这种方法通常是在购买者争相抢购时使用。一旦购者发现其中有假，卖主也可以忙中出错遮掩过去。为了避免这种欺诈，购者称物时，极有必要等货物停留在秤盘上约十五秒后再按数付款。

3. 固定单位。就是把前面购买者所购物品较高的单价或卖主自己拟定的高价固定下来，而紧随其后的购买者也以此价按重计钱，例如，在你前面的顾客购买每斤 1.5 元的苹果，随后你购买每斤一元的香蕉时，买主并未按下新的单价键，如果你稍不留意，所买的香蕉实际上便变成每斤 1.5 元。

有些精明的人，只要他略通算术，付款前都会自己按重量，单价心算一下所购物品价钱是否与字幕上显示的相同；有些会在购买时注意看字幕上所示价格有无错误。

4. 连盘计重。一般的秤盘重约 300 克（铅制），有些奸商在不放秤盘的情况下，把电子秤字幕上所有的数字调整至零。如果有顾客购买重量较大的货物，他们便放上秤盘称物。这样，字幕上的总重量已含有 300 克的秤盘重。

因此，购买者在称物时必须留意秤盘是否为份内，份外的重量。

5. 存留底数。为了增加重量，有些奸商通常在电子秤字幕上存留一定重量或金额数字作为底数。其中有两种情形：一是在称物前储存，少则几克，多则几十、几百克；二是在前面的人购买后，不把重量或金额数字调回零位便按下累计键，把这些数字累计进后边购物顾客所购物品的重量或金额中。

称物前，购买者必须看清重量、金额等字幕上的数字恢复至零位后再购买，这样才不致于遭受欺骗。

### 第三编 安全防身

#### 怎样认识家庭事故发生的特性

在家庭生活中所发生的人身和财产损失事故，大体具有如下特性：

1. 偶然性。从本质上讲，事故属于在一定条件下可能发生，也可能不发生的随机事件。比如有这样的例子：一个人用一粒米扔过去，另一个人向后让，脑后撞到墙上锈铁钉，受刺死亡；一个司机运空棺材，搭车老人怕雨，躲在棺材里，雨停后，老人出来吓死一人，另一人怕鬼跳车跌死。这两个事例都是偶然性事故。但深入分析，它们的发生又有一定的必然性，如果没有事先的不安全行为，这样的后果是不会出现的。

2. 因果性。任何事故的发生，都有一定的诱因，如上面所提到的两例。要避免不期望的事故后果，就得从事故原因入手，将可能的事故消灭在潜在状态。防患于未然，就是这一道理。

3. 技术性。不懂日常生活中的有关技术，从而违背客观规律行事，导致事故发生。如不按规定使用家用电器，触电身亡；走路不遵守交通规则，撞车死亡等。

4. 无知性。不掌握生活中的有关常识，反其道而行之，制造事故。例如有些食物的相忌性，如不知道，会误食中毒。镇江一女医生不信吃蟹后不可吃柿子，犯忌身亡。在生活中，由于不了解有关安全知识而制造的事故屡见不鲜。

5. 盲目性。对有关事情似懂非懂，盲目行事，以侥幸取胜，从而导致事故。例如南京一供销员，听说电池可充电，出差前，盲目试之，触电身亡。

6. 失误性。家庭生活安排杂乱，无良好的习惯，从而经常失误，引起事故。例如，将亚硝酸盐当食盐用，严重中毒；使用液化汽罐不习惯关总闸，漏汽中毒；肥皂粉、去污粉，盐等易混物品无明显标记，经常造成失误。

7. 打赌性。生活中年轻人喜欢打赌、开玩笑。这种行为是引起事故的重要因素。例如，两青年为一只手表赌爬树，赢到手表，却摔断大腿。

8. 喜庆性。乐极生悲，生活中喜庆中的事故常有所闻。如放爆竹炸死新娘，过年过节放鞭炮引起火灾，大吃大喝导致生病等。

9. 衰老、年幼性。老人由于健忘、动作迟缓，小孩由于无知、好奇，常常是事故的直接引发者。如一老人吸香烟失火，无力自救，烧毁财产和自身。

了解家庭事故的这些特性，对预防事故大有好处。

#### 怎样防止家中意外

自己的家是个安乐窝，但也可能是世上最危险的地方。家中很多看来极寻常的物品，不但可能伤人，而且能致命。家中每一个角落，不论是厨房、客厅、浴室或卧室、露台以至花园等，都有潜在的危险。大小意外事件尤其容易发生在儿童及老年人身上。

因此有见识的人都会采取安全措施，减少自己和家人面对的危险。请细阅本条提到的家中易生意外之处，并且经常保持警觉，就可以防止悲剧发生。

市面上还有一些安全装置，如测烟器、漏电断路器之类，既便宜又容易安装。测烟器能在火灾未蔓延时就发出警报，房子里的人可及时逃生；断路器则会在电器漏电或过载的时候截断电源，以防触电、火灾等事故。下面提醒你家中易生意外之处：

#### 一，厨房

家庭中许多事故，如烫伤、失火等，都在厨房发生。若能留意安全守则，实在可以避免。

1. 点燃中的煤油炉，切勿添加煤油。每次加满煤油点火前，要抹去溢出及滴下的煤油。

2. 切勿贮存过量石油气。煤油等燃料。同时要贮存在远离炉灶、火焰的地方。

3. 做饭时，一切有柄炊具的把应该指向墙壁。这样有人经过炉旁，不会碰翻锅子，小孩也不会轻易抓到把手，打翻锅子而烫伤。

4. 煎炸时应小心看顾炊具，不要离开；所放的油不要深过锅子深度 1/3。油煮沸的时候，注意不要溅进水滴。

5. 烹制油炸食品，要预备锅盖及大块湿毛巾，一旦起火，可以用来灭火；不要向油锅上泼水。

6. 炉灶要经常检查、清洗，确保操作正常。此外，炉旁不应放置易燃物品，更不要张挂窗帘、布块、塑料袋等。

7. 使用高压锅时，用多少水要遵照说明书指示，并留意计时，以免烧焦食物。

8. 油溅在地上须立刻抹掉，松脱或翘起的磁砖也须重新黏牢，以防滑倒、绊倒。

9. 不要用湿布或薄布抹烤炉膛。

10. 炉灶上方墙壁只适宜悬挂不太笨重的炊具。

11. 炊炉火头勿开得太大。火舌在锅的边缘缭绕，徒然浪费燃料，锅的把手会烧得很烫，塑料把手甚至烧裂或熔掉。

12. 空塑料袋和食物袋妥为收藏，小孩拿到套在头上玩耍，紧贴脸部，可能导致窒息。

13. 厨房里放置常用物品的架子应伸手可及，或者买一架结实的梯子，以便爬高拿东西。

14. 把漂白剂、消毒剂之类有毒的用品放在高架子上或有锁的柜内，使小孩拿不到。不要把有毒液体盛在食物容器里或者和食物一起贮藏。

15. 刀子应该放在小孩拿不到的地方。

16. 厨房壁柜的门打开后要随后关上，柜门的尖角容易把人碰伤，齐眼高的就更加危险。

17. 大型电气用具如冰箱、洗衣机、滚筒干衣机等，要提防小孩子可能钻进去。

18. 电饭锅、水锅上常有插接的电源线。把凹接头从这类电器拔下前，一定要关上墙上插座的开关，截断电源；若是插座没有开关，也得先拔插座的插头。通电流的电源线凹接头万一掉进液体里，立刻引起短路，不但会烧断保险丝，还足以把整个凹接头爆裂。

19. 如果通电流的凹接头掉在水里，要迅速拔下插头，截断电源，然后握着电线把凹接头提出来，不截断电源就伸手进水里，会触电、酿成严重伤害。

20. 如插头，电源线或接头弄湿了，要截断电源，把湿的部分里里外外完全弄干才可再使用。

21. 如果手是湿的，切勿触摸电气用具的开关。

22. 熨衣服中途如要暂时离开，把熨斗关掉。衣服熨好后，须把熨斗放在小孩子碰不到的地方冷却。

## 二、浴室和厕所

最常见的意外是在浴缸里滑倒。儿童遭溺的意外较少发生，但也并不是全不可能，应该防范。

1. 如浴缸表面或淋浴间的地面是滑溜溜的。应铺上浴室专用的橡胶垫，或黏上防滑的添加材料，以防滑倒。
2. 在浴缸旁的墙上装设扶手，对上了年纪的人以及一些浸浴后站起时会头晕的人，尤其有用。
3. 如有淋浴设备，最好装一个恒温器，以防烫伤，或者买一个装有恒温器的淋浴莲蓬头。
4. 浴室的电灯、热水器及其他电器通常都由浴室外的开关控制，或由装在天花板的拉绳开关控制，这样就不会同时接触水和开关。电剃须刀是唯一的例外，其特别设计的电源插座装有绝缘变压器。
5. 不要在浴室之内使用交流电电器，例如交流电收音机等。水蒸气会在收音机壳内外凝结，引致机壳导电，一碰就会触电。用干电池的收音机则安全，其电压低，不会有危险。
6. 溅了水的地面要抹干，以防滑倒。
7. 在地上铺的垫子，其底部必须能吸附地板，不会轻易滑移。
8. 不要把小孩独自留在浴缸或浴盆里。如必须暂时离开，须把小孩也带出来，用毛巾包裹，以免着凉。
9. 使用气体燃料热水炉的浴室，应该注意空气流通，避免一氧化碳中毒。
10. 假如需要贮水，贮水的水桶须盖好。并且放在小孩碰不到的地方。
11. 洗衣机门要经常保持关闭，避免小孩伸手进内接触机件。
12. 如在浴室、厕所的门装插销，位置要高些，以免小孩触摸，把自己反锁在里面。钥匙也得收起来。
13. 不要把漂白剂或以漂白剂为主的洗涤剂和其他厕所清洗剂混合，否则可能产生有毒气体。
14. 药物放在儿童打不开的容器内，并置于有门扣或门锁的高柜里。
15. 过期药物不要保存，也不要服用；连同垃圾一起丢弃并不是好办法，须倒进抽水马桶冲掉。

## 三、客厅和饭厅

客厅和饭厅是家人日常休息、用膳和儿童玩耍的安乐窝，但也是家中有潜在危险的地方。

1. 插座不可负荷过重。如电器太多，应该多装插座，尽可能不采用延长电线。
2. 电灯和其他电器的电源软线不可随地散布，以免把人绊倒。电线也不可藏在地毯下面，否则可能过热，而且损坏了也难以察觉。
3. 地毯要平，不可有翘曲，而且要固定在地板上；磨破了就得修补，木地板要用防滑地蜡。
4. 不要在椅子或沙发靠背、扶手上放烟灰缸。现代许多装上软垫的家具，都是采用泡沫塑料的，一着火就会散发毒气体和浓烟，可以致命，这种烟雾往往比火焰危险得多。
5. 客厅如放置大型金鱼缸，应有盖子，以防止儿童遇溺。
6. 家中如有幼儿，饭桌不要用垂下四边的桌布，免得小孩拉扯桌布，把上面烫热的食物倾翻在身上。

7. 客厅装置的落地玻璃窗前，不可放置小地毯或垫子，以防把人绊倒，撞破玻璃而致伤。

8. 不要让小孩玩弄折叠桌，钢管造的桌脚夹住小孩颈项，能引致窒息。

9. 临睡觉或出门，要把烟蒂弄熄，并注意关上炉灶及煤气阀。

10. 晚上要检查电器插头，最好是——从插座拔下来。冰箱、时钟、计时器、防盗设备、录像机等长久操作的电气用具，则不在此限。

11. 检查所有的电器是否装有适当的保险丝。

12. 最好置备小型灭火器，并掌握其使用方法。

13. 如果有供奉祖先的神龛，小心看顾燃点的香烛。

#### 四、卧室

卧室中比较常见的意外是失火、触电、从双层床跌下等等。

1. 窗帘、百叶窗的拉绳要小心缚好，以免小孩玩弄，缠绕颈部，引致窒息。

2. 电热毯要每年检查一次，要看看电源线有没有变脆或破裂。

3. 睡觉时，电热毯不要老开着，否则可能过热，烧着褥子。如电热毯太残旧，可能导致触电。

4. 除非电热毯有安全设备，否则不要彻夜开着；面毯和垫毯不可互换使用，否则亦属不安全。

5. 暖炉应放在远离窗帘，被褥或易燃物品的地方。衣物盖住暖炉十分危险，尤其是辐身式暖炉，很容易燃着衣物。

6. 床头灯泡的瓦数不可超过规定，灯泡太热，可能烧着灯罩，引致火灾。要购买不可燃或耐热灯罩。

7. 不要用布或纸盖着灯罩来减弱灯光，这样做很容易失火。可改用瓦数较小的灯泡或较深色的灯罩，装设减光开关则更方便。

8. 摸黑走动也很危险，床边应该常备长寿电池小手电筒。容易绊脚的电线或家具要移开。

9. 可考虑在床边多装设一部电话。老人家万一生病或有意外，可能无法下床接电话，如果有床边电话就方便多了。

10. 不要在床上抽烟。

11. 小孩卧室的窗栅要装上安全锁，不要靠窗放置家具，以免小孩由此爬上去摔到窗外。

#### 五、楼梯和楼梯平台

在楼梯上失足跌伤。是家中很常见的意外。伤者大多是小孩。

1. 楼梯和楼梯平台的地毯应完好无缺，并且牢牢固定。松脱、翘曲或破烂的地毯容易把人绊倒。

2. 楼梯旁至少要安装一条结实连贯的扶手。如家有老人，梯级两边都应该装上扶手。梯间应有充足光线。

3. 梯级扶栏竖杆间距不可太阔，以免小孩把头伸进去；也可用木板封住竖杆间所有空隙。

4. 有些楼梯的踏步板下没有竖板，应加装木条或木板填塞，这样小孩就是爬到楼梯上，也钻不过两级之间的空隙。

5. 楼梯顶和楼梯脚都装上栅栏，以防幼儿摔下或独自攀登。

6. 楼梯脚不要装玻璃门，不然的话，有人摔下楼梯，不但跌伤，还会被玻璃割伤。

7.不要在楼梯上放置杂物，以免绊脚，同时可以减少摔下楼梯的危险。

## 六、花园

占地较广的住宅有花园和汽车间，亦应该采取安全措施，以防意外。在这些地方，小孩较易发生意外。

1.花园里的小径应常修葺和打扫。一有坑洼就要填补，见到松动石块要清除，免得令人踏空或绊倒。

2.不要随处放置耙子或其他园艺工具。

3.如有小孩，水池要围起来，大水桶要加盖。小孩子在浅水中也会遇溺。

4.不要让小孩使用剪草机。开动剪草机时，切勿让小孩走近。

5.不要用煤油或汽油点篝火。随时留意篝火，切勿让其蔓延。

6.如让小孩在花园中嬉戏，须检查清楚园里是否栽种了有毒的花草。这些植物的果实有毒，小孩可能不慎吃进肚子。废木或地上长的蘑菇更不可让小孩捡来吃。

7.花园门要上锁，或把门闩装得高些，以免小孩开门跑到街上去。

## 七、门

晚上或房子里没人时，房子内外的门最好全部关上。万一发生火灾，可减缓火势蔓延。

1.大门要装锁，以免小孩子跑到街上。

2.居住在多层大厦的话，不应安装向外打开的大门和铁栅。最好是安装滑动或向内开的铁栅。

3.玻璃门应装上安全玻璃（钢化或层压玻璃）。普通玻璃一旦打破，碎片可能伤人。如不能装安全玻璃，可贴上韧性透明胶膜，这样玻璃即使破裂，也不会碎成一片片。

4.如果门扇嵌的是无色光滑玻璃，贴上有色胶带或图案，门关上时就能清楚看见，不致撞上去。

## 八、封盖插座

不用的插座要插上安全胶插头，以防小孩触电。插孔口有滑动封盖片的插座更安全。

## 九、使用梯子

做家务时如要爬高，即使是更换灯泡，也要使用梯子。不要嫌搬梯子麻烦而踩在凳子上。凳子没有梯子那么稳，失去平衡时也没处可抓。

## 幼儿在家中怎样注意安全

家中有幼儿便要特别注意安全措施。一般来说，要注意电器用品、笔筒、钱币、衣扣、万字夹、发夹等，以免引致窒息或其他伤害。身为父母的，尤应注意如下安全事项：

1.电插座不用时应加上安全插梭，以防孩子把手指插进去。

2.家庭盆栽花草可能有毒，因此如常青藤、圣诞花等就不宜在家中种植。如果孩子吞食有毒植物，应立刻带孩子到医院求治。

3.玩具箱亦会引致严重受伤，尤其箱盖跌到孩子身上，如果孩子被围在箱里就会窒息。故此，你应选择一个没有盖的玩具箱。

4.小孩子的浴水不能太热，最好用温度计量一下，再放孩子到浴缸去。

5.浴缸内应放一张防滑胶垫。最重要的是，千万别让孩子独自留在浴缸内，因为不足两寸的水亦能造成幼儿遇溺。

6.药物及有毒物品应放在孩子伸手拿不到之处。就是无害的东西。如嗽

口水都会引致意外。为孩子着想，应设置一个有锁的药箱。

7. 马桶盖最好换一个有锁的，以防孩子爬进去遇溺。

8. 浴室内尽量不放电器用品，如吹发器、电须刀之类，当孩子开始四处“探险”时，就要把这些物件拿出浴室。

9. 锁起一切有危险性的物品，如火药、清洁剂、酒精、刀子、易碎品等。

10. 饭桌最好不铺桌布，改用餐垫，预防孩子把整桌食物扯下。

11. 灶上的锅，应把手柄部门转内，以防孩子一拉手柄，热食物照头淋下。

在家中怎样确保儿童安全

据有关资料，意大利每年有上千名儿童死于家中的意外事故，摔伤、中毒、烧伤、溺水和窒息属于1至14岁年龄段的儿童中最常见的意外事故。这种情况中国同样存在，那么家长们应该做些什么，使自己的孩子更安全呢？

1. 不要把孩子单独留在桌上或台面上。为其选择一个有栏杆的小床。若为双层床，则要给上铺装上保护栏。不要使用皮带和背带，以免孩子困在里面造成窒息。注意栏杆间距不要超过8厘米。

2. 不要在孩子房间的窗户下放置小桌、书架或其他可以攀登的家具。

3. 不要给孩子易碎的普通玻璃餐具。

4. 不要把孩子单独放在澡盆里。

5. 药品和洗涤用品应放在孩子够不到的地方或锁在小柜里。

6. 在玻璃门窗上粘上专门的透明塑料胶带，玻璃破碎时可以使孩子免受伤害。7. 定期检查缺乏必要保险装置的电器，以免孩子触电。

8. 不要让孩子玩塑料薄膜口袋。塑料经摩擦就会带电，贴附在口鼻附近的皮肤上会使孩子窒息。

9. 不要把能放在嘴里和吞咽的小东西或可拆卸的玩具给孩子玩。

10. 不能让孩子单独上阳台或在阳台上放置能使小孩攀登的家具。

11. 不能让孩子单独进入正在做饭的厨房。

12. 不能买易燃布料给小孩做衣服。

13. 把家长的全名、工作单位、单位电话一一写下，缝在孩子的衣服里，这样孩子丢失后，发现者可藉此找到家长。

14. 培养孩子的警惕性。如果发觉大门敞开、虚掩或是窗户打破了，或是任何异常情况出现，千万别进屋门。孩子应立刻到邻居家求助，或通知家长赶紧回家。

15. 父母应教育孩子平日锁好铁门，隔着铁门看到的是陌生人，便不要开门，并教育小孩小心应付。16. 平时要指导孩子一旦发生火警怎样以最快速度、最安全办法逃出家门。切勿将孩子一人反锁在家里。

怎样防止孩子过早性行为

1. 家长应该跟孩子讨论性的问题。把性教育寓于一系列有目的的交谈中是最好的教育方法。

2. 做一个虚心听取孩子提问的家长。让孩子知道有关性的任何问题都可以跟您讨论，时刻都能得到回答。

3. 帮助孩子提高自尊心，培养特殊的兴趣和爱心，使孩子从中获得自我满足和充实。

4. 给孩子做个好样子。父母之间的情爱和体贴对孩子是最简单而又最有意义的性爱教育。

5. 作为父亲应始终关心和亲爱女儿。在女儿进入青春期时，父亲突然收

缩自己对女儿的爱抚，女儿内心就会感到受了伤害，迷惑不解，并转向男孩子寻求爱慰。

6. 做一些合情合理的限制。过分严格的管束只会增加少年人的逆反心理，但为了减少性诱惑发生的机会，家长可以明白地告诉孩子，父母不在家时，不许在家里约会异性朋友；还应坚持孩子们的集会必须有大人陪同。若要约会，也应是群体性的。这些限制可以避免孩子去那些容易发生意外、而他们又不能够自我管束的场合。

少女怎样防止他人设下的陷阱

妙龄少女情窦初开，既有窥测、探索性奥秘的心理欲望，而又涉世不久，缺乏处世经验，且好感情冲动，稍有不慎，很容易上当受骗。因而在日常生活中要多检点，外出、交友都要提高警惕。一忌自身轻浮。开朗大方不等于轻浮。少女还应庄重、文雅，在男性面前切忌轻佻放荡；对男性的眉来眼去，不能报之以喜笑，以免惹来不轨行为。二忌忍让。对某些男性的猥亵语言、淫词秽语要敢于斥责，时碰身，摸脚的不轨行为，要坚决指斥。一味沉默、忍让会助长对方的非理欲念。三忌贪利受骗。许多歹徒就是利用某些少女贪图在吃、喝、玩上占便宜，而以看电影、送“小玩意”、吃小吃、逛公园等诱饵，引你上当，诱你失身。四忌擅自离家。当受到父母严厉批评或遇家庭中其它不顺心的事的时候，切忌擅自外出、不告而别，以免家人焦虑或自己在外出途中发生不测或受骗上当。五忌夜不归宿。节假日外出探亲访友，不可在外长时间逗留，切忌随便在同学、朋友或同事家过夜（至亲或可靠的同学家住宿，也应事先向父母讲清），以免父母惦念。六忌晚间独走。夜间最忌独人行路，更忌在僻静、黑暗的小巷僻处行走或停留。晚上有要事必须外出时，最好请家人或好友伴行，以免受歹徒伤害。七忌轻易接受别人邀请。少女都忌对人“一见钟情”，不要轻易接受陌生人邀请看电影、照相、跳舞、交友等活动，以免中圈套被迫就范。八忌单身搭车、船。即使在困难的旅途中，也不要随意搭乘陌生人驾驶的车船，以避免车、船驾驶者趁机猥亵或其它不测。九忌轻信花言巧语。有些心怀叵测的男性，都会在你的面前使尽浑身解数，花言巧语、千方百计博取你的欢心，骗取你的信任，但一旦你被他的“多情”、“听话”所迷惑而以身相许，达到了目的时候，就会不负责任地把你抛弃或冷酷无情地摧残你的肉体、精神。请你千万莫上当。十忌拥挤场合多停留。在车站、码头、影剧院等拥挤的场所，最好少停留，更不要去拥挤的商场购物，一可避免流氓借机对你侮辱，二可防止钱财失窃。

女子在家里怎样防身

不要以为一天 24 小时都关在家里，就万无一险。其实，一些妇女正是呆在自己家里时被强奸的。要确保居家安全，须采取有效防范措施。

1. 家里门窗上的锁一定要结实牢靠。但要避免使用开起来很麻烦的锁（呆在门外的时间越长，你的风险会越大）。独自一人居住时，不要把你的名字留在邮箱上或电话册上（有些单身居住的妇女在她们的邮箱上标着一个男人的名字，以此，表明这里还有其他人居住）。入睡前要仔细检查，关好门窗。

2. 陌生人敲门，不能随便开门。应在门上装窥孔，先看清楚敲门人。在门上装门链，就算是开门，也可以保持一个安全的距离，问清楚对方的身份与敲门的目的，再决定是否开门。门外应有足够的亮光，以便在夜里可以看清来客。如果你单独在屋内，不妨故布疑阵，让来客以为你并非单独在家，例如你可以假装朝房内的人说话般大喊：“等一下，让我先开门看看是谁？”

或者你可以播放恶犬狂吠的录音带。如果陌生来客敲门的目的是假装问路，可以隔着门，或以门链拴门，开点门缝回答他。如果对方要借电话，你千万别上当开门，而不妨答应代他拨电话。如果来客自称是借用东西或抄电、水表等，你应查看他的身份证明，证实来客的身份与来访目的后，觉得没有什么不妥，再开门。一旦对来客起疑心，应该马上拨电话报警，或者通知邻居。

3. 外出回家时，应当留心屋门及室外有无异常，如发现异常如门窗被撬，不要轻易进入；入室后，如有异常情况，断然不可独自贸然搜寻，应当暗中退出请求邻居协助查明情况，或共捉罪犯。

4. 当你单独居住时，要尽量和邻居保持经常的联系。可以在你和邻居之间设置一种信号，当你来不及向公安机关报告时，你至少可以拉开某种作为呼救信号的设施，或者启动一个特定的开关，以便能使熟悉这种信号意义的邻居知道你需要帮助。平时，要随时记住一些电话号码，以防万一时可以求救。当你意识到你也许处在危险中时，可立即报告警察。

#### 女子独自外出怎样防身

1. 不要单身在偏僻处行走，更不要在深夜单独外出。如果与家人争吵愠气，不管有理无理，都不应用出走来表示抗议。歹徒很容易发现这样的女性正是自己的理想猎物。

2. 如果你单独在公路上行走，一辆汽车经过你身边突然停下来，问你要不要搭“顺风车”，你要特别警惕，一般不要贪图便宜，以免遭不测。如果司机走出他的汽车并且向你靠近，你的脚步不能停止移动，你离汽车和来人越远，来人想拖你上车就越困难。当险情发生时，你要记住他的车牌号码。这些办法同样适用于当步行的问路人向你靠近时的情况，此时你的步伐不能停止，而且对于他的一举一动和所处的位置都要注意，特别是要注意他的外表和说话方式。

3. 如果你是“的士”女司机，当你离开汽车或进入车内后，一定要锁好你的车门。当你走近你的车时，要看看车周围和车身下面。强奸犯的一个惯用伎俩是藏在车身下面，等待一个妇女走近车门时突然伸手抓住她的脚踝。你的车钥匙应常保持在手边，这样你就不必呆在车外到处翻衣掏包地找钥匙。如果你的车中途抛锚，应把车窗帘拉上并且回到锁好门的车中，等待巡逻人员到来时，再请求给予帮助。绝不能随便让一个要求免费搭车的陌生人来帮助你。在你停车或驾驶时若有人向你靠近，你不要打开锁着的车门，而要按响车喇叭和踩动加速器。这样，一个可能的强奸犯也许会因此而躲避或离开。

4. 如果你看见一个人自称有病并且要求你把他送到家里或医院，你要注意观察此人象不象有病，不可随便把他带走或让他进入你家。你可为他请求别人的帮助，并且要求他在你去求人帮助时最好呆在原地。在某些情况下，你也许可以请一个过路人和你一道来帮助这个人。你这样做了，如果那个人的“病”是假装的，他也许会寻找借口离去。当这种情形发生时，你要尽可能地记住那人的一些特征，然后报警。

5. 要是遇到陌生男人，自称是什么保安队员之类的，对你进行盘问时，你应当要求对方出示证件。民警值勤时一般都穿警服。即使自己确有轻微的违章行为，如违反交通规则、随地吐痰等，应按章办事，或检讨，或罚款，不要觉得自己有了“小辫子”，就不敢弄清对方的身份稀里糊涂跟对方走。有的歹徒往往是冒充保安队员、民警等把妇女带到僻静处乘机施暴的。

### 少女受到袭击时怎样自卫

随着社会犯罪的增多，少女受到罪犯袭击的案例也不断增多，从一些案例中可以看出，少女受到袭击时采用有效的自卫手段，往往能够中止犯罪行为，或者使犯罪行为减到最低限度。

单独行动的少女，走在僻静的街路上，便给罪犯造成了实施犯罪的时机，罪犯往往从背后袭来，将少女拦腰抱住。此时的罪犯和少女心情都非常紧张。做为罪犯，他害怕事情败露，想尽量做得不出声响，不留痕迹，因而也往往表现得特别凶残，他们往往以恫吓的语言或暴力行为达到目的。少女常常被吓得不知所措，欲逃不能，欲喊怕羞，欲抗无力。往往在犹豫的一瞬间使罪犯得逞。

面对邪恶，少女应该凭借力量和智慧，拼命抗争，能呼救者，要高声呼救，能挣脱者，要奋力挣脱。即使陷于无能为力的境地，也要头脑清醒，见机行事。

假如罪犯是从背后将少女和腰抱住，少女可用自己的头顶猛烈撞击罪犯的下巴，这种向上冲击的力量一般可达50—100斤，有时可使罪犯下颌骨折，或舌头、口腔粘膜被牙齿刺破。如果不成，可用头猛撞罪犯的心脏部位，有时可使罪犯受到窒息性打击。

假如罪犯拦腰抱住少女，而少女的两手还可以活动，即可以竭尽全力抓住罪犯的头发，头发会成为日后破案的重要依据。此时，保持贞操和保全生命比“害羞”更要紧。少女可伺机死死抓住罪犯的阴囊，阴囊内有睾丸，对痛觉十分敏感，是男性最顾忌的地方，足以使罪犯叫饶。也可折伤罪犯挺起的阴茎，使高度充血的阴茎水肿或蔫软。也可扭头咬住罪犯的手臂。

如果罪犯一手捂住少女的嘴，一手抱腰，少女的嘴应尽量突然用力向指端摆动。同时拼命张开嘴巴，死死咬住手指，十指连心，疼痛可能使罪犯中止犯罪。要尽量咬出血来，有血就有了破案依据。

上面这些自卫措施，并不能保证制止罪犯犯罪，如果有脱逃的机会要赶紧脱逃。

有时罪犯是从正面上来的，他们一般以“调情”开始，以某些下流的语言和动作来调戏少女。此时，少女应善于使用缓兵之计，以求等来前后的过路人；也可以把罪犯引诱到足以使自己能脱身的环境；还可以恫吓罪犯：“我认识你，你是派出所‘挂了号’的！”“要想人不知，除非己莫为。”“你逃脱不了法律的制裁！”等等。

少女在僻静处走路应该瞻前顾后，虽然罪犯以突袭的方式出现的较多，但也有鬼鬼祟祟在路边踱步的。若能及早发现，便可及早避开，或另辟蹊径，或退回原路，或尽快躲进有人的住所。当罪犯追踪而来时，要呼救，要抗争，也要注意留下罪犯的罪证。要注意罪犯的年龄、口音、身高、胖瘦、脸型、发型与面部、手、身体裸露部的生理标记，如疤痕、痣等等，这些对破案有所帮助。

罪犯胁迫少女的目的，大多是为满足其兽欲。罪犯的冒险、凶残，说明其兽欲已达到难以自控的程度。

少女一旦被罪犯摔倒，一般很难脱身。在这决定自己命运的关头，少女要做到镇定自若当然很难，但却必须尽可能保持头脑清醒，这是十分重要的。

罪犯如果要同少女亲吻，少女可以用计力图咬破他的舌头，如果犯罪带有凶器，可将凶器骗到手，必要时可用其自卫。

当少女已经面临最后一道防线将被冲破的局面，仍要寻找危机的好转，一般说来，如果没有配合，流氓犯罪是难以成功的，少女只要稍微移动一下臀部，罪犯就难以达到目的。只要这样坚持几分钟或十几分钟，罪犯就只能把兽性发泄在体外。此时，罪犯的身心极度疲劳，全身是松软的，少女可以乘机脱逃，现场将留下罪犯的证据。

最后，如果罪犯犯罪成功，少女应立即报案，切莫因害羞而隐瞒。同时，要协助专政机关采集罪犯的现场罪证，专政机关会替报案者保密的。

法网恢恢，疏而不漏。现代侦破手段足以使罪犯胆战心惊，只要少女能用理智和勇敢筑起一道道防线，任何犯罪分子都逃脱不了人民的法网。

遭遇强奸暴行时怎样自卫

强奸暴行，对女性威胁最大，造成后果最惨重。女性必须坚决自卫。

强奸案件一般多发生在夜间，地点多在僻静冷清、行人稀少的处所以及旷野丛林、路旁河边。也有胆大包天的色狼，破门入室对女性施加暴行。那么，遭遇强奸暴行时，又该怎样进行自卫呢？

1.沉着冷静，及时呼救。色狼若拦路强奸女性，总是选择单身女性。因此，女性应尽量避免只身行夜路，上下夜班必须经过僻静处所时，最好结伴而行，必要时应有人接送。如果是只身，可以绕行大路，躲开色狼经常出没、容易作案的地方。走夜路时，要保持高度的警惕，眼观六路、耳听八方，时时注意四周的动静，随时做好应急准备。一旦发觉有人尾随盯梢，鬼鬼祟祟，行为可疑，应立即引起警惕，尽量加快速度，与他拉大距离，逐渐甩掉他，不可轻易让他近身。如发现对方已暴露真面目，确属色狼，能逃离则跑开。难以逃脱时，就要大声呼救，可呼男人的名字。呼救是一种精神战术，对自己可减轻孤立无援的心理压力，对歹徒也可构成心理威慑力量。

2.临危不惧，奋力反抗。面对色狼的嚣张气焰，自己处在孤立无援时，也不必惊慌失措，恐惧万分。首先要在精神上不屈服，镇定自若，正气凛然，威慑色狼。女性都应知道，一个中青年妇女，只要身体健康，临危不惧，奋力反抗，一条色狼是很难得逞的。色狼之所以能够强奸妇女，很大程度上，是惊吓使女性丧失了反抗力的结果。因此，在色狼面前应学景阳岗上的武松，只有奋死搏斗，才能保护自己。当色狼已经近身，对付强奸暴行的主要形式就是奋力反抗，在无人相助的情况下，如果呼救还没能将色狼吓走，没有解除自己的威胁，那么，就只有与色狼进行殊死搏斗这唯一的一条路。色狼再凶残，可在实施犯罪时，其内心非常恐惧和焦虑，奋力反抗不仅能在心里上压倒色狼，也使犯罪行为能够受到反抗和阻止。色狼在实施犯罪时，第一个动机是要把女性摔倒，一般是用拳头猛击被害人的要害部位，以图把人击昏，或是用夹、抱等动作把女性摔倒。所以，女性要提防这一招，无论色狼是从迎面扑上来，还是从身背后冲上来，女性都应注意掌握身体的重心平衡，防止跌倒。如果当色狼还没有近身时，就应该面对色狼，握紧双拳，保护太阳穴和颈部等部位。当色狼夹住自己的头颈或拦腰抱住自己身体时，就要迅速地用拳头、手肘猛击罪犯的腰部或胸部，也可用力掰折其手指，或咬其手臂、胳膊不放。要看准时机，猛击对方的睾丸，使对方在剧痛中松开自己，从而得以脱身。当女性被摔倒以后，罪犯扑上身来的瞬间，就把收缩的腿猛力向对方的头部、胸部或下腹部（特别是阴囊）上踏踹，力求将对方踹倒。有的罪犯流氓成性，很会玩弄女性，强奸女性时，往往先触及女性性感部位，如亲吻，抚摸乳房和性器官，以引起女性生理刺激，削弱反抗能力，使其罪行

得逞。因此，在同强奸犯搏斗时，女性要注意保护好自己的性感部位，尽量不让对方触及。

3. 看准时机，狠击致命处。当罪犯实施强奸暴行时，女性在奋力反抗中，要看准时机，对罪犯的薄弱环节进行痛击，打掉对方的嚣张气焰，使自己由被动变为主动，这是战胜强奸暴行，保护自己的重要手段。罪犯在实施强奸暴行时，有两个部位最为薄弱；一是脸部，一是小腹。罪犯强奸女性时，往往与女性的脸靠得很近。这时，女性可乘机抠其眼睛，狠击鼻子。如若强行亲吻时，则可猛咬罪犯的唇与舌。这样打击罪犯的薄弱处，不仅使罪犯失去进攻能力，还可以在日后破案时提供有力证据。痛击罪犯的小腹，尤其是猛击对方的睾丸，能使其四肢无力，昏迷乃至死亡。所以，女性在与强奸罪犯搏斗过程中，特别注意对方的致命处，利用机会抓住罪犯的睾丸，用力紧捏，使罪犯立即产生剧烈的疼痛，无力再实施犯罪行为了。

4. 琢磨对策，巧斗智取。对付强奸暴行，当然要勇敢地搏斗，努力战胜对方。但是，女性体力毕竟比男性弱，有时硬拼也难以解脱自己，就应动脑筋，琢磨良策，巧斗智取，战胜对方。有个流氓深夜闯进一位姑娘卧室，姑娘只身一人在家，流氓便象饿狼般地扑到姑娘身上，企图强奸。这时，姑娘却没被这条色狼吓倒，她一面拼搏，一面想对策，于是，一个智斗方案在她脑海中形成。她装作顺从的样子，对流氓说：“你放开我，让我小便后再……”流氓以为姑娘顺从了，便放开她，姑娘装作到床下取便盆，其实，床下放着一袋准备粉刷房子的石灰。她立即抓了一大把，迅速地站起身来，冷不防地洒在流氓的眼睛上，对方惨叫一声，疼得在地上打滚，姑娘乘机将他捆绑起来，然后报告派出所，抓住了这个流氓强奸犯。可见，智斗往往是女性对付强奸暴行的一种好办法。

在同强奸暴行搏斗的，有的女性不敢正当防卫，思想有顾虑，怕把对方打死，要负法律责任。我国刑法第 20 条规定：“为了使国家、财产公共利益、本人或者他人的人身制止不法侵害的和其他权利免受正在进行的不法侵害，而采取的行为，对不法侵害人造成损害的，属于正当防卫，不负刑事责任。”这就告诉女性，在反抗强奸暴行时打伤致死罪犯，是正当防卫，不负任何法律责任。因此，女性应大胆地同强奸罪犯斗争，勇敢地进行正当防卫，保护自己不受到伤害。

#### 受到虐待时怎样自卫

家庭，本是人们享受天伦之乐的基地。家庭成员之间，也本应互敬互爱，体贴关怀，平等相处，谱写家庭的幸福曲。可是，在有的家庭中却没有爱的阳光，女性便成了凌辱、折磨、歧视的对象；或是丈夫虐待妻子，或是公婆虐待儿媳，或是儿媳虐待婆母，或是继父母虐待前女儿……家庭成员间的平等关系被打碎了，女性的人身权利受到了侵害。对此，作为女性又该怎么办呢？

逆来顺受，并不能把自己从虐待的苦海中挣脱出来，相反，会被对方视为软弱可欺，更加变本加厉地折磨自己。

轻生寻短更不可取。人的生命是宝贵的，应该为国家和人民而献身。仅仅因为忍受不了虐待，使自己从痛苦中解脱出来而走上绝路，毫无价值地葬送自己，岂不太可惜了吗！

在我们今天的社会里，女性只要敢于进行正确地自卫，是完全可以战胜虐待，求得真正的平等地位。

1. 劝导说服。不论受到丈夫、公婆，还是儿媳、继父母的虐待，都要首先做对方的工作。寻找一个适当时机，在对方平心气和时，推心置腹地谈心，交换意见，听取对方对自己的批评。如果自己确有过错，则应向对方深刻检讨，努力改正，消除对方的不满，虐待自然就不会发生了。如果责任并不在自己身上，完全由于对方对自己的排斥、嫉恨，则应对对方进行耐心他说服开导工作，严肃地指出，虐待家庭成员，不仅仅是社会道德所不允，也是一种违法行为。凡是真正想建立一个和睦幸福的家庭，获得别人对自己的尊敬和爱慕的人，都应树立高尚的家庭道德观念，消除自己虐待家庭成员的行为。经过动之以情，晓之以理地劝导说服，会使有的虐待者开始认识自己的错误，觉悟起来，停止时家庭成员的虐待，平等、友爱地对待所有的家庭成员，使家庭恢复和睦气氛。

2. 组织帮助。经过自己的一番工作，并未使对方醒悟，仍继续对自己进行虐待时，请求组织上进行帮助，则是刻不容缓的了。可以请本单位的领导出面工作，也可请对方单位帮助。单位组织毕竟对职工有一定的约束力，它可以通过思想教育和组织措施，对职工虐待家庭成员的违法行为进行严肃处理，绝不允许职工在家胡作非为，不讲社会道德。组织的工作，也能使有的人或由于认识错误，或惧怕单位处分，而停止虐待家庭成员。

3. 亲友批评。每个人都有自己的亲友，有时亲友的话会比领导的话起作用，让亲友出面，批评教育虐待者，也是一种使对方停止虐待的好办法。受虐待的女性，可通过对方的亲友，做好虐待者的工作。

4. 法律保护。一切工作都未能使对方转变，虐待愈演愈烈，给自己的精神和肉体上造成严重后果，这时就必须及时运用法律这个锐利武器，保护自己，惩罚虐待者。我国婚姻法明确规定：“禁止家庭成员间的虐待和遗弃。”我国刑法第 260 条也规定：“虐待家庭成员，情节恶劣的，处 2 年以下有期徒刑、拘役或者管制。”但要注意，虐待罪告诉才处理。受虐待者应主动向法院起诉，通过法律的制裁，来强行制止虐待者的违法行为，维护自己的人身权利。

5. 与其决裂。对于不知悔改，坚持虐待妻子的丈夫，尽早丢掉幻想，选择彻底摆脱痛苦的途径——离异，重新开始新的生活。离异虽然是痛苦的，但能和无情的丈夫决裂，从他的虐待暴行下解放出来，毕竟是上策。长期忍受丈夫的虐待，实际上是自己给自己判了无期徒刑。在丈夫的淫威下，女性只能充当丈夫的泄欲工具和生殖机器，失掉了人的尊严，失掉了夫妻间的平等地位，虐待的皮鞭每时都会抽打自己。这种屈辱的生活还有什么值得留恋？与其决裂，不正是女性的一种自卫吗？

#### 女子遭受性侵害怎样进行心理战术

1. 心理策略原则。女子遇到色狼不法侵害时，首先要在心理上压倒罪犯。据心理学和犯罪学家分析，相当多数妇女之所以被强奸，首先是被罪犯的气势汹汹所吓倒，手脚发软，噤若寒蝉，完全丧失了防卫能力，只好任其摆布。强奸的一个重要手段就是胁迫，有的罪犯是利用自己的干部子弟身份进行威吓，有的则是用自己是被害妇女的领导、师长或者握有其荣辱予夺的权力进行要挟，使妇女顾虑重重，不敢反抗。应当看到，任何罪犯作案都是色厉内荏的。不要看到罪犯张牙舞爪，厉声恫吓，气焰嚣张就害怕，其实他们内心都是虚弱的、恐慌的。罪犯一怕不能得逞，二怕被人发现，三还怕作案后受到法律制裁，但又存在着孤注一掷、以求一逞的侥幸心理。如果被侵犯的女

子被吓倒了，那么就正好助长了罪犯的这种侥幸心理，更加肆行无忌如果被害妇女坚强起来，勇敢地进行防卫，就能摧毁罪犯的侥幸心理，挫败罪犯的犯罪意图。被侵犯的妇女要树立这样一个信心：在现场，自己孤立无援，体力上也不如对方，但在全局的范围里，自己的斗争是正义的，是受到社会主义法制的保护和人民群众的支持的，罪犯的行为已经触犯刑法，一定逃脱不了法律的制裁。不管罪犯地位多高，“后台”多硬，在社会主义法制日益健全的今天，要想不受惩罚是不可能的。犯罪学家证明，一个健康的成年女子，对付一个单身的强奸犯，只要尽力搏斗，要免受强奸是完全可以做到的。所以，正当防卫的斗争是一定能够胜利的。这样来认识问题，进行正当防卫就有勇气和力量了。

2.心理战术的具体运用。当今美国著名心理学家洛雷博士的研究成果表明，由于心理不平衡而导致犯强奸罪的男性，他们大致上可分为四大类型：自我肯定型、自我型、愤怒型、虐待狂型。女性若能够了解其固有特征，懂得一旦遇到袭击时，采取适当的技法，就能在魔爪下逃生。

自我肯定型：这类强奸犯可能是性无能，袭击女性的目的不是想伤害对方，而是希望从而获得控制的权力；他们计划如何强奸，事后却感到内疚，怀有罪恶感。受害者可以用说话博取他们的同情，引起其男性保护弱小的心理，就有可能逃脱而免遭其害。

自我型：他们在心目中早已把强奸的行为合理化，希望从这种暴行中证明自己具有无上男性的控制权力。他们不喜欢女性，视异性为性欲发泄的工具。受害者在既不能逃跑，又难于反抗的时候，最好尝试鼓励强奸者谈谈他自己，让他证明自己是一个有血有肉的人，与你在多方面也有共同点，以期唤醒他的“人性”。

愤怒型：他们对女性十分憎恨，视强奸为泄愤的方法，藉以惩罚女性，令她们受伤。他们以前很可能曾被某一个女性所伤害，便把怨气转移到其他无辜者的身上。受害者应该尝试逗他们说心中的愤恨，又可以诈作昏倒、呕吐，令对方有机会冷静下来，产生恻隐之心。

虐待狂型：他们袭击的对象可以是陌生人，也可能是朋友，目的要使受害者身心皆受创伤，其内心强大的欲念与野心幻想，界限根本就分不清楚。不论受害者对他们服从或反抗，都会遭受到暴力对待，所以最好尽量找机会逃跑，跑得越快越好。

#### 女性值夜班怎样安全防范

在性犯罪案中，犯罪分子常把单独值班的女性作为攻击目标，这是因为女性独自值夜班缺少外援，受害人往往又缺乏防范意识，使犯罪分子有机可乘。那样，怎样才能确保安全呢？

1.您在值班室时要关窗锁门，即使天很热也要这么做，因为这是您确保安全的屏障。如果门窗敞开，犯罪分子窜入室内进行侵害时你就来不及反抗。您若有点事或者上厕所离开时可别忘了关窗锁门，因为犯罪分子常常会趁您不在时溜入潜伏，等您返回加以侵害。2.您在值班前要了解附近是否有其他值夜班或夜间巡逻的联防人员，如果有要记住他们值班室的电话号码，或与他们约好联络信号。如您单位附近有派出所、治安岗亭，您最好找到这些单位的电话号码，写在纸条上压在办公桌的玻璃板下，一有情况可以报警。

3.您在值班室内听到有人敲门，不要轻易去开门，先要问清楚来者是谁，您要断定此人对你不存在危险性才可开门让其进来，因为有的虽然是熟人但

也有可能是心怀不轨的罪犯。4.您发现罪犯在砸门窗企图闯进来,要保持镇静,一方面赶紧拿起电话报警,如果电话占线也不要慌乱,您可以拿起室内的热水瓶及其它容易发出声响的东西往地上砸,同时大声呼救,声音越大越好。您要有勇气,可以选择拖把等物作为自卫工具,一旦犯罪分子冲进来就与他搏斗,不要害怕。您这样做属正当防卫,受法律保护。当然,如果您是一位考虑周全的人,在值夜班前就准备好了自卫工具就更有效。

5.如果您单位附近经常发生侵害值班女性的性犯罪案,您应该向领导提出换班,即使两位女性值班也难保安全。

#### 女性集体宿舍怎样安全防范

近年来,犯罪分子袭击女生集体宿舍的案件越来越多。这些性犯罪案绝大多数发生在女中学生宿舍,而且主要是一些农村中学。这是因为,农村中学学生宿舍条件差,不符合安全防范的要求,大多又在城镇郊区,一到夜间人少僻静,给犯罪分子作案带来了方便。这类案件多发的另外一个原因,就是受害人不懂自我防范和正当防卫。有的女生宿舍住着八、九个人,可在犯罪分子持刀恐吓下竟不敢反抗甚至不敢大声呼救,听任犯罪分子施以强暴。那么,女生集体宿舍应该怎样注意安全呢?1.检查宿舍门窗是否损坏,如有损坏应报告学校有关领导及时修缮。2.晚上就寝前关好门窗,天最热也不可敞开门窗睡觉。

3.晚上上厕所不要一人去,最好约同伴一块去。如果厕所没有照明设备或已经损坏,必须带着手电去,最好随身带一根木棍作为自卫工具。一旦遇上坏人,要竭尽全力呼救。

4.就寝后听见有人敲门,要问清楚是谁才决定开门。如果是陌生人绝对不要开门,不管他自称是谁的朋友,叫他白天再来;如听见有人砸门窗想闯进来,同室的同学一方面呼救,另一方面要利用室内所有可供搏击的东西,齐心协力准备反抗。

5.如果周末其他同学回家而您一人有事留下来,最好能到其他有人的宿舍去住。如一人独寝,格外要提高警惕,在您回宿舍就寝时,要留心门窗是否敞开,如果敞开着不要轻易进去,因为有可能犯罪分子正在等着您,您可以叫上一、二个男同学或女同学一并进去,这样更安全。

6.不论一人还是多人,在遇到犯罪分子侵害时不仅要大声呼救,而且要鼓起勇气与犯罪分子搏斗,要能忍耐痛苦。要记住,呼救和搏斗时间越长,就越有可能获得救援、摆脱困境。

7.同一宿舍的女生平时除了加强安全防范意识外,还可以进行一些演练。

上述安全措施也适用于女大学生宿舍、女工宿舍和单身宿舍。

#### 农村女青年怎样预防性侵害

近年来,农村性犯罪案有所增多,犯罪分子利用农村女青年需求工作、爱看录像和言情书刊、相信迷信治病等心理,采用诱奸手段侵害女青年。农村女青年除了要做好一般预防措施外,就当前来看,应当预防下面几种犯罪手段。1.以帮助找工作为借口进行诱奸。犯罪分子利用不少农村女青年急于离家到城里干活的心情,花言巧语,以帮助找活干将女青年骗到手,然后利用女青年社会经验缺乏的条件,寻机满足自己的兽欲。因此,如有进城干活愿望的女青年,在接受陌生男人的帮助时,要提高警惕,最好是通过政府部门介绍,或亲戚、朋友联系工作为好,千万不可盲目乱找,轻信陌生人的许

诺，更不能轻易随陌生男人到您所不熟悉的地方去。2.以迷信看病为手段进行强奸。不少犯罪分子利用个别女青年相信迷信治病的心理，寻找种种借口，胡说女青年已患上不治之症进行恐吓，然后摆出只有通过“阴阳结合”才能治疗的姿态。女青年往往在恐慌之中就范。所以，相信迷信的女青年要千万引起警惕，迷信看病纯粹是骗人的鬼把戏，最好的防范是消除迷信思想、相信科学。

3.以淫秽书刊、录像等进行诱奸。农村相对较闭塞，农村女青年因为文化水平普遍偏低、社会阅历浅，往往对外面传来的东西感到新奇，缺乏正确的判断能力，有些犯罪分子便利用她们的这一弱点，引诱她们看淫秽录像、黄色书刊，以此手段进行诱奸。所以，爱热闹、爱看书刊录像的女青年要有警惕性。如果有不怀好意的男人拿低级下流的东西引诱您，首先要拒绝、斥责，并马上离开这种人。4.以合伙做生意为借口诱至外地强奸。不少农村女青年想发财致富但又苦于没有资金和门路，便四处打听，不法分子利用女青年这种心理，假称自己在外地有关系，愿意与女青年合伙做生意，女青年不知其中有诈，便欣然前往。一到外地，犯罪分子便寻机强奸。这类案子近年来比较多见。我们奉劝想做生意的女青年多留点神，不要盲目跟不了解底细的男人一块外出，特别是萍水相逢的陌生男人。

#### 怎样正确对待受辱女

如何正确对待被侮辱过的妇女呢？国外有位心理学家曾经治疗过各种年龄的被侮辱妇女，他认为，被侮辱妇女的心理创伤可分两个过程，在被侮辱后不久的几周至几个月内，是急性反应期。她们的反应有两种类型：（1）有的妇女表现为愤怒、恐惧、焦虑、不安，因此可出现哭笑无常甚至晕厥的症状。（2）也有的妇女外表沉默不言，但内心的情绪却十分激烈。不管哪一种类型，她们常常诉说喉紧，出不了气，肌肉紧张，松弛不了；不想吃；每每思及被侮辱的情景，便阵阵恶心，下身感到不适。

急性反应期过后，逐渐进入“心理重整过程”，这时期持续较长（几月或几年后可以过去），主要是恶梦与恶魔；少数对性生活有惧怕感或不能顺利进行；个别还有性格上的变化。所有这些心理改变的严重程度，往往和发生事情的当时情况、既往遭遇、个人性格、有无反抗等等有一定关系。

根据医学心理学家的经验，对性生活反感的情况，只是在第一过程中多见，以后可以逐渐减少而至消失。关键是在男方对她的态度。如果对她爱抚，同情，无微不至地体贴，那么，这种心理创伤完全可以愈合并消除。反之，如果粗暴对待，冷酷无情，讥讽责骂，那么，伤痕可以加深，也许会变成难以愈合的永久性创伤。幸福的钥匙，就掌握在男方的手中。

要是她确实值得你爱，青年人，用你深深的爱去医治她的不幸吧，因为她是无辜的受害者。如果在新婚之夜知道你妻子以往的不幸，你应以男子汉宽广的情怀，甜蜜的爱意，给她以内心的温暖，擦去她心底的伤痕，去共同编织美好的未来。这才是真正的爱情。

#### 怎样面对暴徒

在夜深人静的时候，遇到了强盗，有两种选择：一种是抱住钱包，拼死反抗，结果可想而知，不仅失了钱财，还有可能危及生命。另一种选择是：主动地支出钱包，记住劫贼的特征，并立刻报警。

后一种选择无疑是明智的：也正因为如此，以打击犯罪为责的纽约市警察局，竟然公布一项资料，建议市民学习在四顾无援的情况下，如何被盗，

如何面对非礼的暴徒。譬如：

男人应立即拉开外套衣襟，露出上衣口袋，请抢匪过来拿或自己取出钱钞，交给抢匪。但千万不要在不先打开外套衣襟的情况伸手进去拿钱，以免对方误认为你在掏枪，而先将你撂倒。至于女人，最好自己将钱取出而不可让对方动手，以免进一步引起暴徒的非份之想。

他们又建议，当妇女遇到强暴时，可以将手指放进喉头，造成呕吐，甚至撒尿、拉屎，使对方看到恶心的东西，而失去兴趣。

警方更叮嘱、受害者应该做出受害的样子，不要表现得十分潇洒，更不可说：“要拿，全都给你。”说这样轻蔑的话，准会挨揍，因为即使是强盗，也有自尊，是要抢，不是被施舍。

上述的做法，是自救措施，并不是教人们做一个顺民、懦夫。面对不同的环境，应该有不同的做法：大敌当前，振臂一呼，是勇；韩信胯下忍辱，勾践卧薪尝胆，也是勇。

据说，伟大的革命家列宁，在十月革命期间，和卫兵坐在车上，在一处遭到强盗的围攻，卫兵刚要反抗，被列宁制止，交出汽车，手枪，钱款等。

不能说列宁贪生怕死，因为在当时，保住生命无疑是最重要的。留得青山在，不怕没柴烧。

所以，勇敢行为，应该对事情本身有利，孔子曾说：“暴虎冯河，死而无悔者，吾不与也！”意思是他并不赞同那空手搏虎和毫无凭借渡河的人，这种人的死，是毫无意义的。

在洛克菲勒早年时代，有一暴徒闯入他的办公室，直趋他的写字台，以拳猛击台面，并大发雷霆地说：“洛克菲勒，我恨你！我有绝好的理由恨你！”

那暴客恣意谩骂，历十分钟之久。办公室里的职员所得清清楚楚，料想洛克菲勒一定会操起黑水瓶向那闯入者掷去，或者吩咐管理员赶他出去。但是洛克菲勒并不这样。他把笔搁下，现出和善的神气，注视这位攻击者，那人愈暴躁，他便愈和善。

那来客被弄得莫名其妙，又在桌上击了几下，显然于事无补，然后觉得不好意思地站起来，向门口走去。当那门砰然阖上时，洛克菲勒把他的椅子拉近写字台，拾起笔杆，从刚才中断的地方继续下去。

显然，洛克菲勒以柔克刚的办法，制服了对方。在镇静中显示了勇气。这比两拳相向，无疑高明得多。

只知刚的人，难免被折；只有柔的人，到头来终是懦夫；只有那刚柔并济，以自己的理想为目标而在崎岖坎坷且多荆棘的人生道路上，以最恰当的方式来应对对方，才可能成为最后的成功者。

怎样进行防身自卫

为了对付歹徒的欺凌，掌握一定的自卫防身术是十分必要的。现将常见的紧急情况下的护身方法介绍如下：

1. 当被抓住领子时：当进攻者乘你不备之机抓住你的领子时（左手、左脚在前，右手握拳在右后方），你应右臂上绕，缠压住对方的左手臂，并尽力不让他解脱；左手迅速、准确地抓住他的手，用力扭转其手腕，右肘压住其左肘，反其关节，将其制服。

2. 当被抓住前襟时：当进攻者用右手抓住你左前襟时，你应左脚向前上步，左手下压由内侧向外格拨；右脚向进攻者的裆部踢去；同时，用右手掌猛击对方的左侧面部。

3.当手腕被抓住时，进攻者突然用左手抓住右手腕时，你的右手向右上方缠绕，并反抓住对方的左手腕：同时，左手立即按住其被反抓住的左手腕，身体跟进；两手用力将其左手腕扭转成反关节状态，将他制服。

4.当从后面被抱住双臂时：乘你不备，进攻者从背后拉住你双臂时，你应迅速弯曲双腿，使重心下降，并乘势抬起双肘，先解脱开来。解脱后，立即向右后转身，并抬起右脚，用脚跟向进攻者的左脚面上猛踩；并用右拳、右肘或手中之物，猛击进攻者的心窝。

5.当从后面被抓住双手时：进攻者乘你不备，从背后分别抓住你的左右手时，你应尽量用力先解脱一手，并迅速转到进攻者的背后，若对方抓住你手不放，应在转到他背后以后，将他两臂绞住，用膝盖顶撞他的后膝。

6.当从背后被扣锁喉咙时：进攻者突然从背后用右臂锁住你喉项，并用力向后拉压时，你要沉着应付，先使重心下降，而后猛向左转身，用左肘向对方的心窝部位顶撞。进攻者心窝被撞击后，必然有自我保护的动作反射，这时，你应趁机向左转身，用右拳击打其下颌。

7.当被两人从两侧抓住手腕时：当你遇到两个敌手，并从两侧分别抓住你手腕时，你应两臂向后再向上翻，反过来抓住两敌的手臂，将身一转，速抬起一腿向左敌腹部猛踢一脚，或用膝顶撞敌肩，然后再飞起另一脚向右敌的腹部或胸口踢去。

8.当前后受敌时：当前后都遇到袭击者，前面又被抓住前衣领时你应乘后面的人没有防备之际，突然飞起左脚，向后面人的颈项部位后踢一脚，紧接着把后踢的腿收回来，顺势向面前的攻击者的腹部蹬踢。

#### 怎样采用先麻痹后攻击的方法

直接采用硬拼的办法，被害人唯恐力不从心，因为犯罪分子是手持凶器，有准备有目的而来的，而被害人则处于无准备状态之中，被动应付。所以，被害人大多要先避其锋芒，用语言与其周旋，设置一个个圈套，让案犯上当中计，然后再紧紧抓住战机，重重地加以还击。这种圈套只能临时引开犯罪分子对自己密切监视，把注意力转移至其它的事物上，使其放松警惕性，甚至将手持的凶器放下。所有这些良好的反抗机会，被害者都应充分掌握。

被害人可具体设计以下圈套：当案犯闯入室内，面对被害人时，被害人可假装门口又有一个人进来，与其打招呼，或者使用眼色、表情等，案犯必定会回过头去观察。当他回头的瞬间，就是一次反抗机会。

案犯闯入家中的目的是为了抢劫财物，所以逼迫、威胁仅仅是一种手段，当他控制被害人后，紧接着就要进行抢劫了。抢劫先是从被害人身上开始，始搜衣袋、夺手表、项链和戒指，在搜索过程中，案犯距离被害人极近，眼睛、头部的要害部位就在眼前，这时，以迅雷不及掩耳之势拳击对方。

当案犯索要现金等物时，被害人可指示财物放置的箱柜，案犯自己去翻动箱柜时，必定放松对被害人的看管，这时被害人乘其不注意时，可猛力敲击他的后脑部。

有的案犯相当狡猾，自己不直接动手翻箱倒柜，而是逼迫被害人去取，这类案犯警惕性高，但也会有出现“漏洞”的时候，因为他们需要钱财的心情迫切，当被害人交给珍贵物品或现金之后，他们会迫不及待地前去抢夺，鉴赏该物的数量、真假等。这时，一般的抢劫犯会把注意力转移到“物”上来，趁他弯腰取物或捧在手中观察时，是被害人进攻的大好机会。

此外，还有当案犯跳窗、翻墙、从楼梯逃跑时，被害人可快速赶上将其

推倒，致其受伤，然后再将他生擒。

#### 面对罪犯怎样选择反抗时机

时机是在时间上出现的一丝空隙和机遇，时机的出现往往具有瞬时性和不重复性。俗话说：“机不可失，时不再来”，就是这个道理。时机一旦出现，我们就应设法抓住它，利用它。反抗时机的选择也一样，遭到抢劫的事主、被害人要及时选准和抓住有利时机进行反抗。

选择最佳的反抗时机，既能制止犯罪行为继续进行，又能保护自身的安全和财产安全，最佳的反抗时机因案件的不同、犯罪人的类型不同、环境条件不同、作案过程不同、作案人数不同而有所区别。一般说来，反抗时机存在于抢劫犯罪的整个过程中，从抢劫犯一闯入室内直到作案后逃离现场，都可能潜伏着一个反抗的时机。反抗时机的选择，还决定于被害人的主观认识。反抗的最佳时机往往是短暂的，比如，抢劫犯用刀威逼着您，您很难反抗，但当他的视线移向箱柜时，这一瞬间就是一次良好的反抗时机，您可乘机猛地打击他的手腕，致使刀落地，然后再与其搏斗。

反抗的最佳时机并不是犯罪分子“赐予”的，被害人在与案犯周旋过程中也可创造机会，想法使案犯失去戒心。比如抢劫犯指令索要某物时，被害人可以将东西拿来，放在地上，这时，犯罪分子见到索要的物品，就会迫不及待地弯腰伸手去拿，丧失对被害人看护的戒心，被害人乘机就可猛击抢劫犯头部，致使其昏厥就擒。被害人主动制造一些有利于反抗的时机这是被害人智慧和力量的体现，以智取胜当然是对付抢劫犯的上策，也是对付一切犯罪的上策。那么怎样在抢劫过程的不同阶段分别去寻找和把握反抗时机呢？

1. 案发最初阶段。这一阶段犯罪侵害刚刚显露，案犯处于逼近被害人的状态之中。在这一阶段中，被害人的反抗显得十分重要。因为案犯一闯入被害人家，总是怀着惧怕心理，同时，他摸不着事主的态度究竟如何，是竭力反抗还是束手就擒，是委曲求全还是大声呼救。一进入室内，他就试探着摸受害人的底，察颜观色；他先采用硬的手段来对付，若能镇得住被害人，之后的抢劫过程就顺利了。这一阶段，如果被害人获胜了，就可免遭侵害，制止住犯罪。反之，抢劫犯罪活动就会进一步升级。

2. 案发中间阶段。这一阶段是双方互相搏斗、扭打，一方制服另一方的阶段。这一阶段双方的搏斗可能会很激烈，犯罪分子遭被害人反抗时，要行凶伤人，而被害人则拼命反抗，只有当犯罪分子完全控制住被害人，消除障碍后，可能进行抢劫活动，达到犯罪的目的。如果被害人没有抵抗这一过程就明显缩短，直接进入第三阶段。

第二阶段的反抗时机也是很多的，尽管犯罪分子杀气腾腾、直扑而来，当他接近身体时，只要受害人掌握人体中的重要致命的穴位和脏器，就能处处找到反击的机会，将其击伤或击昏。

3. 案发最后阶段的反抗时机选择。这就是案犯抢劫财物，然后逃离现场的阶段。这一阶段中，由于被害人已被犯罪分子控制住（无论是通过暴力的形式，还是精神挟持的方式），他可随心所欲地翻动室内的箱柜、屉斗、衣袋等，或指令被害人交出金银饰品或现金。这一时刻犯罪分子暂时松懈了警惕，再加上抢劫目的物得到后，会得意忘形，放松对被害人的看管。这一过程，暴露出的反抗时机特别多。

#### 怎样借助室内物体进行防卫反抗

当犯罪分子侵入家庭时，事主正好在厨房做菜或正在干某项活计，手中

有工具（菜刀、斧头、棍棒、扫帚、拖把）的，就可直接利用它进行防卫反抗。也可用面粉、石灰或水泼向案犯的面部、眼睛，使其一时丧失视觉能力，失去控制，被害人就可乘机上前将他擒获。

手中没拿工具的，可一边退让，一边留意寻找家中可以防卫的物品，退至该物品附近时突然拿起自卫，如拿起花瓶就可砸，拿起扫帚可作反抗的工具等。

当被害人处于徒手状态中时，面对案犯挥刀逼近，事主可以室内的物体作为躲避的客体，如利用桌子与其周旋，或将陈设物体推倒，设置障碍，使案犯跌倒或碰伤，再瞅准有利时机进行有效的反击。遭受侵害时怎样进行语言反抗语言反抗是一种最常见的方法，语言反抗可以贯穿在抢劫犯罪的整个过程中。语言反抗还常与体力反抗同时运用。根据语言反抗的作用不同，可将其分为以下两种：1. 怒斥、痛骂、规劝性语言。这是针对案犯而言的，被害人出于对案犯强盗式行为的愤恨，同时也是为了保护自己，最初的反应往往是语言的反抗，即通过怒斥、痛骂的方式，对于初、偶犯可能会收到一定的效果，而对那些心狠手辣的惯犯、流窜犯则无济于是。被害人在怒斥、痛骂的同时，应加强心理防卫，渐步靠近家中易作自卫的工具放置处，寻找和选择反抗的有利时机。

规劝性语言大多是对熟悉的案犯而言的，如抢劫犯是事主的邻居、朋友、亲戚和其他熟人，这是完全可采用“软”的手段加以对付，规劝确是一种好方式。在大多数的场合，通过规劝可以卸下案犯的作案工具，停止犯罪行为，因为规劝大多是采用“晓之以理、动之以情”的方法，通过指出这种行为的违法性和法律的不可饶恕性，年青人应学好的榜样，以后的道路还长得很，如果需要钱用到我处借一些，也不是不可以的等等。熟悉的抢劫犯假如犯罪恶意不浓，作案的过程又属突发的，被事主规劝教育后很有可能放弃作案的打算。2. 大声呼救。如果说怒斥、痛骂、规劝针对案犯而言，那么大声呼救则是对四邻、过往行人而发生的警报，连续的呼救声，可以惊动四周的人，引来周围人的救援，对此，案犯也会感到惧怕。

#### 怎样面对欲行凶的熟悉案犯

熟人作案也有其更为凶狠的一面，对于这一点我们要清楚地认识到，正因为案犯与被害人熟悉，案发后，他们怕被害人告发，如果败露作案过程，自己会受到法律的制裁，因此，索性一不做、二不休，来一个杀人灭口。这是熟人作案的普遍心理，在实际案例中也是常见的。

如果您遇见熟人入室抢劫，面对已经暴露出凶残面目，并且手持凶器向您扑来时，您应竭尽全力避其锋芒，看准时机进行有力的反抗、猛击，置其于死地也属正当防卫的范畴。在这种情况下，硬拼不是上策，特别是当被害人的体力明显负于对方时，应抓住机会逃出门外，或躲进卫生间、厨房间内，将门关牢，然后大声呼喊求援。对于熟人作案，重要的不是依靠自己的体力将案犯擒获，这样做实在太冒危险，得不偿失，而是应想方设法离开现场，摆脱案犯的控制和威胁。只要被害人的生命安全保住了，案犯也就插翅难逃了，公安机关会按被害人的指控立即逮住犯罪分子。

#### 怎样在案犯身上留下暗记

细心、机智的被害人趁案犯不注意时，会悄悄地在其身上留下暗记，暗记有留在身体上的，也有留在其衣服上的。留在身体上的如将案犯的皮肤抓破，凑巧现场上有墨水、油印泥、颜料、漆、石灰等，悄悄地将它们涂在案

犯的身上或者衣服上。涂在身上的保留时间不会太久，案发后应立即核查，留在衣服上的暗记的机会相对就多了，而且留记时案犯也是不知不觉的。在其衣袋中放入细小的物品，是稻谷粒、纸团、钢笔、药片等也是作暗记的另一种方式。作案后，犯罪分子也很难发现和注意到它的存在或为什么会存在。将其衣服撕破也是留暗记的一种方法。

上述是在犯罪分子身上、衣服上留下暗记，是外加的一种破坏。暗记随着犯罪分子逃离现场而被带走，保留在犯罪分子那里。与之相反，另一种暗记的形式是从犯罪分子身体，衣服上取下来，如抓头发时留下犯罪分子的头发，抓伤后留下他的血迹，或者故意让犯罪分子接触光滑的物体，如箱子、屉斗、杯子、台板等，让其留下指掌印痕。从其衣服上可撕下纽扣、衣服的碎片等，这些从案犯那里得到的无疑是一个个证据材料，在甄别、认定犯罪分子时将会起到重大的作用。

#### 怎样进行特殊报警

在抢劫案件中，最常用报警方法是大声呼救。但有时因被害人居住偏僻，或夜深行人稀少，大声呼救起不到应有的作用。在这种情况下，可采用以下两种特殊报警办法：1. 夜间利用光亮报警。光亮是所有犯罪分子所最忌讳的。他们大多选择在夜间作案，即使在白天作案，有些抢劫犯惯用黑布蒙脸来隐蔽自己。犯罪分子最忌讳的东西，往往也就是被害人最值得利用的东西，借助它可以对付犯罪分子。如果遇到夜间抢劫，被害人惊醒后应迅速拉亮电灯，一方面可借光看清抢劫犯的面目，认识他的特征，另一方面在漆黑的夜里，突然亮起了灯，吸引视觉的效果比白天强上几倍。如果此时正遇上行人路过，下夜班的人或联防队员巡逻，会立即引起他们的警觉。光亮出现的同时，双方搏斗的身影通过光亮的照射会在窗户上映出来，联防队员或行人见此情景，可立即采取措施解救。反之，如果被害人不拉亮电灯，即使发出的呼救声被行人听到，在黑夜里，人们也无法及时判明这声音究竟从哪个家庭发出的，待辨明弄清后，可能为时已晚。2. 利用打碎物体发出响声报警。打碎物体的目的也在于引起行人的注意，并使其清楚地感受到这一家庭正在遭受侵害。除了呼叫外的另一种声音，那就是物体的碰撞、碎裂所发出的声音。被害人可采用将柜橱推倒、打碎玻璃、陶瓷器皿，将物体砸向玻璃窗等办法，这种行为所造成的巨大响声不但会引起更多的行人注意，而且还会惊动楼上楼下、前后左右的住户，邻居大多会开门察看，探清噪声的发源地，以便解救被害家庭。

#### 怎样防止老年人的意外事故

由于老年人体力差，活动不灵便，身体协调功能衰退，不易维持平衡。并且，由于视觉听觉方面的迟钝，对危险环境和突发情况不易做出判断、反应和躲避，因此比较容易发生跌倒、碰倒等意外。加之老年人内分泌和代谢功能的改变，以及饮食食量减小，蛋白质和各种维生素的摄入量受限，往往会出现不同程度的骨质疏松和肌肉萎缩。这使得骨骼和肌肉承受外力的能力降低。又由于不少老年人还患有血压偏高、动脉血管硬化等疾病，因此当跌倒和磕碰时，就容易发生骨折、外伤、中风、偏瘫等意外。所以，如何防止这些类意外事故的发生，对老年人来说十分重要。

1. 老年人发生意外有些是在家中。因此有老人的家庭，各居室的家具应力求简单、实用，尽可能靠墙摆放，同时也不要轻易改变位置。夜尿频繁的老人可在床边放置尿壶，缩小老人夜间的活动范围，以减少磕碰或摔倒。有

条件的家庭在老人常活动的场所最好能铺设地毯或地毡，一旦摔倒，也可减轻受伤程度。

2. 久病或长期卧床的老人，起床时的起身动作要慢，因为起身动作过快过猛会使脑内血量相对减少，造成暂时性脑贫血；出现头晕、眼花、心慌，容易跌倒。老人落座时不要猛然坐下；久坐后也不宜猛然起身、拔腿便走，应缓缓站起在原地站立片刻再走。洗脸、漱口都最好坐着，要单腿站立穿脱鞋袜。由下蹲姿势到站起来更应缓慢，且应站立一会再走。要尽量少做低头弯腰动作。

3. 老人还应注意回头不要过猛，因猛回头时会因椎动脉受压变细或因颈部交感神经受刺激而导致脑血管痉挛。这两种情况都会造成脑部供血量减少和脑血管血液流速减慢。轻者可发生暂时性脑缺血，出现眩晕、恶心、呕吐、眼震、复视、耳鸣、四肢轻瘫等症状，甚至有一侧身体感觉障碍、强迫头部和倾倒发作；而重者可形成椎动脉脑血栓，血栓形成的一侧共济失调，面部痛感消失，有的出现偏瘫。尤其是有高血压、动脉硬化、高血脂症、颈椎病、颈椎骨质增生等症的患者，应切记颈部活动时速度要慢、时间要短、强度要小。

4. 老人洗澡时应注意水温不要过高，时间不能太长。长时间在热汽和热水中沐浴容易引起脑供血不足而致虚脱。此外饱餐后和饥饿时都不宜洗澡。因进餐后随着胰岛素分泌可导致循环血量的急剧下降，引起餐后低血压，如立刻运动或洗澡，易发生意外。而饿着肚子洗澡则易出现低血糖性休克。一旦在洗澡时出现头晕，应选通风处迅速平卧，并使头部稍低，若能喝杯糖水则可加速缓解。心脏病患者不宜洗盆塘浴，即便洗时也应注意不要把胸以上的部位浸在水中。浴室的地面和浴盆通常较滑，易滑倒而造成头颅、肋骨、肢体骨折和内脏损伤。因此，在洗浴和穿脱衣物时要把住扶手、栏杆或坐凳。如系家庭浴池，可以在池边地面铺垫子或厚浴巾防滑。行动不便的老人，要有家人帮助洗浴。

5. 老年人因神经系统反应迟钝及牙齿不健全，在吃饭时易被呛甚至发生食道异物，如假牙、枣核、鱼刺等被卡在食道。因此老人吃饭时要细嚼慢咽，不要赶时间，也不要边吃边谈笑。

6. 老年人的不测也有很多是发生在外出时。老人外出，首先要注意交通安全。要了解并遵守交通规则。行走要走便道，横穿马路要走斑马线，不要着急赶路。因老人动作迟缓，一旦遇到紧急情况，往往避之不及，造成严重后果。其次，老人外出时宜随身携带拐杖。手杖着地的一端最好装有防滑的橡皮头。驼背或四肢关节欠灵活的老人，可用手推小车辅助行走，防止在外行走时跌碰致伤。一般情况下，老人不宜单独出门，无论是散步或是远距离外出，最好有家属陪同或结伴而行。有冠心病的老人出门应随身携带急救药品，以备发病时服用；在衣袋里，应备有自己的病情卡，写明自己的姓名、住址、电话、工作单位、病情、病史及急救药物的服用方法，以便于旁人的救助和通知家人。

#### 怎样防止老年人跌倒

老年人跌倒除了由于路面不平、失足绊倒的外界因素外，许多是自身机体的衰老和疾病所引起，所以情况比较复杂，不能等闲视之，也不要急于把他们轻率鲁莽地扶起，以免带来严重的不良后果。

见老人跌倒，可先让他就地平卧并呼唤一下，看他有无反应，神智是否

清醒。如果反应迟钝，或神智不清，可能是急性脑血管病变，需立即送医院救治，以减少生命危险。

对神智清醒的老人，可询问其有何不适。有些老人诉说头晕眼花，这可能是心血管疾病引起的脑贫血。通常平卧一会儿后头晕就会好转。但起身时应注意缓慢而行，先坐起上半身，无昏晕感觉后再慢慢扶立起来试步行走。还需提醒这些老人，以后在夜间或早晨起床时仍需注意，切勿急速一蹴而起，以防一时性脑供血不足而昏倒。并且可以长期服用一些改善血液循环的药物，如丹参片等。

有诉说四肢局部疼痛的，应考虑到是否有骨折。因为老年人骨质疏松，跌倒后特别容易发生骨折。所以在扶起前先让他自行活动一下四肢，如果感到活动困难，疼痛剧烈，那绝对不要勉强辅以外力促使其活动，否则会使损伤更为严重。怀疑上肢骨折时，可将患肢在原位用棍棒固定，再扶送医院。老年人骨折以股骨颈尤为多见，所以当其诉说臀部疼痛和不能站立时需加警惕。这种情况应该用硬板床、凳将老人抬送医院作检查诊治。

若老人平日步态不稳，举足缓慢，行走拖沓前冲，经常发生跌倒，别误以为年老了总是如此，听之任之，不以为然。这些现象常与脑部病变有关，如动脉硬化、帕金森氏症、小脑或前额叶病等。所以早些往医院查明原因，在及时进行正确的治疗后，常可获得明显好转，或至少可以制止和延缓病情发展。

老人的生活环境布置，要注意简略、安全，地面须平坦，无障碍物，以避免跌倒而招致意外。

#### 老年人运动怎样注意安全

1. 做好健康检查。老年人从事运动前应请医生做一次健康检查，听取医生对允许参加何种激烈程度运动的意见。

2. 锻炼项目选择合理。对老年人来说，选择锻炼项目应以比较缓慢柔和，不过分激烈，能使全身得到活动，活动量容易调节掌握以及易学又兴趣较浓的为宜。

3. 运动负荷科学适量。一般认为，老年人安全的负荷可用心率掌握，一般可用本人最高心率 60~70% 左右，50 岁 102~120 次；55 岁 100~116 次；60 岁 96~112 次；65 岁 93~109 次；70 岁 90~105 次左右。当然，体质好者可酌情，而体弱者还可酌减。

4. 良好的生活规律。老年人在从事健康活动时，保持自己的良好的生活节律，做到起居有常，睡眠充分，劳逸结合，可保持良好体力，防止由于过分劳累而发生危险的可能。

5. 注意自我控制。为了安全，老年人在健身锻炼中应力戒争强好胜，老年人锻炼应按本人体质条件科学进行，不要和别人争一高低而去进行自己力所不能及的运动。不要过分激动，老年人运动时情绪如果过分激动往往容易发生心血管意外诱发，因此，不宜进行较激烈的运动竞赛，而应以娱乐健身为主，锻炼时心平气和，愉快从容。注意调节呼吸，老年人锻炼时要保持呼吸顺畅自然，切忌憋气屏息，因为这样往往容易诱发脑中风。选好锻炼地点，由于老年人反应较慢，锻炼不应在人来人往之处，而应选择空气清新，地面平坦的草地林间，随时注意危险信号，如感觉胸痛、胸闷、头昏眼花、心律失常等时，应立即停止运动，以防意外。

#### 高处干活怎样注意防护

1.爬梯子、爬树或登上高处工作，安全之道是遵守爬山运动家的三点固定法：经常用两手一足或两足一手去攀附，且须抓牢或蹬稳坚固支点才可移动手、足。

2.使用木梯子前，须检查横档有否破裂腐朽，接合处有否松动。四脚梯或伸缩梯如有拉绳，还要检查绳子是否结实。

3.竹梯通常不髹漆，闲置已久或用了很多年的，会遭虫蛀坏，使用前要检查清楚。

4.木梯子涂清漆防朽较好，用油漆则可能遮盖日渐扩大的裂隙或腐朽处。

5.竖起梯子时，梯脚与垂直面的距离应为梯子高度的  $1/3$  至  $1/4$ 。例如6米长的梯子，梯脚应距离墙壁或大树 1.5~2 米。摆得太近，爬上梯子时可能往后倒；摆得太远，梯脚可能往后滑。

6.倘若竖于硬地，用两叠砖头或大袋水泥顶住梯脚。最好再找人扶稳梯子。

7.在梯子上工作（例如髹漆）时，不要探身向一侧，应先搬动梯子才工作。

8.胸部以上最少要有 3 条横档，才有可供随时抓牢的地方。

9.不要提重物爬上梯子，应该先用绳子绑好，爬上梯子站稳后，再吊升重物。

10.在屋顶工作时，应该利用勾住屋脊的屋顶梯或爬板。天沟并不稳固，不要踏在上面。

11.梯子也不要靠在天沟。可用撑条使梯子靠稳在一堵墙上。

12.如工作时要频频左右移动。例如更换天沟、嵌填砖缝等，应租用脚手架，或者使用两架四脚梯，在两梯之间搁一两块厚木板。

13.木板应搁在横档上，不要搁在梯顶。这样重心较稳，万一站不稳，也可抓住梯顶而不致跌倒。两架四脚梯顶之间系上两条金属水管作扶手，更加安全。

14.厚木板同时绑在横档和梯架上，以防滑动。

15.如果木板很久没用过，先试试是否坚固。在木板两端之下各放一块大木头，然后踏上木板中间跳几下，木板下弯太甚或嘎吱嘎吱地响，就不要用。

重物突然从高处落下时怎样防护

随着经济的好转，社会主义建设蓬勃兴旺，许多城市中，在不停地兴建商业大楼、大饭店。由于人们习惯于这种情形，而毫不在乎地来往于建筑工地的下面。实际上这是一种很可怕的事情，只要您稍微想一下，就会感到害怕，因为上面随时都可能掉落下砖头等建筑材料或建筑工具，它们从天而降，而您又毫无防备，就必然会招致重大的事故。

但是，有的人可能会这样讲：“你这样说，我也不能总是看着上面走路呵。”我认为，您还是小心为好，为了您的安全您家庭的幸福，您还是应该多注意一点。当然，并非叫您每次走过建筑工地时，都要停下来，张大口朝上看看再行走，我的意思是要您养成一个习惯，在往返于建筑工地时，要间断地向上看一看，养成了这一习惯，万一从上面掉落下东西，您也能及时闪避，避免事故的发生。

闪开的方法是看上面掉下来的物体是大还是小，如上面掉下来的物体是小物件，如小砖头等，那只要侧身闪避就可以了。如掉下来的物体较大，侧

身是难以躲避，这时就要奋力向前跳跃，这种方法向前移的距离较大，所以即使是较大的物体掉落下来，也是可以闪避的。

#### 楼房阳台怎样设计才安全

阳台是封闭的钢筋混凝土住宅里唯一的开放空间，也是空气、风和光线最多的场所。所以对家庭来讲是晒东西和休息的最适合的场所，也是孩子们游戏的场所，它几乎起着庭院的作用，在这又高又窄的地方，如果和在庭院里一样进行活跃的活动，而防坠落措施又不得力，这就存在着危险因素。

阳台上防止坠落的关键是栏杆。可以说，栏杆做得安全与否决定了阳台是否安全。栏杆的安全条件应具备下列几点：

1. 栏杆的每米长度能承受 3000 公斤的力。

2. 栏杆高度由站人平面算起要大于 110 厘米。不论栏杆如何牢固，如果高度太低，人就可能越过去而坠落。从物理学的观点看，栏杆的高度应当高于人的重心。

3. 栏杆的竖间距要小于 11 厘米。有幼儿的家庭，除了应有的栏杆外，还应设置防止滑落的辅助栏杆，并对栏杆周围的所有空隙毫无遗漏地进行检查，从而采取安全措施。

4. 应做成竖向栏杆，以免儿童攀登。

#### 怎样安全使用阳台

楼房居民在使用阳台时要注意合理、安全，以免损坏房屋结构，破坏住宅的总体美。

1. 阳台不能超载使用。阳台底板的设计承载能力一般是 250 公斤/米<sup>2</sup>，具体概念是：每 1 平方米阳台面积的堆放量不要超过蜂窝煤 250 块、煤球 500 斤或砖 100 块。但是有的阳台堆放的物品超过了 250 公斤/米<sup>2</sup>，为什么也没有出现事故呢？这是因为设计时除了考虑载荷外，同时还考虑了可能的超载和施工、材料重量等因素，为了确保安全，在计算时乘以一定的安全系数。尽管如此，如果阳台上堆放的物品超过了设计承载能力，就会造成安全度降低，增加危险性。有些阳台正是由于超载使用，使阳台底板或梁发生裂缝，日久天长，水汽侵入，钢筋锈蚀，造成混凝土成块剥落，以致影响使用年限，导致事故发生。

2. 阳台养花要注意安全。利用阳台养花，既能美化阳台的造型，又有利于花草的生长。但是如果用花盆种植，花盆一定在栏板上，一定要放稳，再用绳系在栏板上，免得刮风或不小心而翻落伤人。吊在上面阳台上的花盆，吊得要牢固，绳子要有足够的强度，免得绳断掉落。

3. 阳台要注意整洁。存放物品时，要考虑整洁，不影响观瞻，以保持环境美。存放物品时只要不超过栏板的高度，即能保持阳台的整洁、美观。另外，堆放物品时，不要把东西乱放在栏杆边上，防止儿童由此攀上栏杆而跌落，最好堆放在靠墙的一边。

4. 不要利用阳台栏板吊运重物。吊运生活用煤应该利用设置在墙上的跳出型钢挂钩；吊运家具时应该采取临时措施。否则阳台栏板不堪重负，也会发生危险。

#### 怎样防止上下楼梯发主意外

随着住宅建设的飞速发展，我国城镇居民上下楼梯的机会越来越多，有些城市出现了不设电梯的七层甚至八层居民楼。人们上楼下楼时，稍有不慎，即会摔倒、跌倒而致伤亡。

楼梯事故的原因大致有三个：楼梯本身有问题；人为的伤害因素和人们自己的不当心。

楼梯台阶是奇数常常带有危险因素。楼梯每一个台阶在深度和高度上的任何变化都会使人摔倒，因为人们总是预料下一级和这一级是同样的。有些人上楼梯时常常喜欢抬脚仅仅刚过楼梯台阶一点点，有时会被松动的地毯或其他东西绊倒而失去平衡。有些地毯的图案使人眼花，植物图形或几何图形会使楼梯边缘模糊，因此，当你已经走到最后一级都未注意到。

许多居民喜欢在楼梯转弯处甚至台阶上堆放破烂杂物，有时一块木板或一个瓶盖也会使人滑倒。

不少住宅里的公用部位的电灯坏了没有人修理或者是干脆不装电灯，而黑暗的楼梯是最容易发生危险的。

即使楼梯本身是安全的，一个不很谨慎的人也可能小跑步上楼或下楼，这常常会引起麻烦。怀抱一大堆东西也可以使你的登楼梯时跌倒，因为一大堆东西使人看不见路面。

儿童们喜欢坐在楼梯上玩，家里养的猫和狗也喜欢在楼梯上找到一个温暖的角落，因此，上下楼梯时应注意台阶上的情况。

大部分从楼梯上摔下的，是为了下楼梯，特别是在楼梯的两头，因此，在开始下楼和结束的几级，人们得格外小心。许多事故是发生在人们忘记最后一级楼梯的时候。

裤腿太大，鞋跟过高，鞋底太滑，都是引起摔跤的原因。

寒冬腊月，在北方较寒冷的地带，户外台阶上的冰雪也常常引起下楼梯事故。

最后，切记在上下楼梯时要使用扶手，最好要养成习惯，这样，就可以避免一切较为严重的楼梯事故了！

#### 怎样防止室内滑倒

人的大部分时间是在住宅中度过的。除了在家中休息外，还要进行一些其它的活动，都得在地面上行走。如果地面打滑，行走困难，这是很危险的，容易摔倒，造成伤害。一个家庭妇女，在室内日行约4公里，所以这不得不引起人们的注意。

在地面上行走时也有很多容易使人绊倒的因素，例如房子里的地面高低不平，东西放置得乱七八糟，这都易将人绊倒。所以为了防止事故发生，必须采取必要的安全措施来加以预防。

1. 选择不打滑的地面。选择不打滑的地面说来容易，但实行起来并不简单。必须和人的活动联系起来考虑，在行走时，希望摩擦阻力有20公斤。从理论上讲，静摩擦力和动摩擦力的差值越大，防滑性能就越差，如表面坚硬的瓷砖、乙烯地面砖等。难以打滑的材料静摩擦力都比较大，但是在这种材料上行走时，一旦开始滑动，就会一滑不止。人的感觉非常敏锐，当脚下刚一感到打滑时，出于本能就会摇摆自己的身体寻找平衡。如果静摩擦力和动摩擦力差值过大，那么在未来来得及变换姿势之前，就已经摔倒了，特别是婴儿和老人更易摔倒。所以应该选择动摩擦力和静摩擦力差值小的材料，象地毯之类比较软的材料可以视作不打滑材料。

2. 选择能减少伤害的材料。一般说来，行走时绊到东西，就好象脚被挡住一样，身体倒向前方；打滑时摔倒则仰面朝天的较多。摔倒时都会碰到头部或身体的其它部位，也可能碰破头皮，造成骨折，有时同时引起其它疾病

而导致突发性死亡。所以在选择地面材料时要用能减少伤害的材料，使跌倒时有缓冲以减少冲击力。象花岗岩、大理石等天然岩石，或者浴室里常用的瓷砖以及水泥地面都是很危险的。要用较软的材料，如铺席子、地毯之类的软东西，这就比较安全。

3. 地板打蜡要适可而止。为了给人一种清新、舒适、美好的感觉，人们每天都把地板扫得干干净净。有的还在地板上打上蜡，使地板表面光亮，显得更加美观。但是用蜡过多，也会打滑。而且有趣的是，不论什么材料，凡是容易清扫的，都容易打滑。从实际观察来看，如果地板上有积水或污浊，就会起润滑作用，容易打滑。所以在经常积水的盥洗室、浴室里，应当选用表面凹凸不平的材料，可以防止打滑。

4. 尽量避免斜坡。使用同样地面材料时，在坡路上行走，更容易打滑。如果有老人和幼儿在家里，地面原则上不宜有坡道。处理地面之间高差最好用台阶比较安全。如果非设置坡道不可，则应选用特别缓的坡道，而且要用表面带凹凸的材料、以增大摩擦力起到防滑作用。

#### 怎样防止碰撞

1. 落下物和伤害。在住房外，有时候会从头上落下东西来，这一类落下物有大楼的窗玻璃、外面的瓷面砖；北部地区房檐还会落下冰棱角等；一些土房的泥土、房上的瓦也会意外地掉落下来。

在住宅里面天棚上的水泥砂浆或石灰抹灰层及其楼板上吊的重灯具等，有时也会掉下来。这些落下物如果碰到人体，在一瞬间给人体的某一部分施加很大的力——碰撞冲力，就会产生严重的伤害。

被落下物砸上后，人的受伤程度，除了因物体的重量、落下物落下高度不同而不同以外，也因落下物形状、硬度的不同而有很大差别。例如同重量的粘土块和有尖角的玻璃碎片，碰到头上时能量是一样的，但受伤的程度会极为悬殊。从人的方面来说，被打的部位不同，其后果也有很大差异。据估计，10 公斤左右的重物，由 3 米高处落下时，其破坏力可以使头盖骨伤裂，如果两、三倍于这个重量则将引起头盖内血肿或重度脑挫伤，这还未将由形状、硬度引起的破坏力考虑在内。所以从居民的安全出发，对那些可能落下的物体要作一定的估计，并要采取适当的安全措施，确保人身安全。

2. 灯具与天花板的危险性。提到住房内的落下物，直接接触到的有从天花板上掉下来的东西，如天花板上吊着的豪华枝形灯，就是很危险的。这种灯在 10~20 公斤左右，有的甚至更重。吊这样重的灯具对一般的天花板来说是吃不消的，要准备好相应的衬里材料。天花板的高度一般在 2.5 米左右，如果悬挂物在 10 公斤以下还属安全范围，但是玻璃灯具落下以后会破碎，依然非常危险。

用石灰、麻刀灰、水泥砂浆抹的天花板，比较普遍。这种装修多半用抹子直接抹到混凝土底子上或者板条上。有时因粘着力不好，经过三五年之后渐渐剥离而掉下。所以在住房里要经常检查，看看是否有危险存在，并及时进行处理。检查时可以用木槌一类东西轻轻敲打一下，如果装修的部分已经剥离重量是很大的。以水泥砂浆为例，一般抹 1.8 厘米厚，每平方米重为 36 公斤，白灰麻刀灰的重量也大体相同。而且这些东西掉下来时，形状也是七棱八角的，容易使人受重伤。条件许可的话，最好不要采取这些材料装修天花板。如果采用木板、胶合板、甘蔗板、石膏板等类，则可以保证安全。在板上再贴壁纸或装饰后，十分美观。伸出屋外檐头的抹灰层因为暴露在外，

比起室内的剥离得更快，同样要引起重视。

3. 齐额高处是危险的部位。当住宅狭小时，往往会伴随着日常生活的种种活动而发生碰撞事故。

人走路时最容易碰到的头部位置是额角。只限于比身高矮一点，比眼睛高一点的一个很狭的范围。突出物如果比眼睛低，一般都被眼睛发现，以本能的反射就可以避开。一般成年人眼高是身高的  $12/13$ ，利用这个数值对任何人都可概略算出危险区。

在住宅内部，凡是在这个范围内伸出的突出物，都有撞头的可能性。例如厨房的蒸汽罩子或中厨的下缘，敞开的或者突出的窗子，还有门窗的上框等，都是非注意不可的。

经常可发现，为了容易够到蒸汽罩子和吊厨，而把其安装位置放得很低。由于人的身高不同就有可能进入上述危险范围。特别是烹调时精神和视线都集中在锅灶上，最容易发生事故。头部容易碰到门框上缘，年轻人占多数。这大概是年轻人喜欢挺胸抬头，而又常常疏忽大意所致。一般在设计时已经考虑了这些因素，但受材料规格的限制，不可能使之适合每一个人。所以除个人注意外，对于容易碰上的地方，可以采取一些别的措施。如在可能发生碰撞或者已经撞碰过的部位装上缓冲性的软垫，以减弱冲击力。还可以在容易受害的梯楼上部的水平构件和危险的突出构件下做上大的警告标记。只要在设计上动动脑筋，事故是可以防止的。

4. 房间物品的放置注意事项。为了使房间布置得漂亮、舒适，人们可能花费了很大的精力，可在布置房间时，是否考虑了它的安全性呢？

对于比较窄而又高的橱子，放置时最好朝墙边倾斜，可以将前面的两支橱脚垫高一些，有的橱子门不好拉开，得使很大劲，如果放置得不好，就会有拉倒的危险。

不要在高处放置易碎的东西或装有危险品如酸碱之类的瓶子，如果放得不恰当，拿东西时不小心被带下来，东西摔了不说，还有可能砸伤自己。特别是小孩，应避免让他们登高拿东西。这些东西最好放在低处或偏僻的地方。

对于家具的选择也很重要，如果桌子、椅子的棱角很锐利，幼儿比较矮，就有碰到的危险，摔倒时也会撞上。有幼儿的家庭，其家具应当避免有突出的棱，并尽可能采用木质的。如果采用带棱角的家具时，应当把这一部分用布或纸保护起来。将要摔倒时怎样进行自我保护人在跑步或进行各种运动时，雨雪天道路泥泞时，偶尔会不慎摔倒，轻者摔破皮肤，重者也可能骨折或内伤。那么，您在将要摔倒时，怎样进行自我保护，而不致于摔成重伤呢？

在将要摔倒时，不管是倒向哪个方向，也不管是以什么姿势摔倒，您都要立即以迅速的运作，屈肘，收回上臂、前臂和手紧抱胸前，尽量低头，使身体尽可能团成一个球状，这样，让肌肉较为发达的肩部、背部着地，顺势就地滚翻，则能起到缓冲作用，不会使着地部位撞力过大而损伤过重。可保护头部勿使受伤，也可避免腹部重要器管如肝、脾受到强烈振动而损伤。也可减少前臂猛然撑地时暴力造成的骨折。当人体从高处落下时，用前脚掌着地，同时屈膝，可使重力缓冲，避免腿的骨折和对大脑的振动。

一般来说，当猛然摔倒时，常惊慌失措，您若懂得怎样保护自己，迅速行动，还是可以起到一定作用的。另外，千万不要背着两手，更不要用双手叉裤兜行走或跑步，否则摔倒时将措手不及。

怎样避免跌倒损伤

1. 当你从高楼上下来时，假如不慎突然从楼梯上跌落下来，怎么办？此刻最重要的是要保持头脑清醒，采取“弓圆身体跌倒法”。具体要领是，迅速把一只手挥起，作从上往下投球的姿势倒下，拉紧颈部弓圆身体，使整个身体圆圆滚下去。滚了一圈后，旋即把脸转向侧面，贴在肩膀上，这样，身体就会侧向一侧，产生“刹力效应”，防止身体一直滚落下去。经验证明，采取这种“跌倒法”，可以避免重大伤害。

2. 坐在靠背椅上，由于意外原因，突然失去平衡，身体和椅子一起向后仰倒时，不慎撞着后脑部而致重伤的例子，时有所闻。当你也遇到这种情形时，关键是要避免伤着后脑部。要领就是：看青自己的肚脐倒下。还要记住，如果使自己的两脚象芭蕾舞演员的脚尖般伸直，就能立即起身。

3. 走在马路上，突然一辆超速行驶的汽车向你迎面冲来时，怎么办？在此千钧一发之际，首先，要在刹那间向前挺出一边的肩膀，争取与来车擦身而过。即使不能完全闪开而被撞倒，也可望在被撞坠地时先肩膀落地，伤害就会减到最低限度。我们在电视剧中经常看到，当车子迫在眉睫，无论如何不能闪避时，干脆使劲向前跳跃起来。如此，即使被车子撞上，也可能逃过死关而只负重伤。

4. 在大城市里，住宅楼阳台上摆满花盆，而且建筑工地比比皆是。过路人被空中跌落的花盆和砖头、钢筋、铁锤之类的杂物砸伤的事故不少。当你从高楼住宅和建筑工地下面走过时，要避免被空中抛物砸伤，最简单有效的办法，就是养成“眼睛向上”的习惯。就是说，走路时要不断往上看。这样，万一有东西掉下来，就能及时躲闪。如果落下来的物体很大，又无法避开时，就要采取“向前跌倒术”，即奋力向前方跳去。由于此招跳跃的距离较远，完全可以躲避重大落物的伤害。

#### 怎样防止割伤

淘气的孩子爱活动，玩耍时免不了出现一些蹭伤或割伤。在家庭环境中不仅仅是孩子，就是大人，也会在意想不到的时候出现割伤。住宅里发生的割伤多半是由金属或玻璃引起的。

我们环顾一下室内，建筑五金、电器用具、窗玻璃、房间内门、家具厨门、镜子、灯泡以及各种器皿和食具等，都是金属和玻璃制造的。稍不小心就会造成割伤。

金属引起的割伤在多数情况下，与其说是使用不当，还不如说是制造的原因。所以准备住进新房子的人，应当尽可能地选择可靠的用品，从而使家庭变得更加安全。也可以根据条件动手改造，减少危险。比如，在铝合金窗的端部或者拉手的内侧有没有割手的东西？再如洗手槽或窗台上为了流水而设置的不锈钢的端部，是不是都圆滑整齐？这些都需要仔细检查。

由玻璃引起的割伤和由金属引起的多少有些不同。一般说来，玻璃在正常的使用情况下不会出现锐利的状态。不论是窗子玻璃，还是家具厨门的玻璃，都镶在框子里面，平时是很安全的。在家居的厨房或大楼的门扇上虽然有不带框的玻璃扇，但它们的四边都磨得很好，均处于安全状态。可以认为玻璃引起的割伤是伴随着玻璃的破碎而发生的。

为了防止由玻璃破裂引起的割伤，增加玻璃厚度是行之有效的办法。在厚度方面当然是愈厚愈不易破裂。住宅使用的普通玻璃为3毫米厚，看来是显得薄些。由于铝合金的推广，在中高层住宅里受强风压力的部位越来越多，为了安全起见，所用的玻璃也应逐渐增厚才行。厚玻璃不但不易破碎，对隔

音也有一定的作用。

不易破碎的玻璃分为“钢化玻璃”、“夹层玻璃”、“夹丝玻璃”等多种。这些玻璃在防盗方面也有一定作用。

为了防止玻璃破裂，首先要区分一下在住宅里哪些是容易碰撞的地方，哪些是不易碰撞的地方。在碰撞可能性大的地方，原则上严禁使用落地大玻璃。如果非使用不可，则采用安全玻璃或者把玻璃尽可能地分成小块使用。其次，无防护措施的浴室里，使用大玻璃时，绝不可使用容易破裂的玻璃。因为浴室狭窄加上地板容易打滑，当身体失去平衡时，很难说不会碰到玻璃上。再次由于玻璃的镶嵌方式不同，破裂的程度也大不一样，如有可能应予以注意。尺寸不合时勉强镶入框内，表面上看来没什么，但实际上很容易破裂。

#### 怎样防止烫伤

烫伤在家庭里是经常发生的。我们知道开水洒在手上可引起烫伤，四、五个小时之内会火辣辣地疼痛，皮肤发红，过两、三天后发生脱皮，这是较轻的烫伤。严重者可能危及生命。

先谈谈温度和烫伤的关系。温度一般达 60 就能使皮肤发红，人感到火辣辣地痛。这种状况是一度烫伤。在 70 ~ 80 的温度下，烫伤后的第一天，所烫伤皮肤会起水泡，痊愈得很慢这种状况是二度烫伤。当温度达到 105 ~ 110 时，皮肤变色严重，属于重烫伤。如果温度再高些，就要伤及皮肤的深处。影响烫伤的程度除温度外，还有一个因素，这就是热源和皮肤接触的时间。如果感到烫马上就离开，症状可能会减轻；如果当衣服上洒上热水又来不及脱掉，热水接触皮肤时间较长，症状就严重些。

住宅里能够引起烫伤的热源到处可见。但在住宅中需要特别注意的还是暖气设备。烧煤的烤火用炉子一般都放在房子中间，其表面的温度可达 400 ~ 500 ，碰上就会引起严重烫伤。所以有幼儿的家庭都应买一个市场上出售的金属网子把它们围起来，以保证安全。住宅里供暖用的暖气包，管道几乎都是裸露的，表面温度有时高达 80 左右，这也是很危险的，可以用布包上。

为了远离热源，房间布置应当适当地宽敞通畅些。狭窄而又具有很多热源的厨房或浴室，是烫伤事故多发的场所，应时刻加以防在使用快速热水器时，有时候因为热水溢出而发慌，且热水温度高达 80 左右，很容易发生烫伤。近来有一种混合水栓的水嘴，能使热水和冷水在一个喷头里进行混合和调整，再由喷头喷出温度适当的热水。但是家庭使用时有时很难调好，往往突然喷出热水来，需要加以注意，不要被烫伤。还要引起注意的是，不论是热水水嘴还是混合水栓，凡是出热水的水嘴部是金属的，在放完热水之后的一段时间里仍然很热，有时在浴盆里不注意当脊背或臀部碰上时，也会烫得跳起来。

能够发生烫伤的热源很多，只要加以注意和防护，是能够防止烫伤事故发生的。体育活动中戳了手怎样处理打排球和打篮球时常常容易戳手。通常讲的戳手，是指手指关节的损伤。当手指伸直接球时，外力使手指关节的活动超出了正常生理范围，伤及了该关节的韧带和关节囊，疼痛加剧，关节囊损伤引起关节内积血及积液，使关节外表显得肿胀，手指处于半屈位。伤后次日，所伤关节周围的皮下有青紫出血斑痕。

手指关节轻度的戳伤，只要经过几天休息，同时进行按摩、热敷等治疗，

很容易恢复。如果伤情较重，出血肿胀，早期处理应以止血为主。手指伸直位，内衬棉花用绷带加压包扎，放在冰水中 15—20 分钟（或用冷水冲），再换干的棉花、绷带加压包扎于伸指位。有的用新鲜韭菜适量捣烂敷于患处，伤后 24 小时换一次，收效较好。48 小时以后可在伤处周围轻柔按摩，三天后可蘸药酒或白酒直接轻柔按摩患处。以后用推拿法治疗，效果较好。推拿疗法可以加强患处的血液循环，消肿止痛，促进恢复。

如果损伤时听到清脆响声，疑有关节脱位，韧带及肌腱断裂以及骨折等，应将手指伸直，内衬棉花用绷带包扎固定，及时送医院处理。

#### 怎样防止体育活动中发主阴囊挫伤

有些青少年在体育活动中不小心把阴囊撞伤了，心里很害怕，不知该怎么办，而且担心会不会给以后的生活留下什么不良的后果。

由于阴囊的皮肤薄、柔软、弹性好，在一般情况下，运动锻炼时不易受伤。阴囊内的睾丸等也因有阴囊的保护，损伤机会也较少。只有在参加骑马、自行车、体操、足球等运动时，由于摩擦、撞击等原因，才可造成阴囊的挫伤。这种挫伤大多为闭合性的阴囊挫伤，会出现一些疼痛、肿胀、青紫等症状，但程度较轻。经过休息，抬高阴囊和冷敷（伤后头 24 小时内）、热敷（伤后 24 小时后，有轻度血肿时）等治疗后，一般在 5—7 天内就可恢复。若挫伤较重，尤其足球运动员争球直接踢伤时，可出现阴囊血肿和鞘膜积血，但只要及时找医生治疗（一般采用非手术治疗，包括先冷敷，后热敷，抬高阴囊，应用抗炎药物预防感染等），也会逐渐痊愈。个别严重出血、化脓或因未及时治疗拖延而成为慢性鞘膜积血时，才需进行手术治疗，但也会很快痊愈的。

为了防止阴囊在运动中受伤，应该积极地采取一些预防措施：在参加足球、长跑、体操、骑马、骑自行车等项运动时，要带上兜带，以固定和保护阴囊。踢足球时要避免粗野的动作。做单双杠练习时要循序渐进，掌握正确的技术动作，动作不要过急过猛。骑自行车时要选用合适柔软的坐垫，避免使用过硬的坐垫。

#### 公共设施中怎样自我防护

##### 1. 在浴池洗澡时的自我卫生防护。

要自带毛巾、浴巾、拖鞋，并尽量洗淋浴，不洗盆浴、池浴，女同志尤其要注意这一点。如需要修脚，应先观察一下浴池人员对修脚工具的卫生管理，是否为每位修脚的顾客更换洁净的修脚工具，然后决定是否修脚。这主要是为了防止传染上乙型肝炎。乙型肝炎病毒是经血液传播的。如果修脚工具上带有此病毒。在修脚过程中一旦发生擦伤、划伤，病毒就会从伤处进入血液。

##### 2. 在理发店理发时的自我卫生防护。

进入理发店之后，先观察该店的室内环境是否清洁，理发工具是否排列有序，毛巾、披巾是否洁净。如果店堂和用品脏乱不堪，那么该店的理发工具和用品的消毒十有八九做得不好，您也就不要在这种理发店理发了。

如果初步印象可以，那么还应进一步观察，理发员给顾客用的毛巾是不是从消毒箱中取出的，剃刀是否每客一换，然后再决定是否在该店理发。

当然，如果您没有充裕的选择时间，或者当地没有卫生条件好的理发店，那么您也可以“因陋就简”：只理发，不要洗头 and 刮胡子，以减少得传染病的机会。

### 3. 在旅店住宿时的自我卫生防护。

首先，在投宿时就要注意两点：（1）该旅店是否有卫生许可证。（2）该旅店的位置是否过于靠近交通干线（过近会受噪音干扰和车辆废气的污染）。

旅店人员为您安排了床位之后，要注意察看床上用品是否干净。如不干净或服务员未来得及更换，最好能征得服务员的同意，换上干净的床上用品。

如果您忘了携带毛巾、水杯、饭匙、拖鞋等日用品，那也最好不用公用的，可以从随身物品中选择代用品（如，用手帕暂作毛巾），或购买新的。

冬季时如果住在烧煤炉取暖的旅店，要注意察看烟筒接缝处是否漏气，房间是否安有风斗，以防煤气中毒。夏季如果住在安有空调器的房间，应注意房间内温湿度是否合适，是否有霉变味，是否有头晕、无力（在不劳累的情况下），憋闷的感觉，如有不适感觉，可能是空调器维修管理不善（比如，未及时更换滤膜），应请旅店人员调整。

## 第四编 安全防毒

### 怎样防止室内空气污染对人体的危害

所谓室内空气污染，是指住宅、学校、办公室以及公共场所等的环境污染。它不包括工厂的工作环境，由此，又称作非职业性室内空气污染。

国外有人对室内和室外的二氧化硫和二氧化氮污染物浓度对健康的影响作了研究，结果是，室内的二氧化氮浓度可高于或低于室外，其高低取决于污染源和通风情况。城市用电灶的家庭，室内的二氧化氮浓度小于室外；用煤气灶的家庭则大于室外。但是用煤气灶有通风设备的家庭又可小于室外。

室内空气污染物与室外相比，不仅在浓度上有差别，而且在污染物的种类上也不尽相同。室内污染物有些是和室外污染共同的，如一氧化碳、二氧化硫、颗粒性物质等，而有些则是室内所特有的，如香烟烟雾、烹调烟雾等。

本世纪以来，世界各国的呼吸道患病率在持续明显上升。过去认为与大气污染有关，但近年来的研究表明，大气污染只起 20% 的作用，主要致病因素还在于室内的空气污染，其中尤以吸烟为重要因素。每支卷烟可释放出苯并芘 20—1200 毫微克，如果人每天吸 20 支卷烟，吸入的苯并芘的量就超过了从大气污染严重地区吸入的苯并芘的量。世界卫生组织的统计资料表明，吸烟者比不吸烟者患肺癌的危险性高 10 倍左右。其中尤以吸烟年龄早、吸烟多，以及有慢性气管炎的人危险性更高。香烟的烟雾散发到室内空气中，还可使周围的人被动吸烟。

另外，室内氧的浓度常比室外高，其衰变的产物与空气中微粒结合后，对呼吸器官可产生危害。据估计，因不吸烟而患肺癌的人中有 10% 的人是氡的衰变物所致。

室内空气污染对人的心血管疾病的影响，也是值得人们重视的问题。北方某市的调查指出，冬季室内用无烟筒的煤炉者，一氧化碳中毒率高达 10.3%。南方各地调查，厨房内一氧化碳平均浓度在 14.80—21.39 毫克/立方米，已达危害健康的水平。冠心病患者如生活一氧化碳的环境中可诱发心肌梗塞，心绞痛及猝死。

吸烟者冠心病的死亡率比不吸烟者高 1—2 倍，这与纸烟中的尼古丁及一氧化碳有关。一氧化碳可使血红蛋白携氧能力下降，减少对心肌的供氧；尼古丁则刺激交感神经，促进肾上腺释放儿茶酚胺，增加血小板的粘滞度和血脂浓度，造成心律不齐、心率加速、血压升高，加重心脏负担。

特别应该指出的是，室内空气污染物对幼儿及老年人的危害较大。一方面是因为他们在室内活动的时间较多，另一方面是因为他们对有害物质的抵抗力较差。

总之，室内空气中含有许多不安全因素，常常是在人们不知不觉中引起疾病或使病情恶化。为了减少室内污染，应当经常保持室内通风，定期开窗换气，保持室内空气新鲜。厨房应当安装通风设备，尽量不用煤炉做饭和取暖，此外，在公共场所应当禁止吸烟，以免他人因被动吸入香烟烟雾而受到危害。

### 家庭装璜怎样防止化学制品对健康的危害

随着生活水平的提高，人们开始重视和讲究房间装璜，购置高档组合家具，或铺装地板革、化纤地毯、塑料壁纸。如果不能科学合理地使用各种化学制品，有可能产生对健康的危害，甚至发生中毒事故。

家用装璜材料多化学制品，在使用过程中释放多种污染物，主要有氯乙烯、苯、甲醛、铅等。有人测定，100平方厘米的胶合板，1小时可释放出3~18微克甲醛。一些装饰程度较高的房间，室内甲醛含量比室外高数十倍。低浓度甲醛可使皮肤过敏，引起咳嗽、多痰、失眠、头疼、恶心等。长期接触低浓度甲醛有患鼻咽癌的危险。聚氯乙烯塑料是氯乙烯单体聚合而成，聚合物中含有微量的氯乙烯，在使用过程中可释放出来，而氯乙烯是有毒的，是一种致癌物质。2-硝基丙烷被广泛用于防水涂料、树脂、粘接剂。2-硝基丙烷是一种易挥发性溶剂，具有较强的肝毒作用，美国报道，有8例2-硝基丙烷接触者因肝功能衰竭死亡。预防房间装璜材料危害的措施主要有：

1. 选择符合卫生要求的装饰材料，不要滥用工业用品装璜家庭。居室装饰应选用不含甲醛的材料，如乙烯壁纸。

2. 新购进家具和装饰程度较高的家庭，应经常开窗通风。如能闻到甲醛等刺激性气体时，应暂不住人。

3. 使用含有2-硝基丙烷的涂料装饰居室时，要特别注意通风换气，保证室内空气流通，等到挥发完方可住人。

4. 如果室内甲醛浓度过高时，也可用氨熏蒸，降低甲醛浓度。在室温27左右，熏蒸12小时以上即可消除。

#### 家庭怎样消毒

消毒就是利用物理或化学方法杀灭或除去病原微生物（包括细菌、病毒等一切可以引起疾病的病原体）。在日常生活中搞好家庭消毒，可以有效地防止传染病的发生。一旦发生传染病又可以防止在家庭中传染蔓延。

消毒分成发生传染病之前的预防性消毒和发生传染病之后的疫源地消毒两大类。

预防性消毒是指预防传染病的发生而对居室内的空气、地面、用具、食品、餐具、衣服、被褥等进行消毒。

疫源地消毒是指家里有了传染病人，又不能住进传染病医院需要在家里休养治疗时所进行的消毒。它又包括随时对病人的污染物进行消毒，叫随时消毒，以及病人痊愈、转院或死亡以后对病人的住室、用具进行一次彻底的消毒叫终末消毒。

消毒方法基本分两种，即物理消毒法和化学消毒法。

物理消毒法。家庭中可以使用的有机械、热力、光能三种方法。

1. 机械消毒。用机械方法去除物体表面上的病原体。

通风。通风是一种自然消除病原体的有效方法，此法可在短时间内减少室内空气中细菌和病毒数量，既经济又有效。此法不仅适用于平常净化室内空气，而且一些病原体比较脆弱的传染病，如水痘、麻疹、腮腺炎、流脑、流感等传染病，也可以通过通风达到消毒室内空气的目的。通风方法很多，如打开门窗、利用通风小窗、机械通风。通风一般需要30分钟以上。

清洗。清洗是平常广泛使用的简易消毒法，可有效地去掉油脂、灰尘，减少病原体数量。如用肥皂和流动水洗手、洗澡、洗衣服、洗水果和蔬菜等。如在清洗时加一些消毒剂，效果更好。为防止交叉感染，去医院探视病人或看病回到家里，应将外边的衣裤洗晒。

2. 热力消毒。用温度杀灭病原体的方法。

煮沸消毒。这种方法可使病原体的蛋白质迅速凝固而死亡。消毒时可将被消毒物放在锅内煮，一般煮沸后5—15分钟即可。煮沸消毒时应注意所

消毒物品必须耐热；消毒时间从煮沸后计算；被消毒物品必须全部浸入水中，一般不要超过容器的 3/4；整个消毒过程必须连续煮沸；玻璃、陶瓷等物品必须与凉水同时放入锅中，以免炸裂。煮沸消毒法适用于餐具、毛巾、手帕、小件衣服等。

蒸气消毒。蒸气的穿透力强，物品受热快，细菌在湿热的条件下吸收大量水分，因蛋白质凝固而死亡。尤其在高压情况下，消毒效果更彻底。包括流通蒸气消毒与高压蒸气消毒。流通蒸气即用普通蒸笼蒸，由于含水量多，导热快，穿透力强。流通蒸气消毒应从水煮开后蒸笼冒气始，维持 15—30 分钟，可作为一般传染病和病毒性肝炎污染的物品消毒用。

日常生活用品，如金属制品、玻璃用品、陶瓷、餐具、耐热衣服等均适用于流通蒸气消毒。应注意物品要在往锅中放冷水时一块放入。高压蒸气消毒系指用密封的容器，使产生较大的蒸气压力，温度随之升高，消毒效果更好。家庭用压力锅即可用来消毒用。待锅内达到一定压力后，小火维持 15—30 分钟，可达到灭菌消毒目的，适用于各种传染病的消毒。

高压蒸气消毒时应注意：不耐高温的物品不能进行消毒；高压锅内的冷空气应排净，当排气也冒出白色蒸气时再把减压阀放在排气孔上；减压阀自动抬起放出热蒸气时，开始计算时间，维持 15—30 分钟；锅内消毒物品不宜太多，排列不要过紧，物品之间要有一定空隙；达到消毒的时间后，等锅内压力降到 0 才能打开锅盖，以免发生危险。

焚烧消毒。利用火焰杀灭细菌等，被传染病人污染的书报和价值不高的物品、可燃的废弃物，可用焚烧办法消毒。被污染的金属工具可放在火焰上烧，达到消毒目的。

熨烫消毒。电熨斗的温度可达 200℃，不仅可使衣物整齐如新，还可以在 5—11 秒钟内杀死一般的细菌，经 50 秒钟可杀死肝炎病毒，并能消灭附着在衣服被褥上的虱和虱卵。

3. 日光消毒。太阳光中的紫外线。红外线和可见光线的协同作用可以杀菌。其中紫外线具有杀菌能力，红外线及可见光线可使被消毒物体发热、干燥，协助紫外线杀菌作用。

每年 6—8 月是日光消毒最好的时节，特别是中午前后，使被消毒物体曝晒 3 小时以上，可达消毒目的。

使用日光（或紫外线灯）消毒时应注意：紫外线没有穿透力，只能消毒表面。必须经常翻晒被消毒物体的各面。

日光消毒适用于衣服、被褥、粮食等物品。

家庭中常用的药物消毒方法有喷雾消毒、擦试消毒、浸泡消毒、撒布消毒、熏蒸消毒、混合消毒等。

1. 喷雾消毒。使用喷雾器，将消毒药品均匀喷洒在被污染的物品上，主要用于病家的墙壁、地面、家具、用具的消毒。

2. 擦试消毒。使用纱布、小毛巾或抹布浸蘸消毒药液后对需消毒物品进行擦试，待药液干燥后也可达到消毒目的。常用于对家具、陈列品、玩具、门把手等处的消毒。

3. 浸泡消毒。把被消毒物品浸泡在消毒液内，保持一定的消毒时间后取出，多用于餐饮用具、水果、蔬菜、衣服、纺织品、玩具等的消毒。

4. 撒布消毒。把消毒药粉或药液撒布或泼洒在要消毒的地方，多用于居室地面、厕所等场所的消毒。

5. 熏蒸消毒。利用某些消毒药物加热后可产生气体进行消毒，常用于房间、物体表面、衣服、纺织品的消毒。

6. 混合消毒。将消毒剂与被消毒品充分混合搅拌均匀，作用一定的时间进行消毒。多用于排泄物、分泌物的消毒。

化学消毒法。家庭常用化学消毒药物。

1. 漂白粉。白色粉末，具有强烈氯气味，常用 1% 澄清液、10—20% 乳液及干粉。

漂白粉可使有色织物退色，对金属有腐蚀作用；用漂白粉消毒呕吐物、排泄物一定要搅拌均匀；漂白粉对皮肤、气管、眼睛有刺激作用，使用时应注意。

2. 过氧乙酸。无色透明液体，有显著醋酸味，性质不稳定，能引起爆炸。一般用 1—5% 的溶液喷雾、擦试、浸泡法消毒，也可用原液放在容器内加热做熏蒸消毒。

高浓度过氧乙酸有强腐蚀性、刺激性，配制时不要溅在眼睛里、皮肤上。如溅上应立即用清水冲洗；贮存时应避光，现用现配；做喷雾或熏蒸消毒时应关闭门窗。

3. 酒精。无色透明液体，易挥发、易燃烧，一般用 75% 的浓度消毒皮肤、手指等，对肝炎病毒无杀灭作用。

餐具怎样消毒

餐具是吃饭的器皿，包括碗、筷、盘、勺、杯等，如果不注意卫生，也是重要的疾病传染媒介，不仅公共食堂、餐馆、饭店的餐具要消毒，家庭中的餐具也同样需要消毒。

家中的餐具应分开使用，每人都固定使用自己的一套，并且分开洗刷与放置。尤其是尚未实行分餐的家庭，就餐时一定要设立公筷、公勺。

餐具的消毒方法很多，常用的主要有物理法、化学法。

1. 物理消毒法。流动水冲洗可去掉大部分细菌；锅蒸水煮，将碗筷等餐具洗去食物残渣及油污后放锅内蒸或煮，餐具应在冷水时放入锅内，待水开后，再蒸煮 5~10 分钟即可；电子消毒碗柜消毒，电子消毒碗柜能产生大量臭氧，可杀灭病毒、细菌，达到消毒目的。

2. 化学法。配好消毒药液进行浸泡。常用的消毒药有：3% 的漂白粉溶液、3% 氯亚明溶液、0.5% 过氧乙酸溶液、84 消毒液、各种牌号的洗涤灵等均可用。但应注意，餐具必须洗干净泡到消毒液内；消毒液现用现配，浓度适宜，准确，能把餐具全部泡在药液里；浸泡时间要符合要求；浸泡完捞出来后，一定用自来水彻底冲洗，将药液全部冲洗掉。

如遇有传染病发生，餐具的消毒就更重要了。根据传染病的种类，应适当延长蒸煮的消毒时间及消毒药液的浓度。

怎样防止釉彩餐具的毒素

我国群众使用的餐具，主要有陶瓷制品和搪瓷制品两大类，而这两类餐具中，许多是涂有彩釉的。而釉彩餐具对人体健康是有影响的。

1. 陶瓷餐具。日常生活中使用的形状各异大小不同的陶瓷器，都是先采用经过精制的含有一定水分的泥料，以不同的成型方法制成坯体，然后入窑锻烧和彩饰加工而制成的。用来彩饰的物质有釉和釉彩两种。

釉就是陶瓷制品上的一层透明得象玻璃一样的物质。釉的原料和制作玻璃的某些原料很相似，主要有石英、长石、石灰石、高岭土等。在这些矿石

里都含有不同的化合物，如氧化物、氯化物、硝酸盐、碳酸盐和硅酸盐等，其中主要是二氧化硅。人们把这些原料加工粉碎成极细的粉末，按配方进行混合，用水搅拌，并加入一定量的氯化铵，使原料在水中呈悬浮状态，成为釉浆。然后采用浇、浸或喷的方法，将这种浆料施在陶瓷的坯胎上，再入窑锻烧。在窑内 1300 的高温上，釉和坯体熔融在一起，这样，润滑、悦目有光泽的陶制品就制成了。这种没有色彩的釉瓷品，称为“素瓷”。素瓷具有一定的硬度，不透水、不透气、耐酸碱和油脂的侵蚀，因而适合用作餐具、茶具、咖啡具、酒具和卫生用具等。

如果在素瓷的外壁上涂上彩釉或绘饰图案，再入窑经高温锻烧，就制成绚丽多姿的彩色陶瓷品，简称釉彩。如唐三彩、粉彩、五彩、古彩、洋彩、金彩、斗彩等等。

彩釉是通过在釉中加进作为着色剂的各种金属或金属氧化物而得到的。涂有彩釉的陶瓷品，经过烧炼后就会显示出不同的色彩。例如，釉中加进氧化铜产生红色；氧化锑产生黄色；氧化铁产生青色；氧化钴产生蓝色；氧化锰产生紫色；氧化铬产生绿色等等。如将这些金属氧化物互相配合，则得到色彩富丽的彩釉。

人们发现彩釉中含有铅、锑、镉、氟、砷等有毒成分，这些成分比较容易溶于醋、酒、盐、牛奶等食物中，特别容易溶于醋酸中。如果用釉彩陶瓷餐具盛放饮食，这些有毒成分就会随饮食进入人体，并且因为人体无法消化和排除而长期积累在肝、肾、胸、骨骼等组织内，引起慢性中毒，这种慢性中毒的症状一般是出汗、恶心、呕吐、腹痛等，严重的会出现血压增高、贫血及肝、脑损害等后果。国际有关卫生组织规定食用瓷器的铅溶出量不得超过 7ppm（在 20 的条件下将釉彩瓷器用 4% 醋酸浸泡一昼夜，然后取出试液检验，铅的溶出量不能超过 7%）。我国各瓷器生产厂家都以提高颜料的耐碱性、改进烤花窑的通风，选择适当的烤花温度等方法来降低铅溶出量。从有关部门抽样检测的结果来看，金属物的溶出量多数符合国际规定的标准。

在检测中，人们发现素瓷制品不含有毒的成分；釉中彩和釉下彩瓷器的金属溶出量极少，甚至不溶出；釉上彩的金属溶出量较多。

所谓釉上彩，就是在素瓷制品上进行彩绘，将彩釉涂在釉的上面。釉的彩瓷制品色彩无光泽，手感粗糙，多用于陈设瓷（如挂盘、瓷塑、壁饰等），少数的生活用瓷也有釉上彩。若选用釉上彩品种作为餐具，应先用醋酸加 10 倍的水煮二、三个小时，使铅等金属物溶出，以尽量减少有毒成分。使用时，应尽量少让酸性食物长时间地接触釉彩。

釉中彩，又叫“成瓷釉下贴花”，它是在釉上彩瓷的上面再施一层薄釉后，入窑中进行第二次锻烧而成的。因釉彩在素瓷上，透明釉之下，所以叫“釉中彩”。

釉下彩是将彩釉先绘饰在坯体上，然后再施一层透明釉覆盖上，入窑经 1300 高温锻烧而成。因釉彩图案在透明的下面，故名“釉下彩”。

釉中彩和釉下彩餐具，外观富有光泽，手感光润平滑。它们的面釉，是一种坚硬、结合极紧密的玻璃质，它不仅保护釉彩画面，而且具有耐酸、耐碱、耐磨、耐高温和防止有毒成分析出的作用。用素瓷、釉下彩、釉中彩瓷器作餐具是比较符合卫生标准的。2. 搪瓷餐具。将搪瓷釉搪涂在薄钢板上，经过高温锻烧后，就制成了搪瓷制品。它具有较好的机械性、抗腐蚀性、抗热性和化学稳定性，广泛地运用在日常生活方面。

瓷釉是搪瓷制品的保护层。它保护薄钢板坯体不受侵蚀，同时还起美化作用。搪瓷瓷釉的主要原料与陶瓷瓷釉基本一样，也是由石英、长石、石灰石、粘土等组成，只是它们的辅助原料有所不同。

制作搪瓷瓷釉，首先按配方将各种原料磨细，然后入窑经 1200 高温熔制成玻璃质的熔体。将这种熔体取出后，立即投入到水中，进行冷激处理，使之成为松脆的小块，最好经碾磨成为瓷釉浆。

瓷釉根据性能和用途不同，可分为底釉、面釉、色釉和边釉四种。底釉，又叫“引粉”，用来遮盖坯胎颜色；面釉是涂在底釉的表面，起着罩住底釉层和美化作用；色釉是用来涂绘花样和图案的；边釉是涂在制品边缘上的瓷釉。为了使面釉的透明质成为不透明质，以增加对坯胎的遮盖力，在生产时还要加入乳浊性原料，如氧化锑、氧化钛等。采用氧化锑作为乳浊性原料而制成的面釉，称为“锑釉”，用它搪涂在金属坯上制成的搪瓷制品，就叫做“锑搪瓷”。锑釉不耐酸侵蚀，在酸性食物的侵蚀下，就会分析出来，如被摄入人体，对健康是有害的。我国在六十年代以前制作的搪瓷餐具，多采用锑搪瓷。目前，锑釉已不允许用来搪涂食具器皿，只能用来搪涂洗涤用具。

采用氧化钛作为乳浊性原料而制成的面釉，称为“钛釉”，用它搪涂在金属坯上制成的搪瓷制品，就叫做“钛搪瓷”。由于钛釉耐酸性很强，而且没有毒性，六十年代起，我国搪瓷餐具普遍采用了钛搪瓷。

在选购搪瓷制品时，应如何区别锑搪瓷和钛搪瓷呢？只须观察一下制品背后的商标颜色：天蓝色的是锑搪瓷；蓝绿色或浅蓝色的是钛搪瓷。

人们为了使瓷釉能呈现出各种瑰丽色彩，以增加制品的美观性，在有些面釉中加入了金属氧化物（如氧化钴——蓝色、硫化镉——黄色、锑酸铅——奶黄色、硫硒化镉——红色等），制成色釉来绘饰图案，多绘饰在面盆、痰盂、茶盘等制品上，或者绘饰在餐具的外部。我国有关部门规定，在搪瓷的瓷釉中不得含有能溶于器皿所盛食物和饮料中，对人体有害的铅、锑化合物。如果您家里的搪瓷餐具的内面（即与食物接触的部分）饰有红花或黄花，则不可用来盛放食物，更不可盛放酸性食物。因为前者是采用硫硒化镉，后者是采用硫化镉来作着色剂的。它们的用量很少，虽然性能也较稳定并且肠道对它们的吸收也甚少，但是一旦摄入后排出体外过程很长，长期停留在体内会造成骨痛病，并对肝、肾有影响。

#### 怎样防止锡酒壶中毒

锡酒壶系锡铅合金（尚杂有少量其他金属）制成。含铅量 26.3 ~ 95% 不等。锡铅合金器皿中的铅与弱酸性的黄酒相遇时，以醋酸铅成分溶入酒内。在锡铅容器内盛放 3 小时的酒中，含铅量为 12.5 ~ 437.5 毫克/升；24 小时后可在 45 ~ 1750 毫克/升。若连续饮用这种铅量高的黄酒，就会引起铅中毒。

病人起初出现头晕失眠、多梦、记忆力减退、心慌、气短、乏力、关节肌肉酸痛、手脚发麻、便秘、食欲不振、腹部疼痛等症状。严重时出现恶心、呕吐和剧烈腹痛，发病时呻吟不止，辗转不安，大汗淋漓，痛不欲生，有的出现贫血、脸色灰白、肌肉震颤、握力减退。有的病人肝、肾功能受损、血压升高；少数尚可出现腕足下垂等麻痹现象，甚至发生谵语、抽搐和昏迷，虽经抢救脱险也可留下严重后遗症。

解救方法：采用依地酸二钠钙为病人作驱铅治疗。

《万病回春》记载，一妇人将烧酒放入锡壶内，经旬取服一小盅，即醉

闷不省，此铅中毒也。令以陈土搅水澄清。入甘草煎汤灌之，即醒。

#### 怎样防止紫铜火锅中毒

紫铜或黄铜火锅，如果长时间不用，空气中的水和气体便侵蚀它，火锅表面就会出现绿色铜锈。这种铜锈十分顽固，不经彻底涮洗和磨擦，不易连根铲除。一旦加热煮沸，这些铜锈便分解在食物中，随着食物送进胃肠而发生中毒。

中毒后可出现恶心、呕吐等症状。严重者可出现脱水、休克，如抢救不及，会造成死亡。此外，中毒者还可能因为铜锈直接刺激口腔、食道和肠粘膜，而使这些部位发生局部溃烂，产生灼痛感。有些中毒者还会出现溶血现象，发生尿血、黄疸、贫血等症状，后果严重。

紫铜火锅中毒，应立即用清水洗胃或用 1% 亚铁氰化钾（黄血盐）600 毫升洗胃，并可用牛乳、豆浆及蛋清保护胃粘膜，无腹泻者给予导泻。用依地酸二钠钙或二巯基丁酸钠，也可给予青霉胺解毒。

凡腹痛、腹泻，可给予解痉、止痛剂，并及时补液，维持水电解质平衡。

据《万病回春》载：

1. 误吞铜钱、铜物，多食核桃或荸荠，其铜自烂。
2. 误吞金银铜物等不能消化者，以砂仁浓煎汤服后其物自下。
3. 误吞麦芒、针刺、铜钱、杂鱼等骨硬在喉中及喉闭肿痛等急症，用白衣丸、乌贼鱼骨、白茯苓、砂仁、山豆根、甘草、僵蚕各 15 克、贯众、硼砂、珍珠、麝香、象牙、猪脑各少许。共研为末，正罗白面打糊丸如梧桐子大，用蚌哈粉为衣，阴干。每用酒或凉水浸化。频频咽服，另将一丸噙化，尤妙。

#### 怎样清除厨房里的油烟污染

人们往往为厨房里的油烟污染所困扰，特别是为沾在厨房纱窗上的灰尘和油垢而苦恼。这个问题不解决，对人们的身体健康也构成一定的威胁。如厨房产生的一氧化碳、氮氧化合物、可吸入的颗粒物以及某种化学致癌物质等，由于不能及时排出游荡在厨房的空气中，又如泄漏的煤气、液化石油气，其含量在空气中达到一定比例，还会引起火灾。此外，在单元楼房里，厨房的油烟还可进入其它房间，同样造成一定的污染。

怎样减少厨房里的油烟污染，首先，可在炉灶上方高约 80 厘米左右处（约为人站立呼吸带的位置），安装一个无动力的排烟罩，利用空气冷热交换的原理，将油烟直接排出室外，此种方法冬天效果最佳，原因是室内外温差较大。而夏天，由于室内外温差较小，效果就不那么理想了。此时，可打开窗户，让有害气体直接排出室外。其次，可在厨房的窗户上按装一台换气扇，并在窗外装一个百叶窗，不排烟时落下，以防风沙刮进厨房。如果将换气扇与排气罩一起用，并将换气扇安装在排气罩的出口，效果更好。厨房的纱窗应经常清洗，以保证厨房与外界的空气流通。清除纱窗上的油垢，最好是购买市场上的出售的去污力强、无毒、速效的厨房油垢清洗剂。使用的方法是，用温水溶解一定量的清洗剂，然后用直刷、旧牙刷或抹布沾上溶解液擦洗。如果能将纱窗卸下，在溶解液中泡上一两分钟，那么去污力会更强。另外，用洗洁精加清水，用一定温度和浓度的碱水等，也可刷洗掉纱窗上的油垢。

上述排污方法，一是比较麻烦，二是效果不甚理想。而较为理想的排污装置就是将油烟、尘埃经过吸附剂吸收掉，从而排出有害的气体。但该装置价格较贵，为此人们就设计出家用厨房电动抽油烟机，或称厨房空气保洁器。其构造比较简单，只装置在灶具的上方，利用电动机带动叶片旋转的原理，

通过排气孔，将有害气体排出室外。实践证明，这种排污装置的效果较好。

总之，为了您的健康长寿，请您选用一定的厨房排污装置。

### 怎样清洗瓷马桶

1. 人体排出的尿主要成分为尿素、磷酸盐、尿酸、马尿酸、无机硫、肌酸酐、肽等。其中尿素等排泄物很容易和水中的钙、镁等离子形成不溶于水的有机盐化合物，尿中的磷酸盐也易沉淀、结垢。这些物质的结合体也就是人们俗称的“尿碱”。其实“尿碱”不是碱，它主要是不溶于水的多种盐类。瓷马桶如无正确的清洗办法，时间越长，污垢越厚，不仅不卫生，臊臭味大，还会堵塞管道影响马桶的正常使用。

清洗瓷马桶时，人们习惯用铲刮、热水烫，效果都不理想；还有人用酸直接清洗，尽管强酸去污效果显著，但是酸的腐蚀性很大，对人的眼睛和呼吸器官有强烈的刺激性，稍不注意就烧伤衣物和皮肤，崭新的瓷面也被烧一片麻点，使“尿碱”结晶的速度加快，管道也易锈漏。如何用正确方法清洁瓷马桶，成了千家万户需要解决的问题。

北京朝阳区云峰清洁剂厂生产的卫生间清洁剂为广大用户解决了这一难题。该产品由多种助剂、溶剂、表面活性剂及部分酸复配而成。将马桶的水排放干净，把卫生间清洁剂液体喷洒在被清洁物表面，就能使“尿碱”中各种不溶于水的盐类发生化学变化，形成另外一种溶于水的物质，稍候用刷子或地拖擦洗即能达到去垢的效果，对人体、瓷面和管道均无腐蚀，不仅使瓷釉重放光泽，而且杀菌率在99%以上。

2. 瓷马桶的清洁度可以认为是每户人家卫生程度的标志。我家搬到新房已有6年半了，坐式瓷马桶仍像新的一样。我的清洗方法如下：每次洗衣机洗过衣服后，将外排的含洗衣粉的水冲洗马桶，同时用长约50厘米的自制小墩布擦，若还有脏的地方，撒些去污粉，用小墩布再擦。另外，在大便时，可先在马桶里放一张约30厘米的手纸，这样大便刚好排在手纸上，拉上箱后非常容易冲掉。建议不要用稀酸（盐酸、硫酸）洗马桶，因为酸会腐蚀瓷的表面，使表面粗糙，这样反而使瓷马桶脏得快。总之，每次使用瓷马桶后都要冲洗干净，只要勤冲洗，保持坐式瓷马桶的干净是非常容易的。

3. “塑料包装袋拖把”，是清洗坐式瓷马桶的“最优工具”。制作方法：取现市场商店常用包装茶点、衣物等的软质塑料袋，剪成15厘米左右，约需60—80根。红、蓝、白色均可，黄色不用。以白色为最好。把裁好的短带放整齐，在短带中点处绕以铁丝，扎2—3圈固定在长20厘米的小棒（或竹竿）顶端。然后将铁丝上方的短带部分返折下垂，与下方部分同长。在原铁丝固定处再加扎2—3圈铁丝，固定返折后的短塑料带。用二枚小钉子各钉在铁丝上、下方，使铁丝固定后不会发生移动，拖把便制成。此拖把的优点是：刷洗坐式瓷马桶内污垢彻底干净，最底部排水孔处也能以“拖把”顶端旋转清洗到。拖把经久耐用，稍晾即干，不留霉臭味。每周清洗一次即能保持马桶清洁雪白。

### 怎样尽量减少室内噪音

噪音能引起多种疾病，可极大地危害人体健康。长期受强噪音刺激，会引起听觉衰退，甚至耳聋。在噪声的干扰下，人们感到烦躁不安，容易疲乏，注意力不集中，它不仅影响人的工作效率，而且降低工作质量。噪音还会令人厌烦，影响睡眠，使人的深度睡眠减少，浅度睡眠增加，不利于脑力和体力疲劳的恢复。噪音对人的神经、心血管、消化、内分泌系统和免疫力方面

都有一定的影响，如使人的心跳加剧、血压增高、胃液分泌减少，肌肉紧缩、瞳孔扩大等，导致人们的体质衰弱，健康水平下降。

家庭噪声对孩子的影响是很大的，尤其是对孩子心理方面的影响更为严重。人们发现，在那些噪声较大的家庭，孩子的精力不太集中，做作业差错多、效率低，而且一遇到难题就烦躁，缺乏毅力。家庭噪声还会影响孩子的睡眠，使孩子入睡困难以及深度睡眠缩短。在经常播入高调音乐的家庭，孩子常常睡眠不足，烦躁不安。两岁以下的婴儿出现学话慢，好奇心差。长时间处于家庭噪声的环境中，会挫伤孩子的语言兴趣，而使孩子缺乏表达能力，并影响孩子的感觉和动作的发育。为了您和您的孩子有一个健康的身体和度过一个安逸舒适的夜晚，必须尽量减少室内噪音。

#### 1. 合理开启家用电器。

在选购家用电器时，要力求选择那些性能较好、噪音较低的电器；布置房间时，不要把几种家用电器都放在一个房间；卧室一般不宜安放声级过高的家用电器；在使用时尽量不要同时启用两件以上的家用电器，平时应尽量降低电视机、收音机的音量，只有高低适宜的音乐才能给人美的感受。

#### 2. 室内不宜大声喧哗。

据测定，轻声说话的音响为 40 分贝，普通说话声为 60~70 分贝，大声说话或吵闹可超过 85 分贝。80 分贝以上的声响如长时间存在，对人的身体健康十分有害。

#### 3. 室内光线宜柔和。

居室光线内切忌太明亮。室内光线太强或装饰得五光十色，会使人感到眼花缭乱而干扰人的中枢神经系统，导致精神紧张，心绪不宁，对噪音也就格外敏感。

#### 4. 家具要安放适中。

家庭中应选用木质家具，因木材纤维具有多孔的特性，能吸收声音，室内的家具也不宜过少或过多。过少了，声音可在室内引起共鸣回旋，产生很大的回音；过多了，显得拥挤不便，东碰西撞，增加响声。

#### 5. 门窗开启要固定。

门窗应经常维修，防止因关闭不严而使室外的噪音传入。窗户开启后应固定好，不能随风晃动，窗户上的玻璃要嵌牢，这样才能避免因震动而带来的响声。窗户应装上窗帘，以调节室内光线的强弱并阻挡、吸收室外的噪音。冬天可用厚薄双层窗帘，薄的可用纱料料子，以使室内光线减弱并趋柔和，内帘可用质厚、柔软的布料以保温、遮光和减弱噪音。夏天还可以用竹帘，塑料百叶窗，即可隔热，也可阻挡一部分噪音。

但是，尽管人们做了很大的努力，也只能减少室内的噪音，并不能完全阻断或使其消失。那些接触家电噪音较多的人应多吃一些维生素丰富的食物和瓜果、蔬菜。

#### 怎样使室内空气新鲜

室内空气污浊对人体健康十分有害，反映空气清洁的卫生指标主要有二氧化碳、空气微生物、人体气味和一氧化碳、可吸入颗粒物等。人在室内活动时，每小时可呼出 30~50 升二氧化碳，吸一支香烟要产生二氧化碳 2~3 升。当空气中二氧化碳浓度达到 0.2% 时使人感到空气污浊；达到 1% 时出现头昏头疼等不适症状。人体由呼吸排入环境的气体有 100 多种，对人体有害的有体臭、氨、病菌、病毒等。此外，来自香烟烟气、建筑材料、生活用品

用具、燃料燃烧放出的有毒有害气体有数百种。包括焦油、苯并(a)芘、甲醛、苯、氮氧化物、可吸入颗粒物等。

怎样使室内空气新鲜呢？

1. 保持室内空气流。经过实验和计算，要使室内空气中二氧化碳保持在0.1%以下时，每人每小时需要30立方米的新鲜空气。据此，室内换气次数应为每小时2—4次。一般住宅，室外有风和室内外温差较大时，换气次数可达3~6次。因此，只要定时开窗通风，不必担心室内空气污浊。

2. 居室采光时间每天不应少于3小时。众所周知，太阳光有消毒杀菌作用。阳光直射时，比较顽固的结核菌过不了半小时就会死亡。

3. 合理利用住房面积。符合最低卫生要求的住房容积应为人均20~25立方术，即房间高为2.8米时，人均住房面积不应小于9平方米。

4. 厨房安排排烟罩或抽油烟机，防止厨房空气污染物流入居室内。

5. 合理使用和妥善保管化学制品，防止其释入有害气体污染居室空气。

6. 室内养花不宜多，防止因植物吐故纳新造成室内空气中二氧化碳浓度过高。

7. 不要在居室内养鸟。

怎样巧除各种异味

1. 香烟味。若室内烟雾缭绕，可用蘸了醋的毛巾在室内挥动或点两支蜡烛，烟味即除。

2. 居室异味。室内空气污浊，可在灯泡上滴几滴香水或花露水，开灯后会散逸出阵阵清香，沁人心脾。

3. 油漆味。室内若有浓烈的油漆味，不妨在地板上放盆冷盐水，漆味可消除。

4. 厨房异味。在锅中放少许食醋加热蒸发，散逸灶房，异味即除。

5. 霉味。抽屉、衣柜里若有霉味，放一块肥皂，可防止和消除霉味。若书籍受潮变霉，可用软布蘸氨水轻轻擦试，并放在通风干燥处晾干。

6. 鱼腥味。炸鱼前，先把鱼浸入牛奶片刻，再炸，鱼腥味即除。

7. 猪油辣味。在盛油的器皿中，放入3片生萝卜，再放油，辣味即除。

8. 饭焦味。可将木炭灼烧10分钟，冷却放入碗中，将碗放入锅内，盖严，10分钟后，焦味即被炭吸附。或将8厘米长的葱插入烧焦的饭中，盖严锅盖，片刻即除。或将锅放在潮湿处，利用潮气驱除烟熏味。

9. 羊膻味。炖羊肉时，放3~4块钻有小洞的萝卜同煮，膻味即除。

10. 咸肉异味。煮咸肉时，放十几颗钻有许多小孔的胡桃同煮，异味即除。

11. 猪肉异味。炖猪肉或排骨汤时，在锅里加上几块桔子皮，可除异味和油腻感，且增加汤的鲜味。

12. 手上异味。用咖啡渣洗手可除大蒜味；用香菜搽手可除洋葱味；用盐搽手可除鱼腥味；用腊液洗手可除漂白粉味。

13. 咸汤变淡。汤做的太咸，既难喝又易引起口渴，可将大米或面粉装入小布袋中，缝好，置于锅中同煮，过一会，盐分由袋外的高渗区进入袋内的低渗内，部分盐分进入袋中，锅中咸汤即变淡。

14. 辣味。炒辣椒时加点醋，辣味大减。

15. 豆腐变酸。夏日发现豆腐表面有点酸化，可用50%的苏打溶液浸泡半小时，冲净，酸味即除。

16. 厕所异味，在厕所里喷洒几滴风油精或放一盒开盖的清凉油，异味即

除。

### 梅雨季节怎样防霉

梅雨季节时，物品极易生霉，惹人生厌，究其元凶，却是“霉菌”这小东西在作怪！“霉菌”到底是什么东西？它们是一些微小的生物，长期以来，广泛存在于世。既可利用它们为人类造福，又要预防它们危害人类健康。

到目前为止，已知的霉菌毒素有 100 种以上，根据毒性的不同，有人把霉菌毒素分为肝脏毒、肾脏毒、神毒、光过敏性物质及其它等 5 大类。有的霉菌毒素和黄曲霉毒素的毒性比氰化物还强 10 倍，且有致癌性。有的还可引起下一代畸形。

采取有效的防霉措施。是防止霉菌及其毒素污染食品的重要而关键的一环。防霉方法很多，简言之，主要应注意食品本身的水分含量，如粮食水分含量在 13%，花生仁水分含量在 8% 以下就比较安全；另外，贮藏地点应干燥、凉爽、通风，保持相对湿度在 70% 以下，温度在 10℃ 以下，一般是安全的。集中式仓贮食品应按不同品类的具体要求严格执行，如堆码应离墙离地，留有通风过道，防止漏雨飘雨等，并应逐步完善空调及吸潮等装置，以达到上述温度、湿度要求。还应做到入库食品的严格检查，已霉变或有霉变可疑征象的一律不准入库。库存食品应勤进快销，防止积压。城市居民应有计划地购买食品，不要贮存过久。农家则可于贮藏仓、柜中放置一些生石灰、干木炭等吸潮。多数霉菌的生长繁殖需要氧气，如能用塑料薄膜密封，并抽去其中的氧气，充入氮气，也有很好防霉效果。也可在专业技术人员指导下用药物灭菌防霉。无论用什么方法，都应勤检查，及时发现问题，切切实实做好仓贮管理工作。

销售单位一旦发现食品已经霉变，应迅速报告卫生防疫部门调查处理，切不可自作聪明，改头换面加工成另一品种出售。居民家贮食品因保管不善发生霉变后，最好不要食用，以免因小失大，危害健康。

### 怎样防止酒精中毒

乙醇，又称酒精。临床上主要用作消毒剂，以浓缩 70% 者，杀菌力最强。此外，乙醇为多种药物的良好溶媒，也是酞剂的赋形剂。

在各种酒类饮料中，乙醇为主要成分。饮入的乙醇 80% 为十二指肠及腔肠所吸收，其余由胃吸收。

乙醇吸收后，大部分在体内氧化成二氧化碳和水，少部分成为乙醛，仅 10% 左右在经肾、肺、唾液腺及汗腺排出体外。其氧化速度较慢，每小时约 10~15 毫升，肝脏功能不全时则氧化速度更慢。故而大量饮酒时，由于超出肌体的氧化速度，即发生蓄积而造成中毒。成人的乙醇中毒量，个体差异很大，一般为 75~80 毫升，其致死量约为 250~500 毫升。

急性乙醇中毒因人而异。中毒症状也各不相同。大致可分三期。

1. 兴奋期，当饮酒后，体内乙醇达 20~40 毫升时，眼部充血，颜面潮红或苍白、眩晕、欣快感、言语增多，有时粗鲁无理；容易感情用事，时悲时喜，时怒时温；有时谈话滔滔不绝，有时则安静入睡。

2. 共济失调期，当体内乙醇量达 50~100 毫升时，即可出现动作拙笨，步态蹒跚，语无伦次，且言语含糊不清等现象。

3. 昏睡期，进入体内乙醇量达 200 毫升以上时，即转入昏睡状态。这时面色苍白潮红，皮肤湿冷，口唇微紫，心跳加快，呈休克状态。同时，瞳散大，呼吸缓慢而带鼾音、呕吐、躁动；严重时大小便失禁、抽搐、昏迷，最

后发生呼吸衰竭。小儿饮入中毒量乙醇后，很快进入沉睡，不省人事。患有严重低血糖者，可发生惊厥、高热、休克、吸入性肺炎和颅内压升高等。

对轻度醉酒者，可使其静卧、保温，并给予浓茶或咖啡，促使醒酒。

对乙醇中毒者，应迅速催吐。中毒后短期内，可应用 1%碳酸氢钠溶液或 0.5%活性炭混悬液反复洗胃（也可用清水），并通过胃管内注入浓茶或咖啡。保暖；脱水时补液；低血压时用升压药物及其他抗休克疗法；烦躁不安，过度兴奋者，可用利眠宁；惊厥者可酌用安定或氯丙嗪等，但勿用吗啡及巴比妥类药物，以防加重呼吸抑制；脑水肿所致颅内压升高，可用脱水剂。

中毒严重者，可注射 50%葡萄糖液 100 毫升，并加入普通胰岛素 8~20 单位；同时肌肉注射维生素 B<sub>6</sub>、维生素 B<sub>1</sub> 及烟酸各 100 毫克，以加速乙醇在体内氧化，促使病人清醒。

昏迷者可用中枢兴奋剂，如苯甲酸钠咖啡因等。呼吸深度抑制时可用呼吸兴奋剂，如尼可刹米、回苏灵。

#### 怎样解救饮酒中毒

过年过节，切勿饮酒过量，以免引起急性酒精中毒。什么现象称为饮酒过量呢？饮者进入兴奋状态，面色发红（少数发白）、话多健谈，且带有头晕想睡觉，应到此为止；饮者动作笨拙、失去平衡、语无伦次、表现粗鲁无礼，则已经过量而接近危险了；如饮者已转入昏睡，面色苍白、脉搏加快、瞳孔放大，就完全进入了危险阶段，严重的会导致死亡。

喝醉了酒，一般昏睡几小时后，即可自愈。但因血管扩张，故要注意保温，以维持正常体温，以免染病。如果昏睡 8 小时以上应送医院就诊。酒后丧失吞咽功能，呈昏迷状态者应速送医院治疗。

饮酒时最好有牛奶、甜饮料、水果等同时食用，可减少醉酒现象。一般可用下列方法解酒：（1）蛋清、鲜牛奶、霜柿饼煎汤服用；（2）干桑椹加糖煎汤服用；（3）食醋 50 克、红糖 25 克、生姜 3 片煎汤服用；（4）利饮热咖啡，有镇静，强心、利尿作用；（5）喝热米汤，酒精遇到热米汤会凝聚，减少酒精吸收，防止其刺激胃壁；（6）将萝卜切丝加醋和糖凉拌食用。萝卜可解酒毒，醋与酒精生成酯，能减轻酒精对身体的作用。

#### 怎样预防煤气中毒

煤气中毒，也叫一氧化碳中毒。煤气是煤炭在没有充分燃烧时产生的，它是一种看不见闻不到的有毒气体。煤火不旺或快灭时，最容易产生煤气。如果屋子通风不好，人吸入了这种气体以后，它很快和血液里的血红蛋白结合（正常情况下，人吸入的氧气和血红蛋白结合，通过血液把氧气运到全身各组织器官，如果血红蛋白和煤气结合，它就不再和氧结合了），影响了氧气的吸入。在这种情况下，人们就会出现缺氧现象，产生头痛、头晕、恶心呕吐、四肢无力、呼吸困难、大小便失禁、瞳孔散大、昏迷不醒等症状，如果抢救不及时还会造成死亡。

#### 怎样预防煤气中毒？

1. 要注意通风。屋里生火炉、烧炕取暖时，不要把门窗糊得太严，要注意通风换气，在窗户上向外糊个“风斗”或留个通风孔。

2. 防止烟道堵塞和漏气。用炕炉或火墙取暖时，要经常检查烟道和烟囱，还要检查炕缝、火墙缝、如果漏烟，要抹好，烟灰要勤掏。免得堵塞，使煤气进屋里。

3. 白天用的取暖火炉，晚上最好搬到外面。在生炭火盆或用煤球炉、蜂

窝煤炉取暖时，一定要在屋外点好，等火着旺后再搬到屋里来，晚上睡觉前要搬到屋外去。同时还必须注意防火。

4. 取暖炉一定要装烟筒。在屋内用煤炉取暖时，一定要安装烟筒，烟筒接口要严。安装烟筒时应当注意风向，不要让风把煤气吹回室内。同时要经常检查烟筒，如有裂缝、破损的地方，要及时修补好。

5. 晚上睡觉时，最好不要封火。如果要封火，煤不要压得太多，防止把烟道堵死，发生中毒。

6. 同院邻居之间，每天早晚要互相照应。一旦发生中毒，可以及时发现，及时抢救。

万一有人发生了煤气中毒，应当赶快抢救。要把门窗打开，通风换气，并把病人抬到空气新鲜的地方，让病人平躺下，解开衣扣和裤带，盖好被子，防止着凉。对中毒较轻的病人，可以让他喝些浓茶、鲜萝卜汁和绿豆汤等。对呼吸衰竭或呼吸停止的病人，应当立即进行人工呼吸，还可以针灸，针灸时可刺入中、足三里、十宣等穴位。中毒严重的要立即送医院抢救治疗。

#### 怎样预防有机磷农药中毒

预防有机磷农药中毒要注意以下几点：

1. 妥善保管农药。农药要有专人保管，并放入木箱中，箱子要加锁。装农药的木箱子要放在可靠的地方，不可放在高处，以免箱子坠地摔破盛农药的瓶子，农药漏出发生危险。孕妇、乳母、未成年者和神经不正常者，不得保管农药。

2. 按规定配制农药。配制农药应按规定倍数加水，不可任意提高浓度。配药和拌种必须用工具搅拌，严禁用手接触药液。搅拌农药的工具应严加保管。

3. 喷药要严格遵守规定。喷药时要戴口罩。穿长袖上衣和长裤子。喷药时严禁吸烟、喝水、吃东西。要顺风喷药，风大和中午炎热要停止喷药，每天喷药不要超过6个小时。喷过农药的农田、果树，在规定时间内不能收割、采摘、挖野菜。

4. 用农药拌过的种子和毒饵不得和食物、饲料混放。

5. 认真处理装过农药的物品。装过农药的空瓶或农药的包装物，不得用来装饮料、酒、油或食物。洗涤喷农药时穿的衣服、戴的手套的水，不能乱倒，以免污染水源。

6. 不要用有机磷农药喷杀室内昆虫。灭蚊、蝇、虱、臭虫或灭老鼠等，千万不要用有机磷农药。

7. 不吃因农药中毒而死的家畜、家禽。因农药中毒而死的家畜家禽要深埋，严禁食用或销售。

#### 怎样防治农药轻度中毒

目前最常使用的有机磷农药有对硫磷（1605）、内吸磷（1059）、乐果、敌百虫、敌敌畏等。喷洒时违反操作规程或误服农药，都会发生头昏、头痛、恶心、腹痛、流涎、出汗等轻度中毒症状。这是农药经呼吸道或消化道进入人体，或经暴露的皮肤吸收后所引起中毒的初始症状，这时应及时妥善处理，否则会造成严重后果。

一旦发生轻度中毒症状后，首先应立即停止喷洒农药工作，离开喷洒现场，用肥皂（敌百虫中毒不能用）、清水（勿用热水）认真清洗暴露部位的皮肤（包括头发和指甲），以防继续吸入。如发现误服农药者，应立即给饮

稀肥皂水，然后催吐以排出胃内毒物。催吐的方法可用一双筷子压住舌头，用鸡毛、棉签、筷子等刺激软腭、小舌头及咽后壁粘膜，就会引起呕吐。催吐后立即用清水，或2%碳酸氢钠（小苏打），或1%盐水，或1/5000高锰酸钾溶液等反复多次洗胃，力求彻底。每次用400—500毫升，直至洗出液无明显的有机磷农药臭味为止，洗胃后再灌入硫酸镁20—30克（用凉开水溶化后）导泻。一般来说，有机磷农药在碱性溶液中分解较快，而使其毒性减低或消失。但敌百虫遇碱后则可能转化为毒性更强的敌敌畏，故敌百虫中毒时，不能用碳酸氢钠洗胃，以用盐水或清水为宜。

误服对硫磷（1605）、内吸磷（1059）等农药中毒时，忌用氧化剂洗胃，因高锰酸钾可使这类农药氧化成对氧磷，使毒性更为加强。

我们知道，农药停留在人体的时间越长，对人体的危害越大。因此，误服农药中毒以后，抢救的关键是洗胃，如果没有及时进行洗胃或者进行得不彻底，会使农药继续吸收，造成病情加重，症状反复，甚至引起死亡。

农药轻度中毒以后，除上述处理外，还可肌肉注射或口服阿托品，如果有全身紧束感，动作不灵活，发音欠清，胸口沉闷，肌肉跳动，特别是有昏迷、抽筋、大小便失禁等现象，则是中、重度中毒的表现，必须立即送医院抢救。

农药轻度中毒后在饮食方面务须注意以下几点：

1. 忌吃荤菜、油腻和油煎食物，可吃流质易消化的食物。
2. 多吃新鲜水果，如橘子、西瓜等。
3. 饮食温度不宜过热，辛辣食物忌吃。
4. 戒烟、酒。怎样防止铁中毒。

铁是人体必不可少的元素之一。健康成人体内铁总量约为3~3.5克。其中约65%组成血红蛋白，功能是运送氧和二氧化碳；约30%贮存在肝、脾和骨髓等组织。当机体内需铁量增加或损耗过多时，贮存的铁被动员出来，供给合成血红蛋白。一旦整个机体缺铁，血红蛋白合成受阻，影响红细胞的发育成熟而导致贫血。

铁剂用以治疗贫血，每日需更新补充的铁仅1~1.5毫克。若一次口服或注射量大，超过结合能力，则形成非结合性有毒物质而引起中毒。

中毒表现：吞服铁剂后0.5~1小时后，病人出现严重的呕吐、腹泻，并有呕血、黑便、面色苍白等症。

除上述症状外，还可发生铁性脑病而致抽搐；由于肝细胞坏死可导致黄疸。甚至肝性昏迷；也可使代谢紊乱，或致循环衰竭。

如大量注射铁剂，可迅速出现中毒症状。轻者面红、头痛、头晕、肌肉酸痛、恶心、呕吐、腹泻。严重的出现高热、气促、胸闷、心动过速、大量出汗、休克等。

铁中毒时应立刻注射去铁敏2克，同时用2%去铁敏溶液洗胃。洗胃后再将20%去铁敏溶液50毫升留置于胃内，并用足量碳酸氢钠使胃内容物的PH值达到5.0以上，若中毒症状明显者，可进一步肌肉注射去铁敏。怎样预防汞中毒汞俗称水银，是银白色发光的液态金属，在常温下就能蒸发，温度越高蒸发越快。因为汞蒸气是空气重量的7倍，所以汞蒸气多积聚在厂房的下方。汞内聚力很强，溅落地面后，立即会变成许多小汞珠，到处乱滚，容易被泥土、地板、衣物吸附，不易清除。

汞蒸气既可以通过呼吸道进入人体，也可以通过皮肤毛囊进入人体，对

人体有很大的毒性。汞中毒有两种：

1. 急性汞中毒。这是短时间内吸入大量汞蒸气所致，多见于违反操作规程造成汞的大量逸散。急性汞中毒起病快，有头痛、头晕、发烧、呕吐、腹泻、腹痛、血尿、尿闭等症状，一般都有急性口腔炎、牙龈红肿、出血、溢脓、溃破，在牙龈上还有灰黑色汞线。

2. 慢性汞中毒。这大多是长时间接触低浓度的汞蒸气所致。慢性汞中毒早期出现神经衰弱综合症，有头痛、头晕、失眠、记忆力减退、无力、脱发等症状。典型表现有口腔炎和肌肉震颤。首先是手指细微而频敏震颤，以后眼睑、嘴唇、舌头都会出现震颤。

精神状态的改变，是汞中毒的另一特征。无论急性还是慢性中毒，最初都是兴奋性的，以后转为抑制。病人情绪变幻无常，易哭，易激动；睡眠发生障碍，晚上睡眠易醒，失眠，白天倒容易嗜睡。

为了预防汞中毒，在生产中要尽量避免采用汞，比如制造温度计可用酒精代替汞。开放性汞操作要在抽风柜内进行，并且把车间的温度尽量降低一些。使用汞的工作面要光滑，有一定的坡度，在低的一侧设槽，槽内盛水，防止汞蒸发，又便于回收汞。汞生产车间的墙壁和天花板，最好都涂上油漆，便于擦洗。任何汞容器都要随时盖好，操作时尽可能避免手和汞直接接触。不要在车间里吸烟、进食，饭前洗手，下班时用 1：5000 高锰酸钾溶液漱口。离开车间时脱下工作服，不得带回宿舍，每周换洗两次。

怎样防止砷中毒

常用的砷制剂为三氧化二砷，俗称砒霜，为白色粉末状。砷为原浆毒物，有剧烈的腐蚀性，进入人体内可抑制组织细胞酶的活性，阻止组织代谢，而引起细胞坏死。可使血管麻痹，肝肾发生变性。

砷中毒常因误将砒霜当作食盐碱面或误食用砒霜拌过的种子，或吃了喷过砷剂的蔬菜水果等而引起。潜伏期一般为 1~2 小时。急性中毒时，病人最先出现喉干舌燥、烧灼感、口渴；随即恶心、反复呕吐，腹泻为水样便；头痛、头晕、烦躁不安；重者吐血、便血。由于剧烈的吐泻而引起脱水，酸中毒，出现四肢抽搐、昏迷，如抢救不及时可因呼吸麻痹而死亡。另外，长期少量误食或接触砷制剂可引起慢性砷中毒，主要表现为多发性皮炎、皮疹、表皮角化、色素沉着、四肢无力、面色苍白等症状。

对中毒者应立即进行催吐，洗胃和导泻。用手指或筷子等刺激咽后壁催吐，灌进大量鸡蛋清、米汤等洗胃，尽快将胃肠道内的毒物排出。给特效解毒药，可按医嘱肌肉注射二巯基丙醇。脱水者需补液及维生素 C、维生素 B 等。有皮炎者外用 10% 的二巯基丙醇油膏。

防止砷中毒，主要是严格遵守砷制剂的使用管理办法。

1. 首先要有专人保管，严禁在厨房、食堂、粮库内存放砷制剂，并在砷制剂上面标记出鲜明的易识别的颜色。

2. 毒种、毒饵必须专人保管，领发要登记，剩余要交回，不得乱扔，盛过砷制剂的包装容器不得盛装粮食和食品，已拌过砷农药的种子不得食用。

3. 喷洒过砷农药田地的野菜禁止食用。在食品企业内禁止使用砷制剂灭鼠、杀虫。

4. 加强个人防护及卫生宣传。

怎样预防刺激性气体中毒

刺激性气体的种类很多，常见的有氯气、甲醛、氟化氢、光气、二氧化

硫、三氧化硫、氮的氧化物、臭氧、氨气、硫酸、盐酸和硝酸的气雾等。刺激性气体对眼睛和呼吸道粘膜有害，具有刺激性和腐蚀性。在生产过程中发生跑、冒、滴、漏时，易造成刺激性气体中毒事故。其主要症状是流泪、怕光、流涕、打喷嚏、咳嗽、胸闷等。高浓度的刺激性气体可造成眼结膜和角膜的损伤或喉头水肿、嗓门痉变、呼吸急促、烦躁不安等。二氧化硫和氯气对人体的危害相似，被人体吸入时，可与鼻腔和气管中的水分结合形成酸，对上呼吸道和支气管的粘膜产生强烈的刺激作用和灼伤作用，出现咽痛、胸闷、气急等症状。呼吸道深部受损时，可引起急性支气管炎，严重时还咳血。氨气危害要比酸性物质严重，低浓度的氨作用于人体时，可出现眼痛、流泪、怕光、咳嗽等症状；急性中毒时可发生喉头水肿、喉痉挛而引起窒息。

预防刺激性气体的措施主要有：

1. 要做好有毒气体的处理和综合利用，严守操作规程，防止有毒气体泄漏作用到环境中。对易腐蚀、怕碰撞的管道要经常检查其密闭性，发现问题及时解决。

2. 根据防护需要，配备必要的工作服、防护眼镜、手套、胶鞋等劳保用品，接触刺激性气体岗位的工人要戴防毒口罩或面具。接触氯化氢、三氧化硫等酸性气体时，可将纱布口罩用3%碳酸氢钠溶液浸润后使用；经3%硫代硫酸钠溶液浸润后的纱布口罩，可以防氯气、铬酸对呼吸道的危害。

3. 使用防护油膏保护皮肤。防酸可用30%氧化锌油膏；防碱用5%硼酸油膏；防止牙齿酸蚀可使用10%苏打水漱口。

4. 合理安排劳动人员。对于某些刺激性气体特别敏感的人员，应适当调换工作岗位。在岗人员在也应按按时上、下班，防止因劳动时间过长接触毒物过多而造成中毒事故。

各类毒物中毒怎样解毒

对于各类毒物中毒的病人，要发扬“救死扶伤，实行革命的人道主义”的精神，迅速、及时、适当地进行抢救，绝不能袖手旁观，坐而待毙。在中毒的毒物未明确以前，先按一般急救原则进行处理，一旦确定了中毒的毒物，再使用各种特效药剂和特效方法进行治疗。一般中毒的治疗法则是：

1. 排除毒物：凡是食入性中毒，均可采用催吐、洗胃、导泻、洗肠、利尿及透析等方法治疗。

(1) 催吐：多数口服毒物中毒者，常有呕吐反应，如无呕吐，患者神志清醒时可行催吐术，具体方法是：利用手边的东西（如压舌板、筷子、最好是鸡鸭毛），刺激喉咙，可以引起呕吐。如无适当的刺激物，也可用手指代替。但应注意不要刺激太猛，以免刺伤咽喉，引起水肿，亦应注意勿使患者咬伤手指。 饮用温盐水（15克食盐中加入240毫升的水）或淡肥皂水，均有一定的催吐作用。 以硫酸铜0.5~1克加温水200毫升，或硫酸锌1~2克，加水250毫升，令患者口服，若15~30分钟内不发生呕吐，可再服1次，或口服硫酸铜，每次1匙，服至呕吐时为止。 口服吐根糖浆10~15毫升。如不呕吐，15分钟后可再服1次。如服后再无呕吐，即应用胃管抽出，以免吸收后毒害心脏。 吐酒石0.1克加水200毫升，口服；或碘酊0.5毫升加水150毫升，口服；也可用明矾1克，硼砂3克，用开水冲服，均有催吐作用。但是凡是服用强酸、强碱、昏迷病人、吞入煤油、汽油等中毒、惊厥、休克、肺水肿、心脏病患者及妊娠妇女均应禁忌催吐，否则会引起不良后果。

2. 洗胃：由于催吐困难，或不适宜于催吐者，可行洗胃术。一般服毒后4—6小时内洗胃最有效，如中毒时过久，毒物已被吸收，即使洗胃亦无多大作用。常用的洗胃液有：温开水、2—4%温盐水，适用于毒物不明的食物中毒；1：2000~5000高锰酸钾溶液（即1克高锰酸钾溶于2000~5000毫升的水中），适用于多种生物碱和有机毒物的氧化剂中毒，但1605（对硫磷）中毒时不能应用；0.5~5%鞣酸溶液或浓茶，可适用于生物碱、糖甙、铝或银类物质中毒；1.5~3%葡萄糖酸钙、4%氯化钙，适用于氟化物和草酸盐中毒；乳类，如牛奶、羊奶等，适用于硫酸铜、汞、巴豆油及氰酸盐等中毒。至于具体的洗胃方法，详见本书有关章节。

3. 导泻与洗肠：目的是使停留于肠腔内的毒物尽快排出体外，以减少毒物的继续吸收。导泻剂一般选用无机盐类，如硫酸镁及硫酸钠，以15~30克溶于水中，口服或洗胃后从胃管中注入胃内。但巴比妥类、颠茄类和吗啡类药物中毒时，不宜使用硫酸镁而改用硫酸钠。中药泻剂很多，如大黄、元明粉、番泻叶等，可以选择使用。

4. 利尿：因为有不少毒物是从尿中排出，所以可采用如下利尿方法将毒物排出体外：大量饮水或从静脉中滴注10%葡萄糖溶液或生理盐水，可达到利尿的目的；静脉滴注20%甘露醇或25%山梨醇200~250毫升，必要时可重复使用；透析疗法：仅适用于可透析的毒物的严重中毒病人，如巴比妥、水杨酸盐、毒蕈等严重中毒病人。

5. 一般常用解毒剂：常用的解毒剂是：活性炭2份、氧化镁1份、鞣酸1份混合，可用于吸附、沉淀或中和生物碱、甙类、重金属盐类和酸类，以大匙（约15~20克）加入100毫升的水中调匀口服或灌肠；碘酊液（15滴碘酊加水120毫升），用于铝、汞、银、奎宁、土的宁及一些生物碱中毒。

中草药解毒剂：如甘草30克，绿豆60克（最好捣碎），煎汤服用；亦可用防风15~30克，煎汤服用；单用甘草60克煎水服，对各种食物中毒亦有效。

6. 特效解毒剂：比较常用的特效解毒剂有硫酸阿托品、解磷定、氯磷定、二巯基丙醇、二巯基丁二酸、依地酸钠钙、美解眠等。

#### 食物过敏怎样急救

有些体质过敏的人，食入某些蛋白质食物，如鱼、虾、贝、蟹、蛋类及奶类等；有时食入某些植物性食品，如茄子、菠菜、竹笋、山芋、草莓及一些水果也会引起过敏。过敏症状有荨麻疹、过敏性湿疹、哮喘、偏头痛、眩晕、耳鸣、眼花、精神不振、疲倦、烦躁、失眠等；一般多以胃肠道表现为主，如出现剧烈腹痛、腹泻、肠鸣音亢进、恶心、呕吐等；有的有口麻、心悸脉快、胸闷、呼吸急促。急诊处理方法如下：

1. 立即从静脉输液，补充大量的维生素C，必要是静脉推注5%氯化钙或5%葡萄糖酸钙20毫升。

2. 及时使用抗组织胺类药物，如扑尔敏，苯海拉明等；如系迅速型可用肾上腺素；症状重者加用肾上腺皮质激素。

3. 对症治疗：便秘者，可用硫酸镁导泻；腹泻者，应用收敛剂；疼痛不安时，应用镇静剂，必要时使用杜冷丁；皮肤出现荨麻疹可涂炉甘石洗剂或肤胫松软膏等。

#### 木薯中毒怎样解毒

木薯主要产于广西、广东、湖南、江西、河南等省、区。木薯的根块，

含有丰富的淀粉，以及脂肪、蛋白质、维生素等，其营养价值不低于大米。它既能作主粮，又能酿造米酒，提取葡萄糖等，用途非常广泛。可是，木薯中含有亚麻与醚体及亚麻配醚体酶，二者作用后析出游离的氢氰酸，故吃未经泡浸处理过的木薯后会引发氢氰酸中毒。主要中毒症状：轻者吃后 9~12 小时出现恶心、呕吐、头痛、头晕、倦怠乏力、嗜睡等；重度中毒，吃后 1~6 小时内出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻等胃肠道症状，随后出现呼吸急促、胸闷、呼吸困难、呼吸变深变慢；还有抽搐、项硬、角弓反张、牙关紧闭、视物不清、瞳孔散大、对光反应迟钝或消失、面色苍白、出冷汗、昏迷等，如不及时处理，病人会很快死亡。木薯中毒的抢救方法是：

1. 立即用 1：2000~1：5000 的高锰酸钾或 3% 过氧化氢溶液加水稀释后洗胃。

2. 用 1~3% 亚硝酸钠 10 毫升缓慢作静脉注射。同时备好肾上腺素。如血压下降时可以使用。

3. 注射完亚硝酸钠以后，还须注射 25% 硫代硫酸钠 25~50 毫升，经静脉缓慢注射。

4. 中毒严重者，立即吸入亚硝酸异戊酯，每隔 2 分钟吸入 30 秒钟。

5. 也可用 1% 美蓝 20~50 毫升以 5% 葡萄糖溶液稀释后静脉注射。或与硫代硫酸钠交替静脉注射。

6. 民间疗法：服生萝卜汁、韭菜汁，生公鸡血、花生油或猪油 30~60 毫升。防风、绿豆、甘草各 30 克，水煎服；甘草 60 克，金银花 30 克，水煎服，每天 3 次分服。

#### 相思豆中毒怎样急救

相思豆，又名胡思子、红豆、相思藤、土甘草、赤小豆、赤豆、美人豆等，为豆科攀援灌木，性平，味苦，有毒。药用其茎叶能治风痰痺症，热闷头疼，虫积及支气管炎等症。一般用量为 2.4~4.5 克，中毒量为 9~15 克。服用过量或因体质虚弱者容易引起中毒，因误将相思子当作赤小豆食用而发生中毒者也屡见不鲜。中毒症状为：误食后首先引起恶心、呕吐、腹痛、腹泻；严重者便中带血，有的出现循环衰竭症状，如心跳慢、脉细弱、心慌、气短、呼吸困难，数天以后出现溶血现象，如尿血、皮下出血、齿龈出血，常因呼吸性窒息而死亡。中毒急救处理措施是：

1. 立即催吐，用 1：2000 高锰酸钾溶液洗胃或使用硫酸镁导泻，可尽快排出体内毒物。

2. 对症治疗：给予 5~10% 葡萄糖溶液或生理盐水作静脉滴注，必要时输入少量的人血，及时纠正水、电解质失调；尿血、无尿者，服碳酸氢钠，每天 5~15 克，能使尿液呈碱性，以防红细胞和血红蛋白凝集阻塞肾小管；呼吸困难者，吸氧或使用呼吸兴奋剂，必要时进行人工呼吸等；高热不退时，给予物理降温或适当使用退烧药物降温。

3. 中草药治疗。可选用下列验方治疗：

(1) 甘草 9 克，金银花 12 克，清水 2 碗煎至 1 碗饮食。

(2) 元明粉 18 克，口服，有促进毒物排泄作用。

(3) 甘草 30 克，金银花 15 克，黄连 6 克，黄柏 12 克，防风 15 克。水煎分 2 次服，连服 4~6 剂可愈。

#### 毒扁豆中毒怎样急救

毒扁豆又名依色林、泡豆、加刺拔儿豆等，为豆科草本植物。临床上用

于治疗青光眼、重症肌无力、手术后腹胀及尿潴留等。常因用药量过大或误服而发生中毒。主要中毒表现是：瞳孔缩小、流涎、胃肠蠕动增加等，还可出现恶心、呕吐、腹绞痛、腹泻、颜面潮红、出汗、头痛、眩晕、肌肉纤维颤动、心率减慢、血压下降。严重病人往往死于呼吸麻痹。急救治疗措施是：

1. 误服中毒者及早催吐，用 1 : 2000 高锰酸钾溶液或 1%鞣酸溶液洗胃，服用浓茶或碘酊 20 滴及导泻。

2. 静脉注射硫酸阿托品 1~2 毫克，或皮下注射 1 毫克，每隔 15 分钟 1 次，直至瞳孔散大，心跳增加和绞痛缓解为止。也可口服颠茄酊 40 滴，每 30 分钟 1 次。

4. 对症治疗：呼吸衰竭时，吸氧及人工呼吸，应用呼吸兴奋剂等；肌肉震颤、抽搐严重者，可给予安定、阿米妥钠等静脉注射。

#### 猫豆中毒怎样解毒

猫豆又叫毛豆、狗爪豆、狗儿豆和黎豆等。研究分析证明，猫豆中含有氰化物、配糖体及少量生物碱，因而食后短者 30 分钟，长者 24 小时可出现头痛、头晕、畏寒、乏力、四肢麻木、寒战、心悸、嗜睡、发烧等症状，严重者出现瞳孔缩小、流涎、出汗、神志恍惚或昏迷。同时出现腹痛、恶心、呕吐、关节酸痛、肌肉抽搐及尿频等。对于猫豆中毒的治疗原则是：

1. 立即进行洗胃、导泻、输液或催吐，使体内的有毒物质尽快地排除。

2. 迅速注射阿托品 0.5~1 毫克，或服用颠茄类药物，有一定疗效。

3. 对症治疗：如有抽搐，应使用巴比妥等镇静剂。

4. 民间处方：饮用生油有一定的解毒作用。

5. 病情严重立即送病人到医院治疗。

6. 服用中药大黄、元明粉或番茄叶可以促进肠道中的毒素排出体外，减轻临床中毒症状。

#### 鲜黄花菜中毒怎样解毒

黄花菜又名金针，因其花及根中含有秋水仙碱及天门冬碱，故多食或鲜食容易发生中毒。一般吃后半小时至 4 小时便可出现恶心、呕吐、上腹部不适及腹泻、腹痛、口干、咽干、头昏、头痛等症状。鲜黄花菜中毒急救处理措施是：

1. 轻症病人无须眼药，一般在短时间内可以恢复健康。

2. 重症病人需立即催吐或洗胃（禁用高锰酸钾溶液等氧化剂），洗胃后还须服活性炭、鸡蛋清等。

3. 静脉输液，加入大量维生素 C，可减轻毛细血管的损害。

239

还须多喝些开水，能促进毒素从尿中排泄。

4. 剧烈腹痛者，皮下注射阿托品 1.5 毫克止痛。

5. 对症治疗：如呼吸困难时需吸氧、应用呼吸兴奋剂，必要时做人工呼吸等。

#### 断肠草中毒怎样急救

断肠草，又名钩吻、黄藤、大炮叶、火把花、猪人参、烂肠草、麻醉藤、大茶叶等，味苦，性温，有剧毒。具有消肿拔毒、散淤止痛、杀虫等功效。药用其根，主治中恶风、咳逆、水肿、蛊毒、破淤积、除脚膝痹痛、四肢拘挛等。误食可中毒甚至致死。中毒症状是：口腔、咽喉及腹部灼痛、流涎、恶心、呕吐、腹泻或便秘、有剧烈腹痛；呼吸循环系统症状：初时心率慢，

以后加快，呼吸初期快而深，逐渐变慢而浅表，呼吸不整、困难，体温下降，四肢厥冷，血压下降，最后常死于呼吸衰竭。急救处理的原则是：

1. 立即用 3~5%鞣酸溶液洗胃，然后导泻及洗肠。也可用 1:2000 高锰酸钾溶液洗胃，或服活性炭，能吸收胃内的毒素。

2. 尽早灌服新鲜热羊血 200~300 毫升，或以新鲜之白鸭血、白鹅血灌服，每天 1~2 次。

3. 对症治疗。呼吸困难者，可给予加入二氧化碳的氧气吸入，或注入伊色林、山梗菜碱、咖啡因等，必要时作人工呼吸；如恶心、呕吐、腹痛严重，可给予阿托品或新斯的明 1 毫克，作肌肉注射；同时进行补充液体治疗。

4. 中草药治疗。民间有如下几种验方，疗效不错。

(1) 黄连、黄芩、黄柏及甘草适量，加水煎服。

(2) 金银花连叶一起捣烂榨汁，拌糖灌服。

(3) 三黄汤（即黄连、黄芩、黄柏煎水）、甘草汁、薤菜汁或黑豆 200 克，水煎服。

(4) 山大颜根 1.5 千克捣烂，用 1~1.5 千克的第二次洗米水浸泡，服之，也能解毒。

吃苦杏仁中毒怎样解毒

杏仁常作为食品及药用。杏仁分苦杏仁和甜杏仁两种。甜杏仁大而扁，皮色浅，味不苦，毒性很小；苦杏仁个头小，皮厚，皮色深，近红色，味苦，有毒，进食时过量或食前处理不恰当时，很容易中毒。由于杏仁有止咳功效，是一味常用中药，所以发生中毒的人很多。一般成人食人苦杏仁 10 粒，小儿食 6 粒就可发生中毒，如果成人吃了 40~60 粒，小儿吃 10~20 粒还可以致死。有些果仁如枇杷仁、桃仁、樱桃仁、苦扁豆仁、梅子仁、李子仁、苹果仁及亚麻仁等，因为都含有苦杏仁甙（氰甙），所以多食后也会发生中毒。中毒症状：早期出现口中苦涩，流口水、恶心、呕吐，继之腹泻，大便像水一样，伴有头痛、头晕、全身乏力；有的四肢麻木，走路摇晃；重者感到胸闷，呼吸困难；重危者多有意识不清，呼吸变慢变弱，昏迷，四肢冰冷，瞳孔散大，对光反应消失，全身肌肉痉挛，最后因呼吸麻痹、心跳停止而死亡。发生苦杏仁中毒后要争分夺秒地积极抢救，以挽救病人的生命。具体的抢救措施是：

1. 食入不久者，可催吐，采用 1:5000 高锰酸钾溶液、3%过氧化氢溶液或 5%硫代硫酸溶液洗胃，可利用洗胃液的氧化作用解除氰甙的毒性。

2. 中毒严重者，立即吸入亚硝酸异戊酯（药店有售），使用时先用纱布或手帕包好安瓿，然后压破玻璃瓶立即吸入，每隔 2 分钟吸 1 支，必要时可连用 3~4 支。如果病人呼吸微弱，应进行人工呼吸，帮助病人将亚硝酸异戊酯吸入肺内。该药能迅速地使血红蛋白氧化成高铁血红蛋白，而高铁血红蛋白能迅速与氰基形成氰化高铁血红蛋白，从而有效地阻止氰化物对细胞色素氧化酶的结合和抑制作用。

3. 用 1~3%亚硝酸钠溶液 10 毫升（或按 6~12 毫克/公斤体重的剂量使用），作静脉注射（注射速度宜慢，按每分钟 2 毫升进行）。亚硝酸钠注射完后，可继续静脉注入 25~50%硫代硫酸钠溶液 25~50 毫升（总量约为 12 克）。也可用 1%美蓝 60 毫升静脉注入。若有呼吸中枢抑制，可给予呼吸中枢兴奋药，如可拉明、山梗菜碱等；血压下降者给予肾上腺素或麻黄素。

4. 中草药治疗，可用：乌药 10 克，赤芍 10 克，红花 15 克，朱砂 1.5

克（冲），水煎服。杏树皮（去粗皮）或杏树根 30~60 克，煎水服之。

#### 白果中毒怎样急救

白果又名银杏、白果树、公孙树等，果肉鲜嫩可食，有祛痰、止咳、润肺、定喘、涩精、止带等功效。可治疗支气管哮喘、慢性支气管炎、肺结核、尿频、遗精、白带等病症。用其种子或叶 4~9 克，多食易中毒。中毒表现是除发热、恶心、呕吐、腹痛、腹泻等胃肠道症状外，中枢神经系统受损害也十分明显，如出现头昏、头痛、极度恐惧感，有时恐惧怪叫，对外界的刺激，如响声即能引起抽搐，很快出现昏迷，口吐白沫，瞳孔散大，对光反应消失，四肢及颈部强直等症状。严重者呼吸困难、发绀，1~2 天内常死于心力衰竭及呼吸衰竭。急救处理措施是：

1. 尽快给病人洗胃或催吐，同时给予硫酸镁或蓖麻油等轻泻剂，以促进白果从消化道中全部排出。

2. 制止惊厥。应用溴化钠、鲁米那、水合氯醛等镇静剂，可控制阵发性惊厥。极度恐慌者，可以注射氯丙嗪或作人工冬眠术。

3. 稀释毒物。静脉给予 5% 葡萄糖盐水，每天 1000~2000 毫升，能加速毒素排出，同时可维持水和电解质平衡。

4. 对症治疗。呼吸困难时需给氧或进行人工呼吸；有心力衰竭者，可用毒毛旋花子甙 0.25 毫克，加入 50% 葡萄糖溶液 40 毫升中推注。

5. 中医中药治疗。可用甘草 30 克，水煎服；或用白果壳 30~60 克，水煎服，可以解除毒素。

#### 蓖麻子中毒怎样解毒

蓖麻又称大麻子、草麻、红麻等，是大戟科一年生草木植物。蓖麻在工业上和医学上均有广泛的用途。蓖麻子是蓖麻的种仁，味甘辛，可治淋巴结核；蓖麻油有导泻作用。由于蓖麻种子中含有蓖麻毒素，可损害人体内肝、肾等内脏器官细胞，使之发生肿胀、出血及坏死，并有凝血和溶血作用，所以误吃蓖麻子 1~3 天后出现中毒症状。首先感到喉咙被强烈刺激、烧灼感，继而出现胃肠症状，如恶心、呕吐、剧烈腹痛和腹泻；有的发生剧烈头痛、头晕、血压下降、无尿或血尿，严重者因呼吸麻痹而死亡。中毒后的抢救措施是：

1. 立即催吐、洗胃及导泻。必要时作高位洗肠，尽快排出体内残留的毒素。禁食脂肪及油类食物，口服米汤、牛乳等能保护胃粘膜。

2. 给予输液、输血，以维持血容量及纠正水电解质平衡。皮下注射抗蓖麻毒血清，每天给予碳酸氢钠 5~15 克，使尿呈碱性，可预防急性肾功能衰竭。

3. 对症治疗：如止痛、解痉、强心、保护肝脏等。

#### 夹竹桃中毒怎样急救

夹竹桃，又名红花夹竹桃，柳叶桃、白羊桃、铁石榴、菱角树等，其植株可作药用，具有强心利尿、祛痰定喘、镇咳、去淤等功用，可治疗心脏病、心力衰竭、喘息咳嗽、癫痫、跌打损伤肿痛、闭经等病症。中毒原因是因采集夹竹桃叶作为药物，如果用量过量，或小孩误吃。中毒表现主要有如下反应：一是胃肠道反应，如恶心、呕吐、厌食、流口水等；二是心脏反应，如出现心跳加快、心室颤动等；三是神经及精神反应，可有头痛、头昏、失眠，以及精神紊乱，幻觉、说胡话等；四是视觉反应，出现幻视、弱视等。此外，还可见尿少、皮肤出现紫色小斑点，严重者可因心力衰竭而死亡。紧急解毒

措施是：

1. 中毒在 6 小时以内，可用 0.5%鞣酸洗胃，或用高锰酸钾洗胃。必要时服泻剂或灌肠。输入高渗葡萄糖溶液有利尿排毒、促进毒物排泄的作用。

2. 服用解毒药物：以活性炭 2 份，氯化镁 1 份，鞣酸 1 份拌匀后，每次取 2 茶匙冲开水 200 毫升口服。同时服用氯化钾 2 克，每隔 2 小时 1 次，不能口服者可注射氯化钾 2 克（10%氯化钾 20 毫升），加入 5%葡萄糖溶液内作静脉缓慢滴注。

3. 心律失常者，可采用普鲁卡因酰胺；有房性心动过速时，注射苯妥英钠，阿托品等。4. 中医中药治疗，常用的单方、验方有：

（1）浓茶加适量白糖，频频饮服。

（2）甘草 15 克，绿豆 30 克，水煎分 2 次服。

**毒蕈中毒怎样解毒**

蕈又称蘑菇，是一类高等真菌，分类有毒蕈和无毒蕈两类。我国有蕈类 300 多种，其中有毒蕈 80 多种，而含剧毒的蕈人食后不久可致死者有 10 多种。一般他说，毒蕈的外形美丽，色泽鲜艳，蕈盖上有肉瘤，伞盖和茎上有斑点、裂沟、蕈柄上有菌环和菌托；蕈体多数柔软、多汁、汁白如牛奶，接触空气后易变色，有的变成黑色；与灯芯、银器接触变成黑色，这就是毒蕈的特征。由于有不少毒蕈与可食蕈的外形非常相似，所以容易被误食而发生中毒。误食后出现恶心，呕吐，吐出物为黄水样，含有无消化的食物，随之出现烦躁不安、神志模糊、四肢麻木、大汗、血压下降和心律失常等症状。发生中毒后如果得不到及时的抢救治疗很快会发生死亡。急救措施是：

1. 立即催吐、洗胃、导泻和洗肠等，以排除胃肠中剩余的毒蕈。吐、泻明显者则不必行催吐、导泻。洗胃可用 1：5000 高锰酸钾溶液、浓茶或一般的解毒剂等。导泻用硫酸镁 20~30 克。洗胃后给予动物炭，可起到吸附毒素的作用。

2. 如果为捕蝇蕈、斑毒蕈等毒蕈中毒，可用 0.5~1 毫克阿托品作皮下注射，每 30 分钟至 3 小时用 1 次，必要时可加大剂量，用至瞳孔扩大、心率增加为止。

3. 如误吃死帽蕈、栗茸蕈等中毒时，用阿托品常无效，应用巯基解毒药，如二巯基丁二酸钠及二巯基丙磺酸钠等治疗。

4. 中医中药治疗。常用的验方有：

（1）紫苏（全株）10 克，甘草 15 克，水煎服。

（2）水仙子 6 克，研成细末，用酸醋调和服下。

（3）生鱼腥草根叶适量，嚼食。

（4）甘草 30~60 克，绿豆 60~120 克，水煎服。

（5）银花 45 克，甘草 30 克，白芷 9 克，绿豆 120 克，水煎服。

（6）鲜梨树叶 1500~2500 克，凉开水洗净、捣烂，加冷开水适量，绞汁，频频饮服。成人每天服 500 毫升，小儿酌减，有一定疗效。

（7）口服生兔脑、兔胃。将兔脑、兔胃洗净、捣烂，每天吃 1 个，连吃 4~5 个。有人认为，因兔脑中的类脂质能与蕈毒素相结合，藉以起中和作用。

5. 对昏迷、严重的病人，应立即送医院抢救治疗。

**人参中毒怎样急救**

人参，又名山参、红参、白参、高丽参、元参等，具有大补元气、宁神益智、益肺健脾、生津止渴等功效。主治肺虚咳喘、脾虚腹泻、糖尿病及休

克等。但是如果进补不当，长期服用或大量滥用，也会引起中毒。中毒表现：轻者出现头痛、抑制、失眠、烦躁、易怒等；重则血压升高、心律失常、九窍出血、抽搐、呼吸急促、心动过缓、心音减弱，甚至暴死。急救措施如下：

1. 中毒稍轻者，停药后，症状可自行消失；严重中毒者须立即催吐、洗胃、导泻等。

2. 给予输入葡萄糖、生理盐水及大量维生素 C 等。

3. 对症治疗：如惊厥者，可选用苯巴比妥钠、安定等药物，肌肉注射，或用 10% 水化氯醛溶液灌肠；呼吸抑制时，吸氧，肌注尼可刹米等呼吸兴奋剂；口吐咖啡渣样物者，注射维生素 K 等。

4. 中医中药治疗，常用的方法有如下几种：

(1) 口服葡萄糖水、蔗糖水、萝卜水等，有良好的解毒作用。

(2) 菜菔子适量，加水煎后取汁饮。

(3) 取甘草 20 克，加水适量煎水饮，亦有较好的解毒功能。

吃变质银耳中毒怎样解毒

银耳又名白木耳、白耳子，原为一种名贵山珍，后经人工栽培，既可作蔬菜又可作药物。但是在室内人工培养的银耳，容易遭受霉菌污染，特别是刚收获的鲜品还没有晒干时，霉菌会大量的生长繁殖，而产生毒素，健康人吃了这些变质的银耳后容易引起中毒。主要表现是头晕、头痛、恶心、呕吐、呕血、咯血、尿血等；有时全身有出血点，皮肤黄染，昏迷，抽搐，最后发生脑水肿或肝脏坏死而死亡。解救方法是：

1. 及时催吐、洗胃或导泻，尽快将体内毒素排出体外。

2. 轻症病人，可用甘草 30 克，绿豆 60 克，白茅根 30 克，水煎服。

3. 重症病人须马上送医院急救处理，以免发生意外。

鸦胆子中毒怎样急救

鸦胆，又名老鸦胆、苦参子、苦棒子、苦蔬、苦森子、猪赖药等。鸦胆仁是治疗阿米巴痢疾、蛔虫症、早期血吸虫病及疟疾病的良药；外敷其碎仁，可治皮肤疣及乳头状瘤。一般用量为 10~15 粒，如果内服剂量过大，可发生中毒，引起恶心、呕吐、腹痛、腹泻、头昏、全身无力、呼吸困难，最后常因四肢麻痹、呼吸衰竭而死亡。中毒急救措施是：

1. 用温开水洗胃后，灌服鸡蛋清、牛奶或活性炭。

2. 重症者，给予输液，注射葡萄糖盐水及大量维生素 C 等，同时口服或肌注维生素 B<sub>1</sub>。

3. 对症治疗。贫血严重者，输入新鲜的人血；肾性肾功能衰竭时，应用透析疗法治疗；口服或注射碳酸氢钠，能使小便碱化，有预防肾功能衰竭的功效。

4. 民间疗法。用甘草煎水频频饮用，或服红糖水、冷白稀饭等，也有一定的解毒效果。

鸦片中毒怎样急救

鸦片，又名罌粟、阿片、阿芙蓉、御米花、大土、烟土、乌烟等。有大毒，具有镇静、止痛、镇咳、止泻等作用。常服或常吸成瘾，容易发生中毒。中毒症状有：急性中毒于服鸦片 30~60 分钟后先出现脸色潮红、头晕、乏力，常伴有恶心、呕吐、烦躁不安，以后逐渐意识朦胧而昏睡；严重者发绀、皮肤知觉减退、呼吸表浅不整，还有呼吸困难、脉搏细弱、血压下降、体温降低、皮肤湿冷、瞳孔缩小似针尖大小，最后常因呼吸衰竭、严重缺氧、心肌

损害而死亡。慢性中毒症状的表现是食欲减退、便秘、早衰、阳痿、消瘦、贫血等。急救处理方法如下：

1. 急性中毒者以 1 : 2000 高锰酸钾洗胃，服硫酸镁导泻。

2. 应用解毒药物治疗。使用丙稀吗啡 5 毫克，静脉注射。如 10 ~ 15 分钟后仍未见好转（呼吸增加，瞳孔散大），可再注射 5 ~ 10 毫克。症状开始减轻后，每隔 10 ~ 20 分钟注射 15 毫克，直至清醒为止，但总量不得超过 40 毫克。

3. 对症治疗。呼吸困难者，用山梗菜碱、可拉明注射；呼吸衰竭者，吸入含有二氧化碳的氧气，或作人工呼吸；也可用阿托品兴奋呼吸中枢；静脉输入 5 ~ 10% 葡萄糖溶液，有促进毒物排泄的作用；膀胱充盈者应导尿排尿。

4. 对慢性中毒者，采用逐步减量，最后完全戒除同时给予镇静剂治疗。

#### 烟叶中毒怎样急救

烟叶是茄科一年生草本植物，全株可供药用。我国人民多有吸烟习惯，由于烟叶中含有生物碱、尼古替林、甲基烟碱、毒藜碱等，所以无论煎水内服、吸入或皮肤接触均可发生中毒。吸烟者，每支卷烟能进入人体内的烟碱为 2 ~ 4 毫克，如将 10 ~ 20 支纸烟所含烟碱一次食入，即可中毒，甚至死亡。中毒的急救处理方法是：

1. 由于食入烟碱而中毒者，应迅速以 1 : 2000 高锰酸钾溶液或 1 ~ 2% 鞣酸或 1 ~ 3% 双氧水洗胃，亦可用碘酊 15 滴加入 500 毫升开水中洗胃，把胃内的烟碱冲洗干净。

2. 若为皮肤接触而发生中毒者，立即除去药物，并以大量的清水冲洗干净，防止皮肤继续吸收中毒。

3. 给予静脉输入 5 ~ 10% 葡萄糖溶液或生理盐水，以促进毒物从肾脏排泄。

4. 对症治疗。呼吸困难者，可给予吸氧或人工呼吸，但不宜给予呼吸兴奋剂，因烟碱本身有兴奋呼吸作用；血压低而虚脱者，可用麻黄碱、垂体加压素；如心跳停止，必须立即行心脏按摩术，或静脉注入阿托品 1 毫克，或内心注射肾上腺素、去甲基肾上腺素及可拉明等药物。

5. 病情严重者，必须立即送病人到医院急救治疗，以免发生生命危险。

#### 棉籽中毒怎样急救

棉籽可榨油食用，棉籽饼含有较多的蛋白质，可作饲料、有时与杂粮混掺，亦可食用，苦棉籽蒸炒、加热不充分、棉籽油未经精制，或因一次食入大量的棉籽、棉籽油时，即可发生中毒。长期小量食入也可发生慢性中毒。中毒表现是：患者感到胃内灼热不适，继之出现头晕、头痛、恶心、呕吐、腹痛或便秘、食欲不振、全身乏力、四肢发麻等症状。重者烦躁不安，有的嗜睡，瞳孔散大，对光反应迟钝或消失，心跳缓慢，血压下降，肝脾肿大，出现黄疸，最后因抽搐、昏迷、呼吸困难，循环衰竭而死亡。中毒急救处理措施是：

1. 立即催吐、洗胃或导泻，尽快把体内毒物排出体外。

2. 对症治疗。静脉输入葡萄糖溶液，应用大量的维生素 C；静脉注入 10 % 葡萄糖酸钙 10 毫升、注射肝太乐、辅酶 A 等有保护肝脏的作用；黄疸明显者，应用肾上腺皮质激素；血压降低、呼吸循环衰竭和昏迷者，应用升压剂、呼吸兴奋剂、强心剂及苏醒剂等；高烧时口服解热剂；面部浮肿时，可用苯海拉明、异丙嗪等抗组织胺类药物。

3.民间治疗。口服甘草、绿豆汤或以生石膏 18 克，水煎服，有一定解毒功能。

4.对慢性棉籽油中毒治疗。可用土茯苓 30 克、银花 15 克，鲜芦根 30 克，滑石 18 克，甘草 6 克，生薏苡仁 15 克，防风 9 克，沙参 15 克。水煎服，每天 1 剂，分 2 次服，连服 4~5 剂为 1 个疗程。服完 1 个疗程后休息 2~3 天，再服下 1 个疗程。

#### 红茴香中毒怎样急救

红茴香，又名山木蟹、野茴香、大茴香、山八角、红毒茴等，是木栏科常绿小乔木。性温，味辛，有毒。具有活血、祛淤、镇痛及消炎等作用。药用其根皮，内服能治疗跌打损伤，腰肌劳损等腰骨酸痛症。局部肿痛明显者，也可捣烂外敷。红茴香注射剂还可治疗风湿痛、坐骨神经痛等，常用量为 3~6 克。服用红茴香过量时可发生中毒。中毒表现为：头昏、眩晕、流涎、恶心、呕吐、出汗、腹痛、手脚发凉。严重者可有抽搐、发钳、呼吸困难、角弓反张、昏迷、心率加速、血压升高，甚至可因惊厥、呼吸衰竭、肝肾功能衰竭而死亡。中毒急救处理措施是：

1.立即催吐、洗胃或导泻等，尽快将体内毒物排出体外。

2.对症治疗：如输入 5~10%葡萄糖溶液 500~1000 毫升，可促进毒物从尿中排出体外；出现抽搐或惊厥时，可给予冬眠灵、安定等；呼吸困难时需输氧、给予呼吸兴奋剂，如尼可刹米、山梗菜碱等药物治疗，同时还要防治休克，保护肝脏、预防肾功能衰竭等。

3.民间疗法。常采用如下单方、验方治疗：

(1)甘草 60~150 克，水煎当茶饮。

(2)冬青叶 250 克，水煎服。

(3)甘草、平地木或杏香兔耳风各等量，加水煎服。

#### 吃隔夜菜中毒怎样解毒

因剩菜中含有丰富的营养成分，所以在适当的温度下只要存放一夜，就会有大量的细菌生长繁殖。最常见的致病菌有志贺氏杆菌、链球菌、致病性大肠杆菌、变形杆菌和沙门氏菌等。中毒一般是在吃剩菜约 10 小时后才出现症状的。如为志贺氏杆菌中毒，初期为水样泻，以后带何血液或粘液；如为链球菌中毒，除了有恶心、呕吐、腹泻等胃肠道症状外，还有头痛、头晕、口渴、心慌、尿频等；若为致病性大肠杆菌中毒，其症状与志贺氏杆菌中毒的症状差不多，但大便次数增多，每天多达 10 多次，多为水样便，一般无粘液和血液。吃隔夜菜中毒后的抢救方法是：

1.轻者可不用药物治疗，只要多喝些水，适当休息，症状可以得到缓解。

2.呕吐厉害者，可以适当服些吐来抗、止呕灵，灭吐宁等药物止吐。待止吐后可喝些浓茶或糖水，也可吃些流质食物。

3.对腹泻严重的病人，需要住医院补液，纠正脱水，并口服磺胺咪、黄连素或氯霉素止泻等。

#### 变质罐头中毒怎样解毒

罐头搁置的时间过久，超过食物保管期，或因制作时灭菌不彻底，或是铁皮漏气等原因，罐头内的细菌就可能大量生长繁殖，如果吃了这些带菌的罐头就会发生中毒。可出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻等胃肠道症状，严重者可有视力模糊、眼睑下垂、眼球震颤、瞳孔散大、声音嘶哑、吞咽困难，甚至咽肌麻痹、呼吸困难乃至呼吸衰竭而死亡。对于变质罐头中毒的急救方法

是：

1. 应当根据中毒的病原菌而采取相应的抢救措施。对轻症者只要多喝些浓茶、糖水或盐水，口服磺胺咪片，每天4次，每次2克；黄连素片，每天3次，每次2片；氯霉素片，每天4次，每次2片，一般治疗1~2天即愈。

2. 对重症的病人，主要需补充液体，如输入葡萄糖生理盐水等，同时从静脉中滴注抗菌素。

3. 对于肉毒杆菌引起的肉毒中毒，应尽早洗胃；对呼吸困难者应输氧或进行口对口呼吸；必要时采用多价肉毒抗毒素血清治疗。上述这些治疗必须在医院里进行。

#### 蜂蜜中毒怎样解毒

蜂蜜又叫蜜糖，是蜜蜂（工蜂）采集百花酿制而成的，既是一种香甜可口，营养丰富的滋补品，又是一味具有润肺止咳，滑肠通便的中药。通常蜂蜜是无毒的，但如果蜜蜂在采花时，误采有毒的花蜜，如有公藤、断肠草等，这些植物的花蕊中含有有毒的物质。如果人吃了这些有毒的蜂蜜，就会发生恶心，呕吐，急性腹痛、腹泻等症状，严重者发生呼吸麻痹、休克或昏迷。蜂蜜中毒后如何抢救？一般根据各种不同的临床表现采取不同的抢救措施。急救方法包括催吐、洗胃、导泻及洗肠等四个方面。

1. 催吐。最简单的催吐力法是：用手指轻触喉咙，可以引起呕吐；饮用温盐水（15克食盐中加入240毫或冷开水）或淡肥皂水；以硫酸铜0.5~1克加温水1杯，或硫酸锌1—2克加水1杯，慢慢饮下，若15~30分钟不发生呕吐，可再服1次；口服吐根糖浆10~15毫升。如不呕吐，15分钟后可再服1次；阿扑吗啡5毫克，皮下注射。呕吐以后，再给病人喝牛奶、生鸡蛋、浓茶或在温开水里加入一些面粉搅匀。一次吐不完时，可进行第2次催吐。

2. 洗胃。病人催吐困难，或不适于催吐者可进行洗胃，有时催吐后怀疑胃内尚有残渣时也可以进行洗胃。一般中毒后4~6小时内洗胃最佳，如时间过久，毒物已经吸收，洗胃的意义就不很大，洗胃最好在医院进行。

3. 导泻与洗肠。能使停留在肠腔内的毒物尽快排出。导泻常用的泻剂有硫酸镁、硫酸钠等。

#### 喝豆浆中毒怎样解毒

豆浆的营养价值非常高，它的蛋白质含量可与鲜牛奶媲美。但是豆浆必须充分煮熟后才喝，不能喝未煮熟的生豆浆，否则会发生中毒。这是因为制作豆浆的黄豆中含有一种叫皂素的大豆素和抗胰蛋白酶的有毒物质。这些有毒有害的物质只有在高温的环境下才被破坏。因此，豆浆要煮开后5分钟左右才能喝。喝了没有煮熟的生豆浆后会发生中毒。中毒的初期可出现上腹部饱胀感或烧灼感，继而出现恶心、呕吐、烦躁不安、腹痛、腹泻等症状。大便多呈水样或泡沫状。重症病人可出现脱水、休克、呼吸麻痹、溶血性黄疸和尿尿等。急救措施如下：

1. 如果饮用的生豆浆量很少，症状较轻者，无需服药治疗，只要适当休息、多喝些糖水，经过短时间的调理后可以完全痊愈。

2. 如果喝生豆浆较多，症状较重者早期应刺激喉咙催吐、洗胃，然后喝些牛奶或鸡蛋清；对于脱水的病人，可作静脉补液。除此之外，还须作对症治疗。

3. 有生命危险的病人，必须住院观察治疗，以免发生生命危险。

### 吃咸菜中毒怎样解毒

在蔬菜中含有较多的硝酸盐，如果在腌制时加入食盐量不足，或因腌制的时间过短，蔬菜中的硝酸盐会被细菌分解，转化为亚硝酸盐。亚硝酸盐是一种有毒物质，在人体内会把血液中能携带氧的低铁血红蛋白转变成不能携带氧气的高铁血红蛋白，所以食用腌制不透的咸菜后会出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻，甚至出现呼吸困难、全身紫绀等症状。急救方法是：

- 1.发现中毒，应及早洗胃、催吐、导泻等，尽快将体内的毒素排出体外。
- 2.用50%葡萄糖溶液60~100毫升加维生素C1000毫克作静脉注射，或用10%葡萄糖溶液500~1000毫升加维生素C1000毫克静滴。
- 3.中毒严重者，用亚甲蓝按每公斤体重1—2毫升计算，用1%溶液，以50%葡萄糖溶液稀释后作静脉慢慢推注，若用药后2小时尚未好转，可重复用药1次。也可以口服亚甲蓝，按每公斤体重每天3~5毫克计算，分3次服用；维生素C300~500毫克，口服，每天3次。

### 动物甲状腺中毒怎样急救

由于动物甲状腺内含有甲状腺激素，食人的量较多时间引起中毒。中毒表现是：出现头晕、头痛、四肢乏力、肌肉关节酸痛、出汗、心悸、烦躁、气短、气紧、脉快、胸闷、腹痛、腹泻、恶心、呕吐等；严重者出现血压增高、心律失常、体温升高，甚至因心力衰竭、呼吸衰竭而死亡。中毒后急救处理措施是：

- 1.卧床休息，避免精神刺激，注意保暖，切勿受凉。
- 2.及早催吐、洗胃及导泻。这不仅加速甲状腺激素的排泄，而且能减少甲状腺激素的吸收。
- 3.立即从静脉滴入大量的5~10%葡萄糖溶液或生理盐水，补充大量的维生素C，有减轻中毒症状及解毒作用。
- 4.药物治疗。给予巯氧嘧啶类抗甲状腺药物及芦戈氏溶液等。具体用法是：甲基硫氧嘧啶600毫克，口服，以后每6小时给200毫克，直至症状减轻后，才逐渐减少剂量；或用硫氧嘧啶300毫克，以后每6小时100毫克，口服；还可以在静脉滴注液内加入芦戈氏溶液30滴，以后每天口服3次，每次10~15滴，共用1周或更长一段时间。
- 5.对症治疗。烦躁不安者，应用镇静安定剂，如安定、巴比妥，水合氯醛等；血压高可用利血平，既能控制心率增快及降压，又能治疗精神狂躁症；有心力衰竭者，用强心剂控制；有心房纤维颤动者，可用奎尼丁药物治疗等。
- 6.应用肾上腺皮质激素类药物，如考的松或氟美松等，能抑制甲状腺素的分泌，并有抗毒和保护心脏的作用。
- 7.中草药治疗。以清热、解毒、利尿、散风、活血、止痛和健脾等药物进行对症治疗。可选择双花、连翘、菊花、防风、滑石、甘草、木通、陈皮、茯苓等各适量，煎水饮服，有良好的解毒效果。

### 海龟中毒怎样急救

进食海龟肉及海龟内脏后均可引起中毒，特别是食了龟肉汤更容易中毒。中毒表现是：食后30分钟至2小时，即出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻、头痛；有的病人出现咽喉疼痛、全身疲倦、结膜充血、中度发烧。严重者呼吸急促、口唇青紫、四肢抽搐、瞳孔散大，甚至因缺氧、心力衰竭而死亡。急救处理措施是：

- 1.立即催吐、洗胃，必要时导泻、灌肠等。

2. 从静脉输入 5~10% 葡萄糖溶液及大量维生素 C 等，能促进体内毒物排泄。

3. 对症治疗。发绀病人马上吸氧；恶心、呕吐可用阿托品；抽搐痉挛给予镇静、催眠剂等等。

#### 硫磺中毒怎样急救

硫磺，别名倭硫磺、石硫磺、西丁等，系从天然硫磺矿或从含硫矿物提炼而成。大量进食硫磺及其制剂后，部分硫可转变为硫化物，硫化物被吸收以后，部分病人可能引起中毒。急性或慢性轻度全身中毒的表现有：头痛、眩晕、肌肉乏力，有时有痉挛性疼痛。严重中毒的病人，则可有呕吐、腹痛、心搏徐缓、流涎、出冷汗、呼吸加速，甚至发生惊厥，继而不省人事，常因呼吸中枢抑制而死亡，中毒的急救解毒方法是：

1. 用手指或其它刺激物刺激咽喉促使其呕吐，如不能吐出，也可以喝人大量的温热开水，然后催吐，有条件的需及时洗胃。

2. 因服入硫磺的时间较长者，一般超过 1~2 小时后，可给予硫酸镁 30 克，进行导泻。

3. 洗胃或导泻以后，需饮食豆浆、牛奶、绿豆汤或鸡蛋清，有中和毒素，减轻中毒症状的作用。

4. 对症处理和支持疗法与其他中毒相同。

#### 水银中毒怎样急救

水银又叫汞、活宝、铝精等，是治疗疥癬、疮疡、白秃、坠胎、除热等要药。由于汞化物对人体具有强烈的刺激性和腐蚀作用，汞盐可以经消化道及皮肤吸收，当被吸收后对内脏的毒性作用很大，误食或一次服用大剂量的水银后容易引起中毒。口服中毒后，即出现口有金属味及辛辣感，口腔粘膜红肿，口渴，呕吐，吐出带有粘膜碎片的血糊样物，继而泻血便，尿少，呼吸困难，虚脱，甚至死亡。急救处理措施如下：

1. 因口服中毒者，给予 2% 碳酸氢钠溶液或温开水洗胃。没有洗胃设备者，也可进食大量牛奶或鸡蛋清等，使水银在胃内不易被吸收，并有保护胃粘膜的作用，亦可用活性炭，能吸附胃内的毒物。

2. 禁食食盐，因为食盐能增加汞的溶解度，使吸收更之容易，中毒度更深。

3. 应用对抗剂。一般每食人 0.06 克水银，可用磷酸钠 0.324~0.65 克，再加入醋酸钠 0.324 克，溶于半杯温开水中，每小时服 1 次，共服 4~6。目的是使氯化高汞还原为毒性较低的甘汞。

4. 应用解毒剂。常用的有二巯基丁二酸钠、二巯基丙磺酸钠或二巯基丙醇 (BAL) 等。其中二巯基丙磺酸钠是目前治疗水银中毒最有效的药物，使用剂量以每公斤体重 5 毫克计算，第一天每 6~8 小时服 1 次，第二天每 8~12 小时 1 次，以后每天服 1~2 次，7 天为 1 个疗程。

5. 应用硫代硫酸钠。因本品能与水银结合成无毒的物质，并由尿排出。所以在无巯基化合物解毒剂时也可应用。一般用 10% 硫代硫酸钠溶液 20 毫升，作静脉注射，每天 1 次，7 天为 1 个疗程。

6. 中草药治疗。取绿豆汤、地浆水、麻油三者合用，或服黄连解毒汤，加银花 30 克，土茯苓 60 克，竹沥 400 毫升，水煎服；还可取草木灰煎成浓汁内服，均有一定的解毒作用。如果为轻粉中毒，服华陀轻粉解毒方（银花 30 克，紫草 30 克，山慈姑 30 克，乳香 15 克，没药 15 克），水煎空腹饮之，

服后即愈。

7. 若有心力衰竭，可按强心利尿等原则进行治疗，给予双氢氮噻嗪，每次 50 毫升，每天 3 次。

#### 砒霜中毒怎样急救

砒霜，俗称信石、红矾，现代医学称砷，是一种古老的毒物。砷在自然界中多以化合物的形态混杂于各种矿石中。某些中药和西药也含有砷化物。如果使用不当，容易造成中毒。砒霜的毒性很强，进入人体后能破坏某些呼吸细胞酶，使组织细胞不能获得氧气而死亡；还能强烈地刺激胃肠道粘膜，使粘膜溃烂、出血；亦可破坏血管，发生大出血；如损害肝脏，可引起中毒性肝炎，所以一旦发现中毒病人，必须全力以赴予以抢救。具体抢救措施是：

1. 发现病人尽快催吐，用 1：2000 高锰酸钾溶液反复洗胃后，再把烧焦的馒头研成粉末，让病人吃下；也可以吞下活性炭，以吸附毒物。让病人服氢氧化铁。因氢氧化铁能与砒霜结合不溶于水的砷酸镁，再让病人呕吐、排便，把毒素排出体外。

2. 用二巯基丙醇（通称 ABL）、二巯基丙磺酸和二巯基丁二酸钠解毒。

3. 中药治疗。民间常用的解毒方有：

（1）用经霜过的胡萝卜缨 1000 克左右，煎水后饮之。

（2）先用胆矾 1 克研成细末加水灌胃，即可催吐。

（3）江西豆豉 30 克，干蚯蚓 30 克（研为末），凉水调服，不拘多少，服后立即见效。

（4）黄连适量煎水，取汁去渣熬成膏，用黑牛胆汁对，加蜂蜜少许调和，装入瓷瓶内备用。用时每次取适量凉水化下，入口即活。

（5）硫黄 12 克，绿豆粉 15 克，共研为粉末，冷水调服，缓缓服之。

#### 明矾中毒怎样急救

明矾，别名白矾、矾石、枯矾。由于明矾中含有硫酸铝钾成分，所以有一定的毒性作用。如果在使用明矾作饮水净化剂时，不按比例配制，高浓度的明矾水，就会刺激粘膜组织，容易引起牙龈溃烂、出血，或发生出血性胃炎。一旦发生明矾中毒，可采用如下急救方法：

1. 立即给予活性炭 1~2 克，口服，可起到吸附毒物，保护胃粘膜的作用。

2. 喝绿豆汤、牛奶、鸡蛋清、米汤等，可保护消化道粘膜，能缓解粘膜对毒物的吸收作用。

3. 对症治疗和支持疗法。可于溃烂的牙龈上涂上 3% 龙胆紫；适当服些消炎药物，能预防感染。口服大量的维生素 C 和维生素 B 类药物，能提高机体的抗毒能力。

#### 氯气中毒怎样急救

氯是碱工业的主要产品，在工农业生产中用途甚广，但由于氯有毒，有明显的刺激性气味，所以在生产，运输或使用过程中，如果有氯气逸出，就有发生急性中毒的可能。中毒表现是：胸闷、气急、呛咳、哮喘、口唇发绀、伴有头痛、恶心、呕吐、声音嘶哑等症状。急救处理措施是：

1. 气急、呛咳时给予支气管扩张剂，如安茶碱或气雾吸入异丙基肾上腺素、非那根及氢化可的松等药物。

2. 发生窒息时，应立即进行气管切开术，给予氧气吸入，也可以进行气管插管给氧。

3. 对症治疗。发生休克、呼吸衰竭时，应及时给予抗生素，以防治呼吸

道感染；肺水肿时，应用脱水剂及氢化可的松等激素治疗；皮肤被的伤时，立即用 3% 氨水或 2~4 碳酸氢钠溶液清洗；眼结膜炎者，用 20% 碳酸氢钠溶液或生理盐水反复冲洗，然后涂以可的松眼膏等。

4. 中医中药治疗。解氯止咳糖浆：甘草、绿豆、罂粟壳、地龙、黄芩、天麦冬、桃仁、冬瓜仁各 100 克，苏子 50 克，冰糖 500 克。将上药水煎 3 次，过滤，混合后浓缩，加入冰糖，拌匀溶解，装入瓶内，按比例（每 100 毫升另加入苯甲酸钠 0.3~0.5 克防腐剂）储存备用。用时每天服 3 次，每次 15~20 毫升。

#### 卤碱中毒怎样急救

卤碱，又名卤盐、681 等。为一种无色或白色结晶，无臭，味苦咸。有海盐卤碱及岩盐卤碱之分，前者主要成分为镁，后者主要成分为钙，此外，尚含有微量元素锂、锶、钴、硒、铝、铁、汞、砷、碘等。民间常用卤碱做豆腐的。当误食或食入过多卤碱后，会发生中毒。主要中毒表现是：胃部有烧的感，并有腹胀、腹泻、腹绞痛、口干、头晕，皮肤发生皮疹等。严重者可发生呼吸抑制或休克。急救解毒措施是：

1. 因口服中毒者，立即洗胃、催吐，尽快将胃内的卤碱排出体外。
2. 洗胃或催吐后，内服鸡蛋清、牛奶或稠米汤，可保护胃粘膜。
3. 如因海盐卤碱中毒，可缓慢注射 10% 葡萄糖酸钙 10 毫升，必要时可重复应用 1 次；若为岩盐卤碱中毒者，用依地酸二钠能络合过高的钙。
4. 对症治疗。呼吸衰竭时，给予吸氧，或应用呼吸中枢兴奋药物，如尼可刹米、苯甲酸钠咖啡因、盐酸山梗菜碱等；若合并有休克，可用血管升压药，如麻黄素、肾上腺素等；腺痛剧烈，可用阿托品等。

#### 亚硝酸盐中毒怎样急救

蔬菜及一些野菜和水中含有硝酸盐，在正常的情况下是不会引起中毒的，但在适当的条件下，如蔬菜经腌制后，如果腌制的时间太短，不超过 7 天，可把硝酸盐还原为亚硝酸盐；此外，青菜腐烂变质、煮熟的菜久留久存、锅内温热的水留过夜等等，都能将硝酸盐还原成亚硝酸盐。吃入过多的亚硝酸盐，被人体吸入血液后，能将正常的血红蛋白氧化成高铁血红蛋白，使血红蛋白内的铁由二价变成三价，因高铁血红蛋白能阻碍血液中血红蛋白的携氧能力，因而导致机体组织缺氧，会发生中毒现象。临床表现为口唇、指甲及全身皮肤出现青紫、头晕、头痛、心慌、烦躁不安、呼吸急促、恶心、呕吐或腹痛、腹泻等，严重者会出现心率减慢、心律不齐、昏迷惊厥，直至因呼吸衰竭而死亡。急救解毒措施是：

1. 催吐、导泻、洗胃，尽快排除体内残留的亚硝酸钠。
2. 应用解毒剂美蓝，一般应用后半小时有效。用量 1% 美蓝，成人每次 10~15 毫升；儿童按每公斤体重 1~2 毫克计，用 50% 葡萄糖溶液稀释后缓慢（5 分钟）静脉推注，如注射后半小时青紫未见好转，可再注射 1 次。轻者亦可口服给药，1~5 岁每次可服 0.02~0.05 克；5~10 岁口服 0.05~0.1 克；10~15 岁口服 0.1~0.15 克；15 岁以上日服 0.15~0.3 克。不能口服者可将药物稍稀释后作保留灌肠用。
3. 大量维生素 C 应用，每次 500~1000 毫克，可用葡萄糖溶液稀释后作静脉注射，有使高铁血红蛋白还原成血红蛋白的作用，如与美蓝配合使用，能增强其疗效。
4. 对症治疗。缺氧严重者除给氧外，还可静脉注射细胞色素 C 15~30 毫

克（需先作皮肤敏感试验，阴性者方可用），必要时输入新鲜血液；血压下降时应用升压药物，如麻黄素、肾上腺素等。

5. 中医中药治疗。当归 12 克，川芎 5 克，生地黄 9 克，桂枝 6 克。每天 1 剂，水煎服。

6. 针灸治疗。选十宣、尺泽、委中等穴位，针后即灸，每天 1 次。

#### 沥青中毒怎样急救

长期接触沥青的人，由于过多地吸入沥青中的有毒物质，如蒽、吡啶、咔唑、吡啶、吲哚等，可发生急性或慢性中毒。中毒表现：在直接接触沥青或其烟雾后，特别在阳光下，只须 45 小时，就在皮肤暴露部位，如面、颈、肩、手及四肢伸侧，即可发生大片红斑，重者水肿，水疱及渗液，伴有瘙痒及灼痛感；全身反应有头痛、头晕、恶心、腹痛、腹泻、胸闷、眼痛、烦渴、心悸、呼吸急促等，严重者可出现黄疸、血尿、甚至虚脱。急救处理措施是：

1. 立即让患者在阴凉处安静休息，避免再次受阳光照射。

2. 中毒症状严重时，可给予葡萄糖溶液及维生素 C 注射，并口服溴化钠或巴比妥酸盐类镇静药物治疗。

3. 若皮肤被沥青烫伤或残留沥青，可用 2% 苏打水洗去，然后再根据皮肤损害的情况分别给予湿敷或涂擦比较缓和的保护性膏剂（如含有氧化锌或滑石粉）、淀粉、甘油及水各等量的膏剂或用花生油调滑石粉及碳酸镁（各占 20%）外搽，但不宜用龙胆紫外搽。眼部可用生理盐水或弱苏打水清洗。

4. 为了防止沥青中毒，应避免在阳光下作业，最好改在晚间进行；每次上班前，于皮肤露出部位搽上由滑石、淀粉、甘油、植物油、明胶、硼酸、水配成的防护膏，下班后再沐浴将防护膏洗掉，有良好的防护皮肤的功能。

#### 爆炸引起窒息怎样急救

炸弹爆炸或在充满可燃气体的空间中，由于浓烟滚滚，氧气缺乏，容易发生窒息死亡现象。对待窒息病人如何进行急救？

1. 迅速把伤害者抬离现场，移到空气清新的地方，避免继续被浓烟所害而招致窒息死亡。

2. 如果病人一般状况许可，应协助伤病者保持半坐的姿势，并设法支撑住他的头与双肩，使呼吸尽快恢复平稳。

3. 迅速解开伤害者的颈部，胸部与腰部的衣物，以免衣物束缚呼吸肌而影响呼吸。如果伤病者已失去意识，但呼吸正常，要让其以复原卧姿躺下；如果呼吸困难或停止，应立刻进行人工呼吸，并及时请医务人员赶赴现场一同参加抢救。

4. 如果伤病员合并有出血、外伤、灼伤、骨折时，应给予相应的处理。

#### 化学武器中毒怎样急救

化学武器也是一种杀伤力较强的武器之一。目前一些国家使用的化学武器种类甚多，如催泪性毒气、喷嚏性毒气、窒息性毒气、糜烂性毒气、神经性毒气等 10 多种。毒气的施放多随空中的炸弹或地面上的炮弹散布到对方阵地的，因此毒气中毒的现场抢救必须与防空工作密切结合。

1. 抢救工作要在统一领导下进行，抢救人员要服从统一指挥；

抢救工作也需要与群众的防护工作相结合。

2. 注意个人防护与集体防护相结合。抢救人员和群众均需戴上防毒面具。如无防毒面具，可就地取材，如用口罩或几层绒布浸在防毒溶液（硫代硫酸钠 30 毫升，甘油 15 毫升，饱和乌拉托品溶液 30 毫升，加水 100 毫升）

内，拧干后可使用。抢救人员还要穿上防毒衣和橡皮靴，戴好橡皮手套。在紧急情况下，可用风镜、雨衣、毛毯、油布和胶鞋等代替防毒器械。

3. 事后要对毒气进行消除工作，如用自然消毒法（蒸发、漂散、水解等）和人工消毒法（土埋、燃烧和化学品中和等）。个人消毒可用下列溶液擦洗：神经毒气用 15% 甲酚钠溶液；糜烂性毒气用氯胺酒精溶液。如当时未明确毒气的种类，可先用甲酚钠溶液，后用氯胺酒精溶液擦洗。如无上述药剂，可用大量肥皂水冲洗；也可用 3% 漂白粉洗擦。

4. 一旦发生中毒，如出现头晕、头痛、呕吐、流泪、视力模糊等症状，应该马上离开现场，立即到空气清新的地方，然后请医生救治。

#### 怎样识别昆虫

昆虫是生物中最大的一个类群，它种类多、分布广、数量大，和人类的关系密切。为了防治和消灭有害昆虫，保护、繁殖和利用有益昆虫，首先要识别昆虫。

所有昆虫在体形上部都有着一个共同的特征：它们的身体都明显地分为头、胸、腹三大体段，胸部都长有两对翅六只足。如田地里危害庄稼的蝼蛄、蝗虫；花丛中飞舞的蝴蝶；黑夜里扑向灯火的蛾子；夏天在树上鸣叫的蝉；帮助植物传粉作媒的蜜蜂等。而吐丝结网的蜘蛛、蜇人的蝎子，它们的身体只分为头胸部和腹部两段，长着八条腿，这些就不是昆虫。蜈蚣、马陆的腿更多，当然就更不是昆虫了。

仔细观察，还会发现昆虫的头上都长有两根长长的须，这是昆虫的触角，是它们寻找食物，发现障碍，寻找配偶的“雷达”。昆虫的种类不同，触角的形状也不一样：蜂类的触角中段弯曲，象膝盖状；金龟子类多长着鱼鳃一样的触角；蝶类的触角下段细顶端粗，很象一根垒球棒；白蚂蚁的触角象一串珠子；蝗虫、粘虫的触角则象一根赶马车的鞭子……根据昆虫触角的构造，可以进一步区别出不同种类的昆虫。

昆虫的嘴巴叫口器，它的构造随饮食种类和吃东西的方法不同而有所变化。掌握不同害虫的口器构造，可以有针对性地选用杀虫药剂，采用恰当的防治方法。例如，吃庄稼叶子、咬庄稼嫩苗的蝗虫，蝼蛄等害虫，长有两对带锯齿的大牙，上下唇和两对牙齿之间有一个带毛的舌头，对这类害虫主要采用胃毒剂防治。危害棉花的棉蚜、盲蝽象，危害水稻的飞虱、叶蝉，咬人的蚊子、臭虫等的口器象一个空心的注射针头，吃东西时把针状口器插到寻食对象的皮里，吸取皮下的汁液，防治这类害虫就不能用胃毒剂，而应采用接触剂农药。蝴蝶和蛾子的口器象一根中间空的钟表发条，吃东西时伸出去吸食花朵深处的蜜汁，人们常用接触剂或把胃毒剂拦在糖浆里防治它们。

昆虫家庭在它漫长的生活道路上，形成了适应环境变化的身体结构。步行虫的六条腿又细又长，跑起来非常迅速。蝗虫、跳蚤的后腿特别发达，有很好的弹跳能力。螳螂有一对刀样的前足，有利于它捕食小动物。蝼蛄的前足粗壮，上面生有几个大齿，便于它挖筑隧道，偷吃庄稼的根茎。

我们掌握了解昆虫的基本结构，就能很容易地认识昆虫，再根据不同种类昆虫的不同特征，就能进一步鉴别益虫和害虫，从而达到有效地消灭害虫，利用益虫的目的。

#### 怎样安全使用家用杀虫剂

为了杀灭蟑螂、黄蚂蚁、螨及蛀虫等，要使用各种杀虫药，特别是室内养花的家庭，为防止花盆内孳生害虫，经常喷洒药物。为了保证安全卫生应

注意以下几点：

1. 正确选择用药。为防止污染室内空气，尽量选用不易挥发的杀虫剂。不要用剧毒药物，一些剧毒药即使少量吸入也会出现生命危险，污染皮肤也容易中毒。在家庭环境中禁止使用 1059、1605 等剧毒农药；

2. 严格掌握使用方法。使用剂量和浓度、配制方法、施用室内湿度等微小气候，要严格按照使用说明书上的要求做，不要随意改变。家庭养花施用农药时，最好采用撒毒土和泼浇的方法，不宜用喷粉、喷雾、熏蒸的方法。使用毒饵诱杀蟑螂、蚂蚁时，要用专用器皿，在指定的地点放置；

3. 要注意个人防护。喷洒药物时戴口罩，不要赤膊露背，不要吸烟和吃东西。用药后要洗手并及时清洗喷雾器。药液要现用现配，一定用完。使用易挥发的农药时，应选择低温和家里无人的时间。

4. 妥善保管，严防误食。对于易挥发的药用瓶装封好。为防止小孩误食，药物应存放在高处和不易发现的角落；

5. 不要自行配制杀虫药剂。为了提高药效，必要时混合为伍，或轮换用药，或适当改变剂型，但不要随意自行配制药液和加工制做杀虫药剂。

怎样消灭蚂蚁

只要提起家里有蚂蚁，没有人不讨厌的。用什么方法才能有效地消灭它们呢？首先要了解蚂蚁的生活习性，然后才能进行防治。

1. 蚂蚁的生活习性。侵入住房的蚂蚁常见的是体形较小的红色、黄色和黑色的家蚁。它们数量多、繁殖快、活动范围广、食性杂。常喜欢群集在带有甜味、血腥味、肉类和动物尸体等处叨取食物。蚂蚁是筑巢穴，集体群栖生活的昆虫，所有的蚂蚁都有明确的分工。在蚁巢内有专门繁殖后代的蚁后和蚁王，有专管输送供给食物和保护巢穴、照料幼蚁的工蚁和兵蚁。因此，蚂蚁又称为社会性的昆虫。

一般蚁巢筑在住宅周围的石缝、泥土、树根和草根下，也有筑在楼房的砖墙缝和凉台上的积土内。蚂蚁是靠腺体内分泌一种“信息素”来传递消息和指示路线。它们常成群结队头尾相接沿着一定的路线活动。工蚁的嗅觉很灵敏，可以从很远的地方寻找到需要的食物，这时它们行走的方向是背离巢奔向食物而去的方向。尔后叨着食物排列成行循原路线把食物搬运回巢里。由此形成一条往返蚁巢的运输线。

2. 防治蚂蚁的措施。  
消灭蚂蚁最有效的方法是查找蚁巢，将蚂蚁全部彻底地消灭在巢穴内。根据蚂蚁活动的规律可采取：

(1) 在蚂蚁经常活动的地方，放一些香甜的食物如饼干屑、蛋糕、肉等作诱饵，观察它们行动的方向，追踪行走路线找到老巢。然后在蚁路上喷撒杀虫剂。目前常用的有效灭蚁药有：灭蚁灵。这是一种蚂蚁具有引诱作用的灭蚁药粉，可使蚂蚁主动来觅食。当它将药粉拖回穴内后，经药剂的触杀和胃毒作用使其全巢覆灭。连续使用多次就可达到根除。灭蟑药。在蚂蚁活动的通道上，用灭蟑药笔涂划数道药线，蚂蚁接触后不久就会死亡。增效灭虫灵。这是一种触杀作用很高的药剂，对杀灭蚂蚁有特效。敌敌畏加水 100 倍灌注入蚁巢内。

(2) 堵塞缝隙：用拌有杀虫剂的泥土、水泥等堵塞墙缝、孔洞，杜绝通往蚁穴的道路，堵杀蚂蚁于巢内。

(3) 清除室内积土、宅外杂草，垃圾等便于发现蚁巢。

怎样消灭蟑螂

蟑螂是非常有害的昆虫。饭菜、瓜果、被褥、衣服、书籍、粪便、痰涕等都是它的食物。它周身沾满细菌，人吃了蟑螂爬过的食物，容易生病。下面介绍几种消灭蟑螂的简便方法：

1.晚饭后，饭锅先不洗，锅盖半揭开，把灯关掉，蟑螂就会爬进锅里。然后把锅盖盖严，放在火上烘。

2.用一只酒瓶或一只大玻璃杯，斜放在蟑螂比较多的地方。瓶口抹麻油，瓶内放食物。蟑螂进去吃食物就爬不出来了。

3.在食橱、炉灶、桌案等处消灭蟑螂的卵囊和幼虫。

4.药物杀灭：用滴滴涕喷射藏匿蟑螂的用具。喷射前要把食具和食物拿开，防止人中毒；将山芋煮熟后加上硼酸粉，搅拌后做成小粒，也可以把硼酸粉和入糖浆或糖粥里，放在蟑螂常经过的地方。

#### 怎样消灭臭虫

夏季是臭虫繁殖的旺盛季节，消灭臭虫最好抢在它们繁殖之前进行。如果单个房间采取杀虫措施，会把臭虫赶到其它地方，所以最好统一行动。消灭臭虫有许多方法，应该采取综合措施，反复进行。

1.堵：用粉刷或纸糊的办法，堵塞墙缝等臭虫栖息的场所，可以将臭虫憋死。

2.药：用80%的敌敌畏乳剂加水500倍，一般每个单人床用原药2—3毫升；或用50%的杀螟松乳剂加水200倍，每个单人床用原药7—8毫升。喷洒在床缝、墙缝或其它有臭虫的地方，然后把房间的门、窗关闭8小时以上。在进屋之前，首先要打开门、窗通风0.5小时，以防中毒。臭虫卵比较耐药，所以过10天左右必须再喷洒一次，才能消灭彻底。用杀螟松乳剂只要两次就有效，但敌敌畏持久性比较差，需要反复使用几次。喷洒药水时一定要戴上口罩；如果皮肤沾上药水，要立即洗干净；工作完毕要彻底清洗，药物绝对不能污染食物和食具；喷洒敌敌畏时，切记不要吸烟。

3.烫：温度达到70—80℃就能把臭虫烫死，所以用开水沿床缝、家具缝浇烫，灭虫效果也很好。

4.晒：曝晒床板，敲打床板，可以把落地的臭虫消灭。

5.撒：用2%的百治屠粉，每个单人床上撒2两。在6—9月间，每月可以撒一次，灭虫效果也比较显著。

#### 怎样防治草席坐螨

夏天睡在新草席或放置时间稍久的草席上，在皮肤暴露部位会出现小红块，而且奇痒难熬。原来这是一种小小的草席虫——尘螨在作怪。

尘螨是一种白色的长仅半毫米左右的小虫，肉眼不易发现。它生长在阴暗潮湿处，一般在草席的边沿、缝隙中，经常是几十只聚集在一起，形成一丝白色的细网，仔细看，那一点点的白色点子，就是尘螨。人的皮肤被它咬了以后，慢慢就起了小红点，二三点一处，用手一搔抓就连成一片，小孩还会引起溃烂。

消灭尘螨的办法很简单，主要有以下几种：

1.晒杀：把有尘螨的席在阳光下曝晒半小时，正反面各一次。

2.药杀：床棚的四周可用杀虫灵药水喷一遍，席子的四周边沿再用棉花球蘸酒精（或白酒）擦试几遍。

3.熏杀：最后为了消灭漏网的尘螨，可用纱布裹着樟脑块（勿用樟脑丸，因樟脑丸对人体有害）置于床棚边沿，特别是草席毛边的一头。此法效果颇

佳。

#### 怎样乃除跳蚤

1. 将门窗关严，把芸香（中药）放进火盆里，跳蚤闻到芸香的味，就争先往火盆里跳，不要多大功夫，就可全部消灭。

2. 若发现家猫身上有跳蚤，应马上清除，否则既不利于猫的健康，又有碍于家庭卫生。这时您只要将 1~2 粒卫生球压成粉，搓在猫的身上，跳蚤便会立即死亡，随后拍掉粉末给猫彻底洗个澡即可。

3. 将桃树叶捏皱揉烂，覆盖在猫身上，用粗布或薄膜把猫的全身包扎起来，留一小孔，半小时后，把包扎的粗布或薄膜打开，刷掉桃叶，便可见跳蚤脱落和死亡，效果极好。

4. 用簸箕或其它家具，装上刚吃过的甘蔗渣，傍晚时放到跳蚤较多的地方。晚上跳蚤会钻到甘蔗渣中。次一早，把甘蔗渣放在外面烧掉，便可除去跳蚤。

#### 怎样消灭虱子

滴滴涕和六六六粉，是世界各国早已禁用的有毒药剂。我国在 1983 年也已禁止使用，因而不能用这两种药物来灭虱。正确的灭虱方法：

1. “灭虱灵”（二氯苯醚菊酯制剂）。北京丰台区检查小学生 1123 人，发现头虱染虱率达 23.6%，经用“灭虱灵”，每人用 30 毫升涂擦头发，三天后清洗，不仅灭了虱子，而且也消灭了虱卵。在使用时应注意保证足够的用量，并须对家庭成员生虱者同时用药，以防反复感染。

2. 灭虱药物粉笔（高效菊酯杀虫药笔）。商品药有“神笔”、“灭蟑药笔”等，均可使用。成品每袋内药笔 2 支（可供 4 人用量）。具体用法是将粉笔半支横竖划道（10 厘米间距）涂擦帽子衬里或头发上，戴上帽子过夜，可灭头虱。涂衬衣上、被里上，可灭体虱。涂擦阴毛可灭阴虱。

3. 用药液梳头。将 1/200 敌敌畏液（一份原药加 200 份水）盛在脸盆内，用梳子沾药液将头发梳湿润（以不滴水为度），用布包住头或戴上帽子，即可灭头虱。

4. 25% 百部酒精浸液擦头。将百部（中药）25 克，浸泡于 100 毫升 75% 酒精中 48 小时（或一斤白酒泡 50 克百部），用药液擦头，然后用毛巾包起或戴帽过夜，次日洗净，头虱即被杀死。商品药“头虱克星”（广西玉林产），即属此类。

5. 百部水洗头。用百部草 50 克，加水 1000 毫升，煮沸半小时，滤过，取药液 1 份，加水 4 份洗头，注意勿使液流入眼内，洗后包头巾过夜。

6. 食醋洗头。将市售食醋加温至 40 左右洗头后，用毛巾包头过夜，次日再用清水洗净。

7. 2% 百治屠粉剂（倍硫磷粉）。用法是：将药粉装纱布袋内，在头发内拍撒，每人 10—15 克，或撒在布帽内戴头上过夜，可灭头虱（注意勿使药粉进入眼内、口内）。药粉 50 克撒衣缝、被里上，可灭体虱。撒搽阴毛部位灭阴虱。

8. 灭虱头油（二氯苯醚菊酯头油）。将此头油倒在手心，擦头发上，然后用毛巾包头 1—2 小时，1—3 天后用肥皂水洗净，一周后重复一次。剂量成人 10 毫升，学龄前儿童 3 毫升，小学生 5 毫升。

9. MF 型灭虱梳（常州产）。梳内装有灭虱药“液灭露”配套使用。在梳头的同时，药露便可浸润头发，从而杀死头虱，方便安全，适合学校中集

体进行灭头虱使用。

#### 怎样驱蚊

1.吃大蒜，吃大蒜自古以来就是驱蚊的有效办法，因为蚊子不喜欢人体分泌出来的大蒜气味；

2.服用维生素 B，因为维生素 B 类代谢后，从汗液排出体外，会产生一种使蚊子不敢接近的气味。3.在卧室里放上几盒揭盖的清凉油，或风油精，蚊子会闻而生畏。4.捉几只蜻蜓关在居室里，让这些蜻蜓布下天罗地网，一只蜻蜓一小时可歼灭 800 只蚊子。5.可在住房里摆上 1~2 盆盛开着的茉莉花、米兰、玫瑰，最好是夜来香，这样能收到意想不到的驱蚊效果，因为蚊子不能忍受香气。6.可用空酒瓶装入 3~5 毫升的糖水或啤酒，放置桌面或室内蚊子较多的地方，蚊子闻到甜酒味就会往瓶子里飞钻，飞进瓶内的蚊子不但难以飞出，而且一碰到糖水或啤酒即被沾住，以致死亡。一个酒瓶一昼夜内可除蚊子几十只至几百只。7.可用浮萍草，晒干，燃烟熏，或同锯末、雄黄末装纸筒内燃烟熏之，加鳗、鳖骨更妙。8.可用夜明砂（蝙蝠类）燃烟熏。9.可用浮萍、闹羊花各一把，为末，用鳖血和二药调匀，擦在房门上，则蚊虫一定俱灭。

#### 怎样毒杀苍蝇

1.毒蝇纸：取 80%的敌百虫 10 克，米粉 150 克，红糖 200 克，水 500 克。配制方法：先将米粉、红糖与水煮成糊状，然后加上敌百虫，充分搅拌，涂在纸上（纸质一般要粗，且能吸水的较好），晒干备用。用时将毒蝇纸放于盘内，涂药一面向上，加点水保持经常湿润，第三四天效果最好。置于苍蝇活动较多的地方，可连续使用一星期。优点是制作方便，使用安全，效果好，成本低。

2.取 80%的敌百虫 1.5 克，糖 20 克，细砂 80 克，水适量。先将糖溶于水，再加上敌百虫，然后加入细砂充分搅拦即可。使用时将毒蝇砂放在小碟内，置于苍蝇活动的地方。

3.用敌敌畏一毫升，或 80%的敌百虫 5 克，先溶解于少量的水，后渗入 500 克鱼的内脏或腐鱼即成诱蝇饵。

4.松香一份，桐油一份，糖五份。煮成胶状后，涂于纸上，即成粘蝇纸。苍蝇飞来觅食时，即被粘在纸上，无法飞走。

5.可用麻绳，布条或纸条等浸于 1%的敌百虫或 1—2‰的敌敌畏溶液内（可适量加点糖），使用时挂于居室、厨房苍蝇活动的地方。

6.药物喷洒。用 1—2‰的敌敌畏药液，喷洒苍蝇活动的地方，如居室、厨房、饭厅的地面、墙壁等处。怎样安全使用鼠药老鼠传播多种疾病，如鼠疫、流行性出血热、钩端螺旋体病、地方性斑疹伤寒等。鼠害造成的经济损失相当惊人，如偷吃粮食、咬坏电线、破坏房基和水堤等。

常用的灭鼠方法有器械灭鼠法、药物灭鼠法和生物灭鼠法。其中药物灭鼠法使用广、收效快、效果好。常用灭鼠药有：磷化锌，又称二磷化三锌，为黑色粉末；敌鼠钠盐，又称双苯杀鼠酮钠盐，呈黄色粉末状；大隆，又称灭鼠优，淡黄色粉末；华法灵（杀鼠灵）等。

安全用鼠药应注意以下几点：

1.毒饵浓度要适宜。使用敌鼠钠盐毒饵时，其浓度不应超过 0.05%，毒饵量 50 克为宜。使用灭鼠优时，其浓度为 0.25~0.5%为宜。有人使用 2%的毒饵，曾发生人畜中毒事故。杀鼠灵使用浓度不超过 5/105。北京郊区曾

发生过猪吃敌鼠钠盐中毒死亡，人吃了中毒死亡的猪肉后又引起二次中毒的事故；2. 使用毒饵槽，防止毒饵混入食物或被小孩误食。使用毒饵槽安全、节约药物、灭鼠效果好，又不污染环境。每槽内放置 30~50 克灭鼠药；3. 配制药浆和分装粉末状药物时要戴口罩及橡胶手套，最好在通风处操作；4. 在住宅区不宜用磷化锌。因为磷化锌放置过程中可产生对人畜有害的磷化氢气体；5. 禁止使用氟乙酰胺灭鼠。有一个时期，用毒性很大的氟乙酰胺灭鼠，发生过多起人、畜、禽中毒死亡事故。1982 年农业部和卫生部联合发出通知，明令禁止使用氟乙酰胺灭鼠。

6. 投放毒饵的包装纸最好注明有毒标志。用大米作诱饵时，染成红色或兰色，配成警戒色以便辨认。投放毒饵最好能做到夜放晨收。

#### 怎样灭鼠

下面介绍 9 种简单易行、效果显著的灭鼠方法：

1. 粘鼠法。用鼠敌粘胶或松香、机油(2 份松香、1 份机油混合熬成液体)，将粘合剂涂于纸上或板上，中间放些诱饵，放在老鼠常出入之处，老鼠粘上后即不易逃脱。

2. 熏鼠法。用蟹黄和等量的中药闹羊花调匀后，放入木屑用火点燃，老鼠闻到烟雾即从四面八方涌聚一起，稍后即处于昏迷状态，此时即可捕杀。

3. 毒鼠法。用高效低毒灭鼠药比较好，如敌鼠钠盐、杀鼠灵、大隆等慢性灭鼠药，既适合于老鼠啃食习性，又不易产生拒食，对人、畜又较安全。

4. 氨水灌洞法，从鼠洞口灌入氨水，然后用泥封严，通过氨水挥发的刺激味熏蒸灭鼠。

5. 以鼠灭鼠法。捉强壮雄鼠一只，将其睾丸取出，然后塞入黄豆两粒，再用线缝合，然后放生。由于黄豆在鼠体内发胀，雄鼠疼痛难忍，便四处寻伴撕咬，直到咬死对方为止。

6. 柴油灭鼠法。用黄油、机油、柴油混合拌匀，拨洒在鼠洞周围，老鼠进出口粘上油、泥土后感到不舒服，即用嘴舐柴油混合剂，顺老鼠消化道进入胃肠，腐蚀胃肠，使鼠致死。

7. 牛粪堵洞法。先把牛粪填入鼠洞，再用碎砖瓦合成泥团把串道的洞口全部堵严，老鼠闷呛后死在洞内。

8. 水泥灭鼠法。取 50% 的水泥、45% 的面粉(要用锅炒香)和 5% 的植物油混合拌好，一般取 5~10 克，放在塑料纸上(否则易造成水泥潮解)，置于老鼠经常活动的地方。因有食油香味散发，老鼠爱吃，吞食后 12 小时左右，鼠毛竖立，焦躁不安地啃咬物品，拒食，一般在 20~29 小时内死亡。致死原因是因为肠道急性梗塞、出血。这种无毒灭鼠食饵，不污染环境，对人、畜无害。

9. 洗衣粉灭鼠法。将适量的洗衣粉和花椒粉均匀拌和于少许饭粒中，放到老鼠经常出没的地方，灭鼠效果不错。怎样防止家庭花木的危害在众多的观赏花木中，有上千种是有毒的，其中有的是全体都含有有毒物质，有的则只是集中在其根，茎或叶片，花朵里。

既然有毒，人们为什么还保护它们呢？原来，植物体内的有毒物质，是它们自卫的武器，它们因为很少受到病虫危害，并且适应性强，栽培管理简单。有毒花木中的有毒物质并不向空气中扩散，对人类一般不造成危害。而它们凭借着自身的毒性，使得不仅昆虫，就是大型食草动物也轻易不敢冒犯。

有毒的花木不仅给人以美的感受，它们的芳名还常常列入药典中。人们

提取其有毒物质，外用或内服医治多种疾病。

有毒的花木也是帮助人类发展农业生产的好帮手。例如，用夹竹桃、五色梅等的枝叶捣碎、水浸后的滤液防治花木或蔬菜上的红蜘蛛、蚜虫，菜青虫等，具有防治效果好、无污染、无残毒的优点。

但是，如果家庭中栽培了有毒花木，毕竟存在一定的隐患。例如，儿童很可能因无知和好奇而玩弄有毒花木的枝、叶、茎、花、果（籽），这样就难免发生意外。因此，了解一些常见花木中有毒品种的知识，还是很有必要的。

一品红：又名猩猩木，圣诞花，是多年生灌木或小乔木。我国北方作盆花栽种，广东、云南等地可在地里栽种，气候适宜常常长成3~4米高的灌丛。开花时，顶端鲜红色的叶片衬托黄色的小花，十分鲜丽。

一品红是大戟科植物，全株有毒。茎杆中的白色乳汁，含有大戟甙和多种生物碱，乳汁接触皮肤可使皮肤发热红肿；如误食其叶片，严重的会中毒死亡。

光棍树：又名绿玉树，是多年生灌木或小乔木。北方作盆花种植，南方盆栽或地栽。

光棍树是大戟科植物，原产美洲热带干旱的荒漠地区，为适应干旱、炎热的生活环境，它的叶片退化，依靠其绿色的茎干进行光合作用。光棍树的绿色小枝，光亮如翠玉，很受人们喜爱。

光棍树茎中白色的乳汁，含有大戟甙类和生物碱类物质。乳汁刺激性很强，沾在皮肤上会引起红肿，误入眼睛内能引起失明。误食中毒反应强烈，严重者可致死。

花叶万年青：万年青有许多种，这里介绍的是天南星科的花叶万年青和彩叶万年青，均是盆栽花卉，在南方可种植在庭院里。

这两种万年青的叶片上有白色、黄绿色或各种颜色的斑点，花谢后，内穗花序上结橙黄或绿色的浆果。浆果和茎汁中含有草酸钙针晶体，也有人叫它是水鲜蛋白酶。汁液有强烈的刺激作用，接触到皮肤上，会使皮肤发炎、红肿、痒。如果误食花叶万年青的茎或果实，就会使口腔舌体粘膜吞咽困难，味觉丧失，声带麻痹，以至不能说话。因此，国外又叫它哑巴竹。

天南星科植物中的很多种类都是有病的，它们一般结有鲜红色的果实，美丽诱人，不仅儿童易被诱食，也有成年人误食中毒的。

用万年青的汁液或全株浸液拌上饵料可毒杀蟑螂、老鼠。用其浸液稀释还可喷治花卉害虫。

水仙花：又名雅蒜、天葱或金盏银台，是石蒜科植物。原产于地中海，但在我国已有千余年的栽培历史。福建的漳州、上海的崇明，浙江普陀岛等地，均有大量栽培或半野生水仙花的生产。

水仙花的鳞茎中，含有伪石蒜碱，石蒜碱，多花水仙碱和漳州水仙碱等多种生物碱。鲜花中含有挥发油0.2~0.45%，油中主要成分是丁香油酚、苯甲醛、醇、挂皮醇，还含有芸香甙和异鼠李素—3—鼠李糖等。

误食水仙的鳞茎会引起肠炎腹泻，瞳孔放大，并产生痉挛。用水仙鳞茎捣烂，外敷或涂汁可医治痈疽毒疮等。

五色梅：又名马缨丹、七变花、山大丹、大红绣球等。是常见观赏植物，北方各地作盆花栽培，南方作庭园植物。

五色梅是马鞭草科常绿灌木，全株有一股强烈的怪味。夏季小枝顶端形

成密集的半圆形花序，每序有小花几十朵，花色粉红、黄色、红色、橙黄，全年开花好似多变的彩球。在热带地区，五花梅开花以后可结出紫黑色的浆果，如不慎误食，严重的会引起中毒死亡。五色梅的叶片含马缨丹稀 A、马缨丹稀 B，前者对羊的毒害较大。此外，还含三萜类、马缨丹酸、马缨丹异酸、鞣质、生物碱等。

夹竹桃：又名柳叶桃、柳竹、半年红，是全国各地常见观赏植物，北方各地常作盆花种植，长江流域以南各省可地栽，6 月以后开花，花期长达几个月。

夹竹桃是夹竹桃科植物，枝、叶中含有欧夹竹桃甙甲、乙、丙，去乙酰欧夹竹桃甙丙和三萜皂甙、芸香甙等。树皮含夹竹桃甙 A、B、D、F、G、H、K 等。夹竹桃的新鲜枝毒性最强，叶片其次，花的毒性较轻。如果误食叶、花则恶心、呕吐、腹痛、腹泻、指尖或口唇发麻、说胡话、心动过缓，以至死亡。夹竹桃的枝、叶作燃料时，产生的烟雾也可引起中毒。夹竹桃用作中药时，可以用极少量（1 克以下）熬汤内服，有强心、利尿、祛痰、定喘、镇痛、去瘀功效。有的人自作药剂，用十几片或更多叶片熬水内服，造成死亡。

黄花夹竹桃：又名番子桃、台湾桃、竹桃等，是各地常见的观赏花木。北方盆栽，岭南可地栽，株高可达 5~6 米，常绿，6~12 月开黄色花，花后结扁圆形果实。

黄花夹竹桃是夹竹桃科植物，果实、树皮中含黄花夹竹桃甙甲、乙黄花夹竹桃次甙甲、乙等多种成分。误食其果实、茎叶，会出现头痛、头晕、恶心、呕吐、腹痛、腹泻，烦躁、说胡话，四肢麻木，脸色苍白，脉搏不稳，昏迷，心跳停止以至死亡。

黄花夹竹桃果仁提取的黄花夹竹桃素和黄夹甙，药用有强心作用，适用于多种心脏病引起的心力衰竭，心动过速和心房纤颤等病症。

黄蝉花：又名黄花夹竹桃，是夹竹桃科观赏灌木。常见的有黄蝉花和软枝黄蝉。

这两种黄蝉，北方盆栽，南方可室外庭园中栽植。软枝黄蝉还可作花架，走廊的攀援植物。

黄蝉花的树皮、叶片和种子、花朵及汁液均含有毒物质，误食会引起腹痛和呼吸困难，孕妇误食会流产。

闹羊花：又名惊羊花、踯躅花、黄杜鹃、闷心花。是杜鹃花科的落叶灌木，4~5 月间，在小枝顶端盛开漏斗状金黄色花朵。

闹羊花是一种有毒的花木，花朵中含侵木毒素和石楠素，叶片含黄酮类、杜鹃花毒素和煤地衣酸甲脂。花朵有强烈毒性，接触和食入都能中毒。人畜误食其花朵后，常会恶心、腹泻、心跳缓慢、血压下降，步态蹒跚、呼吸困难，严重时呼吸停止而死亡。

闹羊花的干燥花朵可用作中药煎汤服用，每次用量不能超过 1 克，需在医生指导下服用。

马利筋：马利筋又名莲生桂子、芳草花、金凤花。是一年生或多年生草本植物，北方盆栽或作一年生植物地栽，南方可地栽过冬。马利筋叶片含细胞毒卡罗托甙，还分出多种卡稀内脂。全株有毒，特别是乳液的毒性强。误食其花叶，会出现头痛、头晕、恶心、呕吐、腹泻、烦躁，四肢冰冷，脸色苍白，脉搏不规则，对光不敏感，昏迷，甚至心跳停止而死亡。

有毒花卉还有乌头、大花飞燕草、花毛茛、醉蝶花、洋金凤、苦楝、青

柴木、佛肚花、牵牛花、曼陀罗、马蹄莲、花叶、刺桐等多种，就不一一详细介绍了。

在了解了常见的观赏花木中一些有毒的品种之后，当然不必视花如虎，将有毒花木完全排斥于家庭栽培之外；但是，也不可掉以轻心，要采取必要的防护措施：家庭栽培的花木中哪些是有毒的，成人首先要清楚，并逐一向孩子解释，使孩子牢记：有毒花木不能触碰、掐弄，更不能啃、咬和食入腹中。盆栽的有毒花木要放在孩子够不到的地方，地栽的要设围栏，以防孩子贪玩而忘记了嘱咐。无毒的花木在喷洒花、肥之后也不要触碰、掐弄。

家庭栽培的花木不要轻易作药用（如专门种植药用花木则是另一回事），必需情况下的药用要有医生指导。

## 第五编 交通安全

### 少年儿童怎样注意交通安全

青少年尤其是少年儿童，他们易遭车祸，这同他们的生理、心理特征有关。少年儿童正处在身体发育时期，身手敏捷，爱动好跑。但由于生理条件的限制，又决定了他们的活动能力与认识水平存在着与行的矛盾，在心理上往往表现为反应快，顾虑少，不稳定，只从个人兴趣出发，不会顾及未来效果，好冒险蛮干。

根据少年儿童生理心理上的这些弱点，要特别注意交通安全。

1. 增强红绿灯意识。红绿灯是设在街道路口的交通信号装置。它象无声的指挥官，不断发出各种指令，把不同方向的车辆、行人从时间和空间上隔开，指挥它们有秩序地通过路口，以保障交通安全与畅通。小朋友们千万不要以为信号灯只是对机动车起作用，非机动车和行人可以任意行走。要知道，交通信号对所有交通参与者的限制都是一样的。“红灯停，绿灯行”按信号灯的指示通行，起步时向左右两边看是否有来车，然后从人行横道横过马路。这样通过路口就很安全，我们应该从小培养这种“红绿灯意识”，自觉地接受交通信号的指挥。

2. 学龄前儿童过马路要让大人牵引。一些小朋友过马路时，不愿让大人牵手而行，喜欢单独行动，东奔西跑。路上车来车往，稍不注意就容易发生事故。因为学龄前儿童往往视野狭窄，不能全面观察道路情况。由于经验不足，对车速与距离缺乏正确估计。还有他们思想简单，容易胡冲乱撞。为了防止学龄前儿童在人行道上乱跑干扰交通秩序或突然闯入车行道，不要让儿童单独上街。他们如在街道或公路上行走，必须有成年人带领。

3. 不要在车辆临近时突然横过马路。现实生活中常见这种镜头：大人，小孩各走道路一边，当遇到险情时，小孩突然向大人一边奔跑，尽管飞驰而来的车辆紧急刹车，但车辆还是将小孩撞倒了，这种情况，主要是横穿者距离车辆太近，即使驾驶员采取紧急停车措施，恶果仍不可避免，人在奔跑中，突然要立即停下来，人就会不由自主向前冲出几步，这就是力的惯性作用。再说，人的大脑从接受外界信号到是否决定停步到最后停下来有一个过程。汽车也是这样，当行驶中司机发现危险情况时，立即将右脚从油门踏板迅速移动到刹车踏板紧急制动时，电有一个过程；再加上行驶的汽车有惯性，不能一刹即停。最安全之策，只能是：不要在汽车临近时突然横穿马路。

4. 不要扒车。一些小孩出于好奇，常常利用车辆起步、上坡、减速时扒车，或作游戏或以扒车代步。由于机动车的速度比人行走的速度要快得多，扒车的人随着车速的不断提高和时间的延长，手臂的力量逐渐减弱，心情也愈加紧张，上下为难。如脱手落地，就会跌倒或摔伤。还有扒上车的人自然要跳车，这就更加危险。因驾驶员不知道车上有人，车速很快，而跳车人很难克服自身的惯性，往下一跳势必跌倒，甚至造成生命危险。

### 老年人怎样注意交通安全

在我国的社会主义制度下，老年人本应欢度幸福的晚年，但是，无情的交通事故却造成了一些老年人的不幸和痛苦。下面介绍的几点有关老年人交通安全的注意事项，也许对老年人有所帮助。

1. “安步当车”。进入老年后，人的感觉渐趋迟钝，视力和听力开始减退，精力渐渐不足，体力渐渐衰退，步履蹒跚，行动迟缓。由于上述原因，

有些老人外出常以坐丰代步行。其实，如果路程不是很远，应尽量少乘车，因为公共汽车一般比较拥挤，搞不好容易被铸碰受伤；车上颠簸晃动，对老年人也是有害无益。不如“安步当车”——多走路。少坐车，既能使心脏得到锻炼，镇静精神，又可减少乘车事故。

2.量力而行。老年人骨质疏松，手脚不灵活，应变能力差，尽量不要骑自行车外出。需要骑车时，也要根据自己身体条件量力而行，尽可能不要在交通高峰时间骑自行车上马路，或是到车多人多的地方去。

3.有备无患。为了步行更稳当，防止在马路上发生意外，老年人应使用手杖。有杖在手，站可依身，行可助脚，雨天防滑，在上下阶梯时作用更为明显，手杖应选用坚固耐用，灵巧轻便的，长度以相当于下垂手腕到地面的距离为宜，下端尽可能装有防滑的橡皮垫，平时要注意检查有无裂纹。老人穿的鞋也应注意舒适合脚，轻便防滑，尽量少穿塑料底鞋。为了防止马路上的意外，老人在外出参观，旅游，探亲访友或到商店买东西的时候，最好有青年人伴送，一个人尽量少到马路上活动。无论到哪儿去，都要留有充分的时间，做好充分的准备。不可与汽车，自行车争道，对个别不文明的年青人也不必计较，要做到多停，多让，多观察，以防不测。

4.更新观念。近几年随着城市建设。机动车辆的迅速发展，道路交通出现了许多新情况。新问题。老年人的思想观念必须适应这种变化了的情况，才能在瞬息万变的现代化城市交通中保证安全。近几年我国的交通管理正逐步向现代化发展，实行一些新的规定，进行严格的交通管理。因此，老年人必须抛弃那些过时的老经验、老习惯，树立自觉遵守交通法规的新观念。行人过马路怎样注意安全现代社会，生活节奏快，交通繁忙，最容易发生不幸事故。各种车祸的情况显示，行人仍然是导致交通意外的最大受害者。在因车祸而丧生的罹难者中，行人约占70—80%。

据分析数字显示，交通意外的一个主要原因，在于行人不依交通标志横过马路。

行人最经常触犯的交通条例有六项：

- 1.疏忽地使用道路而危及本身或他人的安全。
- 2.在斑马线管制范围外横过马路而不使用斑马线。
- 3.在设有交通灯的15公尺范围内横过马路，而不使用灯前之过路线或不依灯号指示。
- 4.在设有行人天桥或行人隧道的15公尺内横过马路，而不使用该行人天桥或隧道。
- 5.攀越或穿过路边或路中心安全岛的铁栏走过马路。
- 6.在马路上停留超过横过马路所需的时间。

这么多人触犯交通条例，其原因不外乎四点：（1）赶时间；（2）缺乏耐性；（3）贪方便；（4）认为不依交通规则，并不是什么大过错。

行人是“皮包肉”，车辆是“铁包人”一旦发生意外，受损失重的不用说也是行人。

被“马路虎口”吞没的行人中，孩童和老人又占有相当的数量。资料显示，精神不集中，这是孩童遇车祸的主因。特别是戴音乐听筒过马路，分分钟都会自招车祸。资料还显示，几乎所有因车祸丧生的儿童，都是男孩子。老人在交通意外中占上一个高比率，原因主要是反应迟钝，行为缓慢，听觉衰退。

欲速不达，车祸堪惊！行人过马路要有安全步骤，即使在行人过路线上，每当要横过马路和或脚踏出马路时，就要遵守交通规则，始可保安全无虞，尤以带领着儿童过马路的家长为然。乱过马路除会被警察训戒外，还做“敢死队”，殊不值得！

过马路的基本步骤如下：

- (1) 首先选择行人路上可以安全过马路之处站定。
- (2) 环顾四周及留意是否听到有车辆的声音。
- (3) 有车辆驶近，先让它驶过，留意有无其他车辆随后而至。
- (4) 如附近已无车辆，便直线通过马路。
- (5) 过马路途中，仍要小心留意车辆，自然更不宜贪快强行过马路。

车辆行人过铁道路口时怎样注意安全

火车车速快，车身长不容易制动，故在铁道路口容易发生与其他车辆及行人相撞的交通事故。因此，车辆行人过铁道路口时更应遵守交通规定，注意交通安全。

1. 车辆通过铁道路口时，时速不能超过 20 千米，拖拉机不能超过 15 千米，并要服从铁路管理人员的指挥。

2. 车辆、行人过铁道路口遇有道口栏杆（栏门）关闭、音响发出报警、红灯亮或看守人员示意停止行进时，须靠道路右侧和人行道依次停在停止线以外或距最外股铁轨 5 米以外。行人不能倚扒铁道口的栏杆。

3. 通过无人看守的道口时，要一停二看三通过。如路口两边有物体挡住视线，看不清有无火车驶近时，司机应下车察看，不能贸然通过，更不能与火车抢行。

4. 通过有人看守的铁道路口，遇有两个红灯交替闪烁或红灯亮时，不准通过；白灯亮时可以通过；红灯和白灯同时熄灭时，表示道口信号无效，按无人看守道口的要求通过。另外，还要注意一方列车已通过，又从另一方驶来列车，或道口栏杆、报警器等发生故障等情况。

5. 车辆在铁路道口停车等待通过时要拉紧手闸制动，以防车辆溜滑。火车通过后立即起步。穿越铁路应一气通过，不得在火车通过区内变速、制动、停车。紧握方向盘，防止车越轨道时方向盘转动击伤手臂。车辆一旦在铁路上熄火，应立即设法移离铁路。在火车即将来临的紧急情况下，可用起动机直接将车驶离铁路，如实在无法将车驶离，要上前迎着列车晃动红色衣物，告知列车司机采取紧急措施。6. 载运百吨以上大型设备构件的车辆，应事先与铁路部门联系，按指定的铁道路口及时间通过，以免发生事故。

骑自行车怎样注意安全

我国素有自行车王国之称。自行车是我国城乡家家户户使用的主要交通工具。因此，骑自行车所造成的交通事故在我国城乡家庭中，占有相当大的比重。那么，怎样才能确保骑自行车的安全呢？1. 自行车的质量要比较好，尤其是车闸、铃、锁、尾灯等应灵敏有效。自行车上不要安装发动机。2. 自行车要注意维护保养及定期检修，及时发现问题，及时修理。新自行车要经 2~4 周的“走合期”。“走合期”内不要快速骑用。“走合期”后要全面检修。轮胎充气要适当。载重要合适。自行车存放地点要选好，不宜日晒雨淋。经常保持自行车整洁。定期给自行车转动部位加润滑油。前、中、后三轴应每年拆下擦洗一次。定期将前后轮胎卸下换过来使用，每个轮胎也要定期将左侧调到右侧使用，这样可以延长轮胎的使用寿命。

3. 自行车车座的高度要适宜。车座过高，骑车人的上肢前俯，手掌受力大，时间久了会导致手神经麻痹。车座过低，双腿屈伸受限，影响速度。一般以骑在座子上双足踏在车蹬子上，略能屈膝为宜。车座前倾角度不宜过大。男车前倾不大于 30 度，女车不大于 20 度。车座不可过窄及过硬。否则，骑车人的会阴部易受车座反作用力，久之可出现尿频，夜尿症等。女同志还容易造成生殖器官疾病。车座上应加海棉套，使其富有弹性。车把不要太低，与车座相平较为合适。

4. 注意骑车姿势，握把要轻，两肘略为弯曲，上身微微前倾，臀部要坐得舒适。骑自行车时间较长要经常变换身体的姿势，如立直与俯身交换。半小时左右应抬高臀部离开座面一会儿，并做提肛运动，以减轻对会阴部的压迫，改善血液循环。握把的双手也要经常改变着力点。遇有路面不平的道路或上下陡坡时应推车步行。

5. 患有癫痫病、精神病、高血压、冠心病、闭塞性脉管炎、疝及红绿色盲、聋、哑等病人不宜骑自行车。

6. 女同志不要骑男自行车；未满 10 周岁的儿童不准在马路上骑“二八”自行车。

7. 骑自行车不准带人，载物高度从地面起不准超过 1.5 米，宽度左右不准超过车把 15 厘米，长度前后共不准超过车身 30 厘米。

8. 骑自行车只能在慢行道上行，无慢行线的道路，应靠马路右侧行驶。骑自行车不能逆行，不能抢行猛拐。转弯时应先打手式。

9. 骑自行车应礼让机动车，遇有停止信号时，左转弯不能从路口外绕行，直行不准右转弯方法绕行。

10. 骑自行车不准双手离把、攀扶其它车辆或撑伞、持物。不准拖带车辆或被其它车辆拖带。不准追逐竞驶或曲折竞驶。不准与他人扶肩并行或并行攀谈。遇有拖拉机及女同志骑自行车或儿童骑自行车时更要注意礼让及安全。

11. 雨雪路滑，骑自行车一要慢；二要将车胎气放掉一些，车胎不能太饱；三要转大弯；四要尽量不用闸，不停车，以免刹车摔倒出事故。

怎样防止自行车轮伤了孩子的脚

我国被誉为自行车王国。自行车是人们生活中的重要交通工具。但由于自行车车轮造成的儿童足部损伤也频频发生，年轻的家长们不可不注意预防这种儿童的意外伤害。

自行车轮引起的足损伤大部分是由于家长骑车时带孩子，孩子坐在自行车后架上发生的。由于儿童缺乏安全常识或好奇心强，不能预见自己行为的后果，而将脚不慎或有意插入到飞速旋转的车轮内，发生捻挫、挤压伤。伤势轻者可使足部表皮擦伤，皮下淤血、水肿。重者可造成足跟部皮肤坏死，皮肤和皮下脂肪及更深的部分被翻起，踝关节韧带也可以发生损伤。

一旦发生损伤后，家长千万不要惊慌失措，不能强行从车轮中拽出伤足，以免加重局部损伤。切勿随意找人揉揉捏捏。如果只是轻度损伤象皮肤擦伤可以涂擦红汞，如皮下淤血而皮肤没有破损，可做局部冷敷，或用中药九分散、跌打丸等外敷，要将患足抬高，限制活动，这样做可以减轻伤足肿胀和疼痛。对重伤者应及时去医院诊治。

年轻的父母们，为了保证孩子的安全，避免意外的伤害，最好不要带孩子骑车，更不要将孩子放在车后架上。

### 冰雪路上骑自行车怎样注意安全

1. 要认真遵守交通规则，不越线、不快骑、不带人，不和机动车辆抢行。
2. 不低头猛拐。当准备向左转弯时，要伸左手示意。
3. 由于寒冷，自行车部件变脆，容易产生疲劳断裂。在骑行中要避免负荷过重、加速过猛和剧烈颠簸。
4. 轮胎不要打得过饱，保持八分气。这样能增加摩擦力，防止打滑。
5. 捏闸时应先捏后闸，以后闸为主，用力要柔和。如果只捏前闸，或者两闸同时捏死，就会使自行车失去平衡而滑倒。
6. 保持与前后左右自行车间距，尽量慢行，防止一人倾斜滑倒时，影响多人同时跌倒。
7. 顶风、上坡时不要低头猛蹬；顺风，下坡时要控制车速。路面光滑时，拐弯不要过急过大地扭把。复杂路段，最好下车推行。

### 骑小三轮车怎样注意安全

近几年，不少人家购置了家用型小三轮车。在交通拥挤的城市，一家三口人同乘一辆车，逛公园，去商场或串亲访友，是很方便的。

然而，从交通安全方面来看，这种车却存在一些弱点，如车速慢、转弯不灵活等，骑车时如果再思想麻痹，违章行驶，那么，一旦遇到紧急情况，慢而不灵的车和措手不及的骑车人，就很容易造成交通事故。轻则人伤车损，重则几命皆休。

因此，骑这种三轮车时一定要特别注意交通安全。应从以下几个方面来注意：

1. 精神要高度集中，不要考虑问题或与乘车者闲聊。
2. 通过路口时，要选择刚出现绿灯的时候，这样时间比较充裕。来不及通过时不要强行通过，尤其不要闯红灯。
3. 拐弯时要瞻前顾后，不能猛拐或拐死弯。三轮车猛然变换方向极易翻车。
4. 载人时，除驾驶者外，最多乘坐成年人一人和学龄前儿童一人，载物时，高度自地而起，不要超过 1.5 米，宽度不要超出车厢（斗），长度前后不要超出车身 30 厘米，重量不要超过 100 公斤。

5. 铃、闸都要灵敏有效，车后要安装反光标志。

6. 只能在非机动车道内行驶，并且不要安装各种动力或加速装置。

最后提到一点，有些人家七拼八凑做成简易三轮车，或是将自行车改装成挎斗车，这样的车在结构质量上没有保障，稳定性差，很容易发生意外。所以，不要自制三轮车。

### 骑摩托车怎样注意安全

俗话说要想死得快，就买“一脚踹”。这“一脚踹”指的就是摩托车。虽然此话有些夸张，但摩托车速度快、稳定性差、目标小，容易出交通事故却是事实。因此，骑摩托车一定要注意遵守交通规则，安全行驶。

1. 摩托车必须经管理机关检验合格，领取合格证，还要按时进行庄检。平时也要加强车辆的检验，及时发现问题及时修理，如制劝杆的自由行程和功能、车轮、轮胎、轮键、车把、避震、指示灯、反光镜等是否安全有效。
2. 摩托车必须领取号牌，并安在摩托车的指定部位上，保持清晰，不准转借、涂改、冒领、伪造。
3. 驾驶摩托车必须领有行车证，选择适合自己身体条件的车型。如：在平地能轻易支起车的中心支架，跨上车后两脚能着地，能自

如地推着车走“8”字。4.骑摩托车时应佩戴安全头盔和护目镜。阳光下以茶色镜，夜间以无色护目镜为宜，可防止强光刺眼及小飞虫迷眼。应戴线手套或单皮手套，防止手出汗。不能穿拖鞋，防止滑脱。上衣以颜色醒目、目标明显为宜，袖口不能过于肥大，防止兜风。天气寒冷时，衣服应轻便、紧身、保暖好。还要加防寒性强的手套及鞋，并加护膝。5.骑摩托车时脚掌心踩在车的脚踏上，脚掌大致为水平位置，两膝夹住车的油箱。手掌向下，似向前推车把的姿势握车把。全身及两肩自然放松，不得左右歪斜，目光平视前方，在城市应看到200米以外，在公路上应尽量远看。要能瞻远顾近，随时注意前方道路情况。变换车道或起步时，先要利用后视镜查看后方情况，确认安全方可进行。行驶中，不要贸然停车或减速；转弯前先减速，不能边转弯边减速；不准从行驶的两排车辆中间穿越或曲线绕行；不准从右侧超车。在有一长串车等信号灯时，不要试图超越等着的车辆。在摩托车道的中央行驶较为安全，不要在车道的边上行驶。与前后车保持适当距离，与前方车距大近易发生追尾事故；后方来车较近应减速或变换车道，让尾随者超越。夜间行驶按规定使用灯光，穿有反光性衣服，佩戴反光性头盔。在危险路面行驶更要谨慎小心。在隆起或崎岖路面行驶应增加与其它车辆的距离；在湿滑路面行驶应减速，用挂档控制车速，不要过猛回油门，避免突然制动。最好行驶在其它车辆留下的轮胎痕迹上。在十字路口或急转弯处要远离道路边缘的地方。横过街道铁轨应慢行以减少碰撞，稍微弓身在脚踏板上站起，利用双膝和双肘承受振动。横越与车行驶方向平行的铁轨时，应驶离原地远至可以作直角转弯的地方，才能转弯横越，跨越障碍物应紧握车把，当车前轮碰撞障碍物时才不致失去控制。行驶中遇有轮胎爆炸，油门阻塞，左右摆动等紧急情况要保持镇静，集中全力控制车把，减速滑行，不要刹车，慢慢停车检修。

6.摩托车载物高度不得超过1.5米，宽度左右不能超过车把15厘米，长度不能超过车身20厘米。轻便及二轮摩托车驾驶座前不准载人。二轮摩托车只准载一人，但不准载12岁以下儿童。

7.骑摩托车的车速不能太快，在城市速度为50千米/小时，公路上为60千米/小时，轻便摩托车为30千米/小时，通过胡同口、铁道路口、急转弯、窄路、窄桥、隧道、转弯、下坡、遇有雾雨雪风能见度在30米以内、冰雪泥泞道路。喇叭及刮水器发生故障，进出非机动车道，最高时速不能超过20千米，遇有限速的道路，应按要求速度行驶。

8.二轮及轻便摩托车不准牵引车辆或被其他车辆牵引。

#### 乘汽车怎样注意安全

城市里的工作人员上下班及短距离旅行乘坐汽车很方便。但乘汽车也应注意安全，否则容易发生交通事故或者因乘车而引起一些疾病。

1.乘坐公共汽（电）车，必须在站台或人行道上排队等车，来车后应先下后上，上车时也应按顺序，不能拥挤。

2.乘车时，手、头及身体的任何部分不准伸出车外。

3.乘坐货运机动车时，不准坐在货槽栏板上。货槽栏板高度不足1米时，不准站立车中，靠驾驶室处可扶其站立。

4.不准强行截车或扒车，车辆未停稳前，不准上车或下车。

5.乘坐公共汽（电）车时不宜吃东西，车内颠簸摇晃或紧急刹车，会使

口中的糖豆，果核一类食品呛到气管里，形成气管异物，如不及时救治，会引起窒息，甚至死亡。另外，车扶手及椅子上难免被污染上病菌、病毒、寄生虫卵等、在车里边吃东西时，边摸这些地方边吃，容易传染上肠炎、痢疾、肝炎等传染病。

6. 在车厢内人与人挨得很近，很容易吸入病人或带菌者喷出的带有病菌或病毒的飞沫而传染上呼吸道传染病，尤其是在冬春季节，流感、脑膜炎、猩红热等呼吸道传染病常借公共汽（电）车及火车等交通工具传播流行，故乘坐时最好戴口罩。

7. 乘车时不要看书看报。因为车厢内晃动不稳，书报与眼睛的距离不定，注视的目标来回摆动，为了看清楚，眼睛就需要不停地进行调节，容易使眼睛疲劳而形成近视。

8. 乘车时不要打盹、睡觉，以免摔伤、碰伤、或坐过站、或被小偷偷窃。

司机行驶怎样注意安全

近几年来，交通事故已成为人们注目的社会公害。在交通事故中又以汽车造成的最为严重而且数量最多。分析事故的原因，70%属于司机的责任，如违章开车、超速、超载、疲劳开车、酒后开车，以及车件失灵等等；其余的虽然主要责任不在司机，但也大多与司机有关。如果司机思想、技术都过硬，能够有预见地采取措施，绝大多数事故是可以避免或减轻损失的。因此，为保证行车安全，避免发生交通事故，司机在行车中要格外遵守交通规则。

1. 司机驾驶车辆时，必须携带驾驶证，拖拉机驾驶证须经公安局和农业机械局车辆管理机关共同考核签章。不准转借、涂改驾驶证。

2. 行车时必须关牢车门、车厢。

3. 不准酒后开车。

4. 不准驾驶与驾车证不相符合的车辆。

5. 不准在驾驶车辆内吸烟、饮食、攀谈或做其他有碍行车安全的动作。

6. 不准驾驶安全设备不全、机件失灵或违章装载的车辆。

7. 不准在身体过度疲劳或患病有碍安全行车时驾驶车辆。

8. 对所驾驶的车辆必须按公安局规定的时间接受检验，逾期未经检验的车辆，不准在公路上行驶。

9. 车辆的号牌、行驶证、通行证不得涂改、挪用、伪造。

10. 车辆制动器、转向器、喇叭、雨刷、后视镜、灯光必须保持齐全有效。

11. 夜晚行驶必须使用灯光，以马路路灯开关时间为准。白天能见度不足100米时，也必须开车灯行驶，路灯照明良好时，必须使用近光灯或小光灯。无照明或照明不足时，必须使用远光灯。但两车相会时在来车150米以外改用近光灯或小光灯；道路狭窄与对面非机动车相遇时，不准持续使用远光灯；停车或被拖带行驶时，必须开小光灯和尾灯。

12. 转弯或变更车道，靠边停车时，都必须开转向指示灯。调头时，必须开转向灯并伸手旋转示意。

13. 机动车的喇叭音量不得超过105分贝。

14. 车辆载重不得超过车辆管理机关核定的数量，装载必须平稳、捆扎牢固，防止散落飞扬，流漏；大型货车载物高度从地面起不准超过4米，宽不准超过车厢10厘米，前后长不准超过车身2米，超出部分不准碰地面。小型货车载物高度从地面起不准超过2.5米，宽度不准超过车厢10厘米，长度前后不准超过本身1米，载物不准遮挡本车号牌，尾灯和刹车灯。

15. 机动车在路上应按分车道行驶；同一车道内，低速车种靠右；支路车礼让干路车先行，支、干路不分的，让右边没有来车的车先行；相对方向来车的，转弯车让直行车先行；进路口的车，让路口内的车先行；出入胡同口或门口时，时速不得超过 10 公里。

16. 机动车在倒车时，司机要先察明周围情况，确认安全后、方准倒车；在弯路、坡路、桥梁、铁道路口、交叉路口和危险路段不推倒车。

17. 车辆通过人行横道或穿越行人横道及胡同口时，须减速礼让。幼儿或小学生列队横过马路时，车辆应停驶让行。

18. 司机离开车辆时，必须把车停在停车场或指定地点，拉紧手闸、关闭电路、锁好门窗。

19. 车辆上坡不能曲线行驶，下坡不能熄火、空档滑行。

20. 特殊的自然灾害和自然天气对交通事故有很大影响，司机更应提高警惕，注意安全。

21. 下雨时路面滑，大大降低了路面摩阻系数。一般路面干净时的摩阻系数为 0.5~0.7，湿时为 0.3~0.4。车辆制动性能降低，制动距离加长，制动容易跑偏。下雨影响驾驶员的视线，挡风玻璃的光线透过率大大减少。行人及骑自行车者穿雨衣、用雨具，穿越道路等均增加了不安全因素，故应降低车速、增加跟车距离，大雨时应开灯行驶。

22. 降雪与结冰时道路摩阻系数仅为 0.1~0.2，机动车行驶时极易发生滑溜现象，必须减速，还应在轮胎上加防滑铁链，路面铺煤渣或喷撒食盐水。

23. 大雾时能见度大大降低，雾水还可降低路面摩阻系数，司机必须减速，并且开防雾灯。

24. 高温可降低司机的敏感度，产生情绪急躁和疲劳。高温使沥青路面变软，降低摩阻系数，故司机要多睡眠，减少行车时间，减速行驶，驾驶室增加风扇或空调设备。

25. 大风，包括五六级以上的风可使机动车行驶不稳，侧向摇摆。司机必须减速，注意视野，保证安全。

夏季行车怎样注意安全

夏季行车安全要注意“三防”。

1. 防制动失灵。在夏季到来时，液压制动的车辆，要检修制动总泵和分泵，更换刹车油，彻底排净制动管路的空气，并且经常检查刹车踏板高度，如出现变化应及时调整；气压制动的车辆，要检查调整最大制动工作气压，检查制动皮碗和制动软管的良好程度，发现不足应予更换。

2. 防火灾。要检查紧定各电线和燃油管道的接头，预防因接触不良引起火花或燃油渗漏引起火灾；不要用塑料桶盛装易燃油料，以防静电起火；雷气候下不要加注易燃油料，油箱注油不得过满，以防外溢引起火灾。

3. 防打瞌睡。夏季行车人易疲劳而打瞌睡，因此在行车前要注意休息，保证有充足睡眠。不要在习惯睡眠的时间开车。行车中感到疲劳发困时，应立即停车休息，待头脑清醒后再继续行车。

冬季行车怎样注意安全

1. 冬季寒冷地区如何安全行车。

(1) 掌握气象情况。如断定有冰冻，车轮胎要安装防滑链条后再上路。

(2) 提早开车灯。在正在降雪的路上或昏暗山路行车，因能见度低需提前开灯，以引起其它车辆的注意；还要打开刮水器消除玻璃上的积雪以增加清晰度。

- (3) 行车车距应是通常距离的 2~3 倍。
- (4) 沿车辙道行驶。
- (5) 在拐弯前减速。
- (6) 在桥上、山路，隧道的出入口等易结冰的场所要谨慎行驶。
- (7) 在积雪高速公路上不可超速行驶。
- (8) 选择车辆容易起动的平坦下坡道停车。

## 2. 冬季行车要注意“三忌”。

一忌冲坡。车辆在冰冻路上行走容易打滑，上坡时如按一般驾驶要领用高速冲坡，往往冲到中间动力不足，再换低档就会造成熄火停车，向下滑溜，极易发生事故，应用低速档（一般用二档）中油门慢速爬上坡，中间不换档，15 度以下的坡都可顺利通过。

二忌在冰路上超越自行车，在冰路上行车，不要紧跟自行车，若自行车突然滑倒，很难采取有效的应急措施，要尽量避免在冰路上超越自行车。

三忌在雪路上急刹车。

### 驾车怎样安全过渡口

在交通事故中，机动车过渡口时肇事占有一定比例，特别是大客车往往因发生事故造成几十人死亡的惨剧，因此，司机驾车过渡口时要切记安全，必须做到：

1. 严格遵守过渡口的有关规定。遇陌生或临时渡口，要对该渡口的规定及码头、渡船、跳板等情况事先作仔细了解；驶抵渡口要听从管理人员指挥。
2. 待渡地点处在下坡路上，停车要与前车拉长距离。若下车检查车况，应拉紧手制动杆，将变速杆挂入倒档位置，并用石块塞住车轮；重新起步时，再清除地面上留下的石块。
3. 载客车辆应让乘客下车，空车过渡。载货车辆要检查和固定好所载货物。

### 山道行车怎样注意安全

1. 经过山区弯路时（尤其是下坡弯道）要特别小心。汽车若以快速度转入弯路，会因受到离心力作用而被甩出道路外侧。若此时急刹车，车子会失去控制而引起侧翻。尤其在下坡急转弯时，若汽车失去控制必定翻落谷底。山道多连续弯路，弯路若呈 S 型时，往往在最后弯路发生起因于车速的事故，行经下坡，应充分利用引擎刹车行车，此为绝对要件。

2. 山道有不稳的路肩（道路靠边的两侧部分）要特别小心。路肩并非负载车辆的地方，它因未加辅装之处多，路基不稳。若误认为尚属道路范围而太靠近，很可会发生路肩坍塌危险。尤其在雨后应更加小心。

3. 下坡时切记慎用刹车。下坡行车，必定以引擎刹车为主，刹车踏板为辅，然而仍有部分司机下坡时换入空档猛踩脚刹车，以致刹车失灵，无法控制车速而翻落谷底。行车下坡前要自动试踩刹车数次，确认刹车性能正常，才可使用。

### 出租车司机怎样预防抢劫

1. 如有条件可在自己车内安装无线报警装置，或在车内安装金属隔离网。
2. 有无线通讯设备的拉到客后，要及时告诉调度去什么地方；如果路途较长，要随时与调度取得联系。
3. 深夜按规定时间收车，不要贪图钱多。4. 晚上不跑长途或去远郊。

5. 搭车者不告诉您目的地或吞吞吐吐、前后矛盾，应立即让其下车。
6. 行迹可疑、随身行李很少的外地客人不要让其搭车。7. 如顾客要去偏僻的远郊，应设法拒绝。
8. 要经常观看车内后视镜，注意乘客的一举一动。
9. 如遭犯罪分子劫持，其目的只是要钱，您就给他，因为命比钱更重要。但要记住其体貌、衣着、口音、凶器等特征，及时向就近公安机关报案。
10. 在被劫持途中，要想方设法逃脱。如故意闯红灯，引起交通警察注意，等警车追上来时您就有了救援。

#### 乘火车怎样注意安全

长途旅行或出差外地，乘坐火车比较方便，但长距离跋涉、食宿从简，影响休息，也要注意健康及安全，以保证旅途愉快。

1. 要根据自己的身体健康状况及年龄体力来决定旅程及选择车次。火车有特快、直快、慢车之分。1~98次为特快，101~298次为直快，401~448次为慢车。其中驶向或驶近北京的客车为上行，用偶数车次表示；驶离北京的客车为下行，用奇数表示车次。

2. 不要带易燃品、易爆品、危险品乘车。凡具有燃烧、爆炸、腐蚀、毒害、放射性等物品，在运输过程中能引起人身伤亡和财产毁坏的物品，均为上述的物品。比如，鞭炮、煤油、汽油、酒精、炸药、雷管、万能胶等。另外，猛兽、毒蛇也严禁带上列车。

3. 遵守车站秩序，不可穿行铁道、不可钻车、跳车。列车进站时，旅客及送客的人都要退离到安全白线之外。列车没有停稳时，不要往前拥挤，更不能跳窗上下。列车开动时，送行者不要越过白色安全线，更不可随车向前跑动，与车上亲友握手、送东西等。

4. 不要扒乘货车。货车在许多车站不停车，扒乘者只好冒险跳车，容易造成伤亡。货车上的货物在撞挤时也容易伤人。

5. 行车当中没有事情不要在车厢中走动，不要把头、手、脚伸到车窗外，以免被车窗卡住，或被车外信号机。隧道及线路旁的树木刮伤。带小孩的旅客要看管好孩子，不要让其到车门处、车厢连接处玩耍，防止被夹伤；也不要小孩放在茶桌上，防止从窗户掉到车外。

6. 在列车上不要饮酒，喝酒过量，头脑失去控制，上下车容易摔伤、碰伤。就餐时应把小勺放在汤碗里，可防止列车冲动时造成汤外溢。沏茶时不要倒水过满，防止烫伤。

7. 在列车上睡觉禁止吸烟，以免烧坏卧具引起火灾。睡中、上铺要挂好安全皮带，防止睡熟后摔下来。

8. 行李架上的物品要放牢固，避免掉下来伤人。同时，不要移动。变换位置，也不要不断从袋中取出东西，防止扒手发现包、袋的主人而被盗。行李包、袋要放在自己座位前方视力所及的行李架上，两个以上的行李袋。包最好用链式锁锁在一起。下车前检查齐全带走，防止遗落车上。

9. 爱护列车上的设备，特别是列车的制动阀，千万不可乱动，以免紧急情况发生时失灵而发生重大事故。

10. 谨防伤害车下人，在列车上的一切废弃物，如啤酒空瓶、空罐头盒等物，不要顺车窗扔下来，以免影响卫生及伤害车下行人。

11. 乘坐火车除照章购票外，还要按时检票，卧铺票应按时从列车员处换取卧铺牌，列车开动2小时仍未换取卧铺牌，其卧铺按无人乘坐而取消其乘

坐资格，或售与他人。没有检票者，万一列车发生事故不予保险赔偿。

#### 火车失事怎样防护

火车失事前通常没有什么迹象，不过乘客会察觉紧急刹车。应该利用失事前短短几秒钟的时间换取比较安全的姿势。

1. 远离门窗，甚至可趴下来。抓住牢固的物体，以防给抛出车厢。
2. 紧靠在牢固的物体上。
3. 低下头，下巴紧贴胸前，以防头部受伤。
4. 如座位不近门窗应留在原位，保持不动；若接近门窗，就应尽快离开；火车碰撞时须抓住牢固的物体。
5. 火车出轨向前进时，不要尝试跳车，否则身体会以全部冲力撞向路轨。此外还可能发生其他危险，例如碰到通电流路轨、飞脱的零件，或掉到火车蓄电池破裂而漏出的酸液上。
6. 火车停下来后，看看周围环境如何。假如在交通繁忙地带或隧道内，应留在原地，等待救援人员到来。况且，人在火车失事后很可能惊魂未定，在火车周围徘徊很易发生危险。
7. 如路轨通电流，就不会走出火车，除非乘务员宣告说已经截断电源。
8. 离开火车后，马上通知救援人员。如附近有一组信号灯，灯下通常有电话，可用来通知信号控制室。不然就找电话报警。

#### 乘飞机怎样注意安全

飞机是现代化的交通工具，飞行高度在万米上下，飞行速度可达每小时500多千米，具有速度快、效率高、节约时间的优点，但乘飞机时也必须注意安全，掌握和了解一些必要的规定及有关知识。

1. 购买飞机票必须按规定出具单位证明信及本人身份证。飞机票不能转让，严禁涂改。按规定时间到达机场、办理登记手续。
2. 登机前，旅客及随身携带的一切行李物品，必须接受机场安全部门的安全检查。枪支、弹药、凶器、易燃、易爆、腐蚀、放射性物品及其它危害民航安全的危险品均严禁携带上机。同时，不要给不与自己乘坐同一航班的人捎带或托运行李。
3. 乘飞机对号入座，除上厕所等某些必要的活动外，一般不要随意走动，不要串航，更不要接近驾驶舱。
4. 国内班机，机舱内一律不允许吸烟。国际班机，要在指定地点吸烟。烟头必须掐灭后放在烟灰盒内。机上厕所内禁止吸烟。
5. 飞机在起飞、降落和飞行颠簸时，应系好安全带。
6. 飞机上配有灭火、氧气、紧急出口及救生衣、救生船等安全设施。但这些设施只能在发生紧急情况时由机组人员组织旅客使用。未经允许，任何人不可随意动用。
7. 某些病人不宜乘坐飞机。比如：心肌梗塞病人未过6周者；心绞痛反复发作并恶化出现心房扑动，阵发性心动过速伴有紫绀，严重心律不齐、心界扩大、瓣膜狭窄和高血压脑病患者；代偿不全的高血压病人，血压达到高压26.66千帕，低压达到13.33~26.66千帕（200/100~200毫米汞柱）者；活动性肺结核病人，尤其是有肺空洞者、肺气肿、急性肺炎、胸膜炎、肺癌、肺脓肿；急性白血病人红细胞低于300万/立方毫米血。血色素低于8~9克%，并且在乘飞机前刚刚接受输血者；胃肠道穿透性创伤，胃溃疡穿孔及腹部大手术后不足6周者；急性鼻窦炎、中耳炎和耳咽管或鼻窦孔阻塞。近期

做过中耳手术；视网膜炎、青光眼；传染病人的传染期内；8个月以后的孕妇及不到2周的新生儿均不宜乘坐飞机。

8. 为防止发生晕机病，上机前30分钟服用0.3~0.6毫克东莨菪碱，可保持5~6小时内不呕吐；在飞机上尽量少活动，头部可紧靠座椅上，最好取斜靠位，必要时可闭目仰卧；另外，不要吃得过饱或过于饥饿。飞机起飞前1~1.5小时吃些面包、糕点、饼干、面食、酸奶、苹果、梨等。不要吃多纤维及容易产气的食物，过于油腻和大量动物蛋白的食物也不要多吃。

9. 飞机在起飞及降落时，由于气压的急剧变化，中耳鼓室内的压力不能很快地随之变化，可以引起耳内胀满不适，甚至疼痛难忍，应吃点糖果。口腔张合、咀嚼吞咽，可促使咽鼓管的开口开放，让空气自由进出鼓室，调节其内的压力与气压平衡，消除不适感及疼痛。

10. 一旦发生紧急情况，旅客要保持镇静，听从机组人员指挥。他们机上工作经验丰富，明晓各种操作规程和处置措施，经过努力，战胜险情。否则，越是惊慌失措，恐惧，越不会有好结果。

#### 飞机失事前怎样应变

飞机失事一般不像火车那样来得急促，而是有比较多的时间给个人作出反应。

1. 要镇定，要有全局观念。紧急情况发生时，乘客应听从乘务员指挥，要镇定不要慌乱。机组人员都受过严格的专门训练，善于和有能力应付紧急事故。

2. 个人应做的事。除空中小姐要求的以外，个人应将眼镜和假牙摘掉，衣裤袋里的尖利物品（包括笔之类）都应丢进垃圾袋。女士应脱去高跟鞋。这些，都是为了防止飞机控制失灵后旅客在机舱内互相挤撞时发生意外。

3. 牢记太平门的方位及其与自己的距离，记住开启的方式，飞机出事时（机舱起火或灌进浓烟时）靠近并开启太平门。

4. 一有失事的报警，赶紧准备一条毛巾，以备机舱内有烟雾时掩住口鼻，否则浓烈的毒烟很容易使人窒息。

5. 多数飞机每个座位上都有一条保暖的小毛巾被，这时可将毛巾被的4个角，两两打成死结。太平门打开后，充气逃生梯会自动膨胀，这时两手各紧抓住毛巾被的一个死结举在头上，用坐姿跳到梯上下滑。如果飞机离地面有一定的高度，这种下滑法由于有毛巾被当作微型降落伞就不至于头先着地，而且能稍减下降的速度。如果飞机已在地面，这种跳滑法也没增加多少麻烦，不会有什么坏处。

当然，这些应急措施只是尽可能地增加点安全系数而已，并非绝对保平安，关键还是失事时飞机的高度。

#### 乘轮船怎样注意安全

乘轮船在大海或江河上航行，可以领略大自然的美丽风光，别有一番情趣。但乘轮船也要掌握有关知识，才能保证旅程安全、愉快。

1. 先要核卖船票、船名、航向、日期，然后依次上船，对号入座，不能任意挑选和挪动位置。还要注意带好和保管自己的行李财物。

2. 严禁把国家限制运输的物品及爆炸品、燃烧品、自燃器、腐蚀品、有毒物品携带上船；

3. 船舱内禁止吸烟，夜间更不准躺在床铺上吸烟。在指定的地点吸烟时烟头及火柴棍要随手掐灭，扔到烟灰缸或其它指定器内，严防火灾的发生。

4. 不要把身体探到船栏杆外面，夜间航行时，灯光不能外泄，故不要随意打开窗帘或用手电筒向外探照。

5. 船上电路及蒸气开关很多，不要乱摸乱动，在船上也不要乱串乱闯。尤其是遇有风浪，船左右摇摆不定时，更不要在船上随意走动。上下船扶梯时，要拉好两边扶手，以防摔伤。6. 船到码头停稳后，听从工作人员指挥，依次下船，不要拥挤，以免发生危险。

7. 一旦船遇难，特别是在茫茫大海上，必须作好自身救护，懂得一些救生常识，才能死里逃生。

要保持情绪镇定，听从船长及工作人员指挥，在撤离舱室之前，尽可能多穿衣服，戴上手套、围巾，穿好毛袜，鞋等，然后再穿救生衣。即使没有救生衣，也不能脱掉衣服。因为湿衣服也没有多少重量，不会造成拖累。同时，体表与湿衣服之间有一层暖水，衣服可阻止这层暖水与周围冷水对流。交换，有利于保持体温。否则，无论什么季节，时间一长也会导致冻伤或冻死。

离开弃船落入水中后，尽快找到救生艇，救生筏等。如一时找不到任何可攀扶的东西，要采用双腿并拢屈曲到胸前，两肘紧贴身旁，两臂交叉放在救生衣前面，尽可能不游动，使头颈部露出水面。设法发出声响和显示视觉信号，以便岸上或其它船只发现来救。但千万不要喝海水，不论怎样干渴难忍，也不要喝海水。因为海水含盐 5%，大大超过肾脏所能承受的浓度，人体为了排泄所饮海水的盐，不但要把喝进的海水全部排出去，还要使身体失掉 1/2 的水，故会越喝越渴。

另外，在水中漂浮千万不能入睡，坚定获救信心，咬紧牙关，振作精神，坚持时间越长，获救机会越大。

#### 乘船遇险时怎样安全跳水离船

船舶在海上突然发生严重遇难事故，虽然全力抢救但仍无法使船舶免于沉没或毁灭，那么在这种情况下只能弃船。弃船命令由船长发布，各客舱的旅客应听从船上人员的指挥。在撤离舱室前，首先应尽可能地多穿衣服，能穿不透水的衣服则更好，戴上手套、围巾，穿好鞋袜（不论什么季节，多穿衣服都是必要的，落水后可使身体表面与衣服之间有一层较暖的水，而衣服又能阻止这层暖水与周围冷海水的对流与交换）。穿戴妥当之后再穿救生衣。如果时间允许，离开舱室前还应带些淡水。食物，带一件大衣或一条毛毯。

以上工作就绪后，应迅速地到指定的救生艇甲板集合，此时必须绝对服从指挥，发扬互爱的精神，有秩序地登艇，避免争先恐后而发生混乱和意外的事故。

在弃船时，如无法直接登上救生艇或救生筏离开大船，就不得不跳水游泳离开。

1. 跳水前应尽量选择较低的位置。
2. 查看水面，要避开水面的漂浮物。
3. 不能直接跳入艇内或筏顶及筏的入口处，以免身体受伤或损坏艇、筏。
4. 应从船的上风舷跳下，如船左右倾斜时应从船首或船尾跳下。

#### 海上沉船怎样求生

在碧波万顷，白浪滔天的大海里航行，如遇上狂风巨浪或冰山暗礁，就有遭到覆舟之祸。乘船客人如遇沉船事故，只要能做好如下几点，会给生命带来一线希望。

1. 要保持镇静，并树立坚强的求生欲望，想方设法找个解脱困境的妙法。
2. 立即穿戴好救生衣帽。船上工作人员，可利用反射镜，向海水中投放染料或采用无线电发讯号的方法，发出求救讯号，以求救援。
3. 口渴时，切勿喝海水，因为海水中含有大量的盐分，而人体内需要的盐分很少，如果体内盐分过多，多余的盐由肾脏以尿的形式排出，水分排出越多，又得不到及时水分的补充，就有被白白渴死的危险。由于海水不能喝，就需寻找淡水喝。雨水是举足轻重的水源。当下雨时，要注意用清洁的器皿把雨水盛好。此外，海鸟和海鱼的身上也可挤出一些淡水，但是这种数量是很有限的。
4. 充饥的食物也不可忽视。海洋中能充饥的食物是很多的，如鱼、海藻、海鸟、海龟等。但需要制作一些简单的捕捞工具。
5. 在海中一旦遇上鲨鱼，千万不要慌乱，可以高声喊叫，或用手脚击水，只要敢大胆地向鲨鱼挑战，就会把鲨鱼吓跑。
6. 经过上述的方法处理，如在海上能延长生命时间，耐心等待营救人员前来抢救，也许会有获救的希望。

#### 怎样对待交通事故

交通事故往往是突如其来的，给当事者带来伤亡及经济损失。但是，发生交通事故后如能及时、正确地进行现场抢救，可以使损失及伤亡和致残率降低 10% 以上。

1. 当事人及有关人员要沉着冷静。有关车辆必须立即停驶，确认交通事故发生情况。
2. 应当保护现场，不要随意移动现场，必要时要在道路上设立标记。
3. 采取措施防止再发生危险。比如再次发生交通事故、淌油地方起火等。维护交通秩序，避免因交通事故造成交通堵塞。
4. 抢救伤者和财产，对财物要妥善保管。移动现场人物的位置时要标明位置。
5. 当事人要迅速报告公安机关或者执勤交通警察，听候处理，不得私下处理。如实向公安部门陈述交通事故经过，不能隐瞒。知情者有义务向公安机关检举揭发肇事逃逸者。
6. 在报案、呼救、保护现场、维护交通秩序的同时，周密组织人力抢救和转运伤员，组织轻伤员自救互救，组织周围群众投入抢救，就地取材并及时将伤员运往医院，应先抢救危重伤员，后护理一般伤员；先处理危及生命的严重损伤，后处理一般损伤；在不加重可能是隐蔽伤的条件下进行明显伤的处理和翻动、搬运。先控制和制止大出血和疏通呼吸道，然后是固定脊柱和骨折的肢体，最后可进行有针对性的包扎，处理和作心肺复苏等工作。
7. 发生交通事故的瞬间，乘车的人如能保持清醒的头脑，镇定情绪，迅速辨明情况，寻找应付的办法。交通事故往往是撞击给人体造成伤害，如能在撞击前的瞬间发现险情，迅速紧握面前的车扶手、椅背，同时两腿微弯且两脚用力向前蹬地，可以减缓身体前冲的速度和力量，降低伤害程度。如果来不及做上述动作，要迅速地用双手抱住头，并把身体缩成球状，以减轻头部、胸部受到冲撞的力量。如果车已翻倒或翻滚，要抱住头缩圆身体，而千万不要死死抓住车的某个部位不放。进行力所能及的自救互救，或者静止不动，避免有骨折而扎伤血管、内脏、神经，造成更大的不幸。

