

<<公民自救手册-面对地震的自救与互救>>

图书基本信息

书名：<<公民自救手册-面对地震的自救与互救>>

13位ISBN编号：9787811391916

10位ISBN编号：7811391910

出版时间：2008-7

出版时间：中国人民公安大学出版社

作者：公安部宣传局

页数：143

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<公民自救手册-面对地震的自救与互救>>

### 内容概要

《公民自救手册：面对地震的自救与互救》是我国汶川大地震后，受全国军民抗震救灾精神的感召突击抢制出来的，它是一本增加公众避灾自救意识、帮助公众掌握避灾常识、提高公众避灾自救能力的科普手册。

编写与出版这本书的目的，是为大众在面对突发的自然灾害时掌握救生知识，以让灾难的危险降至最低，让更多的生命从容地避险，得到安全的佑护。

本书内容精练，知识丰富，简明通俗，易学易用，希望广大读者朋友通过阅读本书，能够获得在重大自然灾害面前的避险自救知识。

书籍目录

绪言山崩地裂，抗灾避难——面对地震的自救与互救典型灾害 唐山与汶川：两次惨绝人寰的地震灾难A 认识地震灾难的危害1、地震：自然灾害中的“元凶”2、地震灾害突发的成因3、地震所带来的巨大灾害4、我们不必对地震恐慌5、以积极有效的措施综合预防6、预防震灾，生存自救的物资准备B 地震突发时的紧急自救1、保持镇静，不能惊慌失措2、在家中如何进行地震避害3、在室外如何进行个人防护4、在工作岗位上如何应对震魔5、在公共场所如何紧急避险6、自驾车行驶中的避险自救措施7、震后被压埋困陷的自救方法C 震中和震后对他人的救护1、发扬“救人于危难之中”的美德2、掌握地震中快速救人的方法D 震后对伤员的深度救护1、尊重生命，用真情抚慰受伤的心灵2、及时化解灾区群众痛失亲人的哀伤3、震后伤员须正确急救包扎4、地震后须立即对饮用水消毒5、防止震后次生灾害的发生6、震后野营时须搞好临时环境卫生7、灾区安置点防震棚注意消防安全施援救护，挽救生命——灾害中致伤的伤员急救方法典型灾害 不懂急救导致他们死亡 骨折没影响麦当娜A 急救伤员的基本要求1、灾难中受伤的各种情况2、找到伤病员后要做的第一件事3、对伤员伤情迅速作出判断与分类4、对伤员进行急救的合理程序B 对伤员伤口的止血与包扎1、外伤出血时的止血方法2、对伤员伤口的正确包扎3、对不同部位采用不同的包扎技巧C 对各种伤员的急救1、对高空坠落伤员的急救2、对腹部锐伤伤员的急救3、对腹部钝伤伤员的急救4、对外伤性昏迷伤员的急救5、对骨折伤员的急救6、对休克伤员的急救D 搬运伤员的正确方法1、把伤员搬运到担架上的正确方法2、徒手搬运伤员正确方法3、使用器械搬运伤员正确方法4、对特殊伤员搬运的正确方法E 野外各种情况下的自救1、登山遇险的自救措施2、身陷沼泽的自救措施3、丛林遇险的自救措施4、沙漠遇险的自救措施5、在冰天雪地中的自救措施

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>