

游泳馆≠100%安全 溺水高发期警惕这些隐患

炎炎夏日,孩子们期盼已久的暑假来了。但是安全不能“放假”,近期发生多起儿童、青少年玩水时遇险事件,再次为暑期安全敲响警钟!

近日,湖南岳阳汨罗市一家游泳馆内疑似发生因漏电致人死亡的事故。7月12日下午,据汨罗市应急管理局证实,一名少年在游泳馆内不幸触电身亡,事发后游泳馆已被关闭,目前善后工作正在开展中。

7月3日,一名6岁男童在福建省福州市晋安区鳝溪一水潭失联,其家人报警求助,救援人员从水潭底部找到男童时,孩子已不幸失去生命体征。

7月初,湖南株洲,一名男孩在游泳池游泳时左腿不慎被泳池墙边排水口强力吸住,大腿根部因管道负压牢牢卡死,无法动弹。消防员到场助其成功脱困。

今年6月,云南普洱市澜沧拉祜族自治县公安局糯扎渡派出所接到报警,2名学生在水边玩耍时,因水位暴涨被困于澜沧江中礁石上,急需救援。民警及时联系周边船只增援,使用摩托艇和救生衣成功救出2名被困学生。

全世界每年约有36万人死于溺水,其中,儿童占45%左右,溺水已成为1~14岁儿童意外死亡的第二大原因。在中国,每年约有3万名儿童因溺水失去生命,农村儿童的死亡率是城市儿童的5倍。

(国家应急科普宣传)

游泳馆≠100%安全
家长们要留意以下安全隐患

游泳时游泳圈脱落、儿童自行动作幅度过大引发翻转。

排水口吸附、水滑梯冲力造成意外。

儿童私自换泳道、进深水区,或在无家长陪同下进入泳池。

应急管理部宣传教育中心

6岁 溺水鉴别要点

- 突然安静无声,嘴没入水中
- 手臂可能前伸,但无法划水向他人移动
- 在水中直立、不能踢腿,往往挣扎20—30秒之后沉下去
- 眼神呆滞或是闭着眼睛,头发可能盖在额头或眼睛上
- 可能会头后仰,嘴巴张开,有的人头可能前倾
- 看起来像在抬头看天空、岸际,眼神涣散,呼叫无反应

应急管理部宣传教育中心

5个溺水施救要点

在游泳池遇见有人溺水,立刻大声呼叫救生员。

在户外发现有人溺水,要大声呼叫同时拨打110报警并联系120急救人员。

应急管理部宣传教育中心

寻找救生圈、木板、竹竿、树枝等抛向溺水者,岸边救人时要趴在岸上降低重心,避免被拉入水中。

不要直接跳下水或手拉手施救,避免造成连环溺水的悲剧。

如果具备下水救援的条件,救援者要从背后接近溺水者,再托起他的身体,让头露出水面,侧游上岸。

应急管理部宣传教育中心



制图/郝爽

夏季防溺水 牢记“六不准”“四不要”

遵守“六不准”“四不要”原则

“六不准”

- 不准私自下水游泳;
- 不准擅自与他人结伴游泳;
- 不准在无成人带领的情况下游泳;
- 不准到无安全设施、无救援人员的水域游泳;
- 不准到不熟悉的水域游泳;
- 不准不熟悉水性的人擅自下水施救。

“四不要”

- 不要在没有家长陪同下私自下水游泳;
 - 不要在设置有警示标识的水域游泳;
 - 不要在没有安全保障的地方和野外水源游泳;
 - 不要在上下学途中和假期在水源周边戏水。
- 其他注意事项**
不要在河边、湖边嬉戏打闹。

岸边湿滑,容易失足跌入水中。

不要在无安全保障区域游泳。如废弃矿坑、工地水坑等,这些地方水情复杂,水下状况不明。

不要在恶劣天气下水。暴雨、雷电天气时,水中容易导电,且水情情况因天气变化而不稳定。

不要在疲劳状态下游泳。身体疲惫时,游泳能力下降,更易出现抽筋等危险情况。

遭遇溺水如何自救

不熟悉水性自救

除呼救外,采取仰卧位,双手交叉抱在脑后,头部上扬,使鼻部露出水面呼吸。呼气要浅,吸气要深。不要将手臂上举乱扑腾,避免身体下沉更快。保持镇定,利用自身浮力尽量让口鼻露出水面,保留体力,争取被救援时间。

水中抽筋自救

游泳时发生抽筋,要停止游动,先深吸一口气,仰面浮于水面。如果

是大小腿抽筋,手握抽筋腿的脚趾,用力地向上拉,反复几次直至恢复;如果是手指抽筋,迅速握紧拳头,用力伸直,反复几次直至恢复。

被水草缠住自救

用仰泳方式(两腿伸直、用手掌倒划水)顺原路慢慢退回,或平卧水面,使两腿分开,用手解脱。自己无法摆脱时,应及时呼救。切不可踩水或手脚乱动,否则肢体被缠得更难解脱。

发现有人溺水如何施救

呼叫救援

发现有人溺水,要大声呼叫,寻求更多人帮助,同时拨打110报警并联系120急救人员。

避免盲目下水

不要直接跳下水或手拉手施救,避免造成连环溺水的悲剧。

利用工具施救

寻找救生圈、木板、竹竿、树枝等抛向溺水者,救人时要趴在岸上降低

重心,避免被拉入水中。

溺水者上岸后的急救

开放气道

上岸后立即清理溺水者口鼻的泥沙和水草,用常规手法开放气道。当溺水者无颈椎损伤时,可采用仰头举颞法,施救者跪于溺水者一侧,一手放在其前额,用手掌小鱼际用力向下压额头使头部后仰,另一只手的食指和中指并拢放在下颌的骨性部位,向上抬起。注意切勿按压颈部或下颌下面的柔软部分,避免造成气道堵塞。

人工呼吸

对于心搏骤停者,立即给予2—5次人工呼吸,然后开始以30:2的按压/吹气比例实施心肺复苏。操作时,施救者用放在前额手的拇指和食指捏住溺水者的鼻翼,正常吸一口气,张大嘴把溺水者的口唇完全罩住,呈密封状,吹气持续时间约1秒,抬头换气松鼻翼,再用同样方法吹第

2次。吹气同时用眼睛余光观察胸廓是否隆起。

胸外按压

按压位置在胸骨下半部,两乳头连线与身体正中线的交点。施救者一手掌根紧贴溺水者胸壁,双手十指相扣,掌根重叠,贴腕翘指,双上肢伸直夹紧,上半身前倾,以髋关节为轴,用上半身的力量垂直向下按压,确保每次按压方向与胸骨垂直,按压与放松比大致相等。按压深度5—6厘米,按压频率100—120次/分钟,保证每次按压后胸廓完全回复原状,尽量减少胸外按压的间断。溺水者如果有大量呕吐物时,应立即用手指、吸引器等清除呕吐物防止窒息。

AED除颤

如果附近有AED自动体外除颤器,应尽快连接并依照提示操作。需要注意的是,对于溺水造成的心搏骤停者,尤其是在水温低的水域发生溺水者,心肺复苏时间可适当延长,不要轻易放弃抢救。
(丰台区医疗急救管理中心)



富强 民主 文明 和谐 | 自由 平等 公正 法治 | 爱国 敬业 诚信 友善

北京 丰台 FENGTAI BEIJING

自由

自由者,天下之公理,人生之要具,无往而不适用者也。

——《梁启超·论自由》

自由是社会活力之源,也是社会主义的价值理想。人的自由全面发展,是社会主义区别于其他社会形态的本质属性。

