

暑期叠加汛期 如何预防溺水事故

防范未成年人溺水,切不可掉以轻心,哪些情况容易导致溺水? 哪些地方是高风险地点? 家长孩子都要了解!

哪些情况容易导致溺水?

- 1.不了解水性,对自己的体力和游泳能力缺乏正确估计,进入水中便可能导致溺水。
- 2.即使是习水性的人,未做充分准备活动,下水后突然遭受冷水的刺激,或者游泳的时间过长,体内的二氧化碳丧失过多等原因也会在水下出现四肢痉挛、抽搐,导致失去自主能力而下沉。
- 3.安全意识淡薄,在非开放的水域游泳,四肢可能会被水底的水草缠绕而导致下沉,或者陷入泥沙而失去控制能力。
- 4.在水中互相嬉戏、打闹,发生意外后又惊慌失措,导致溺水。
- 5.身体不好,患有心脏病、贫血、癫痫及其他慢性病的

人,可能在游泳中因冷水的刺激而引起旧病复发,从而导致溺水。

警惕这些溺水高风险地点!

- 不同年龄段儿童溺水发生的高危地点不同:
- 14岁以下儿童的溺水高发地点主要为家中蓄水容器,如水缸、浴盆等。
 - 25—9岁儿童溺水高发地点会涉及水渠、池塘和水库等。
 - 310岁以上儿童活动范围更大,主要为池塘、湖泊和江河等。

发生溺水,如何正确自救或施救?

会游泳就不会溺水吗? 溺水后都会大声呼救吗? 有游泳圈就一定安全吗? 关于溺水,这九个真相请掌握!

(应急管理部)



关于溺水 你要知道的九个真相

谣言

溺水后都会 瞎扑腾并大声呼救

真相

真正的溺水是快速而无声的。溺水时,溺水者的手臂忙着划水,很难伸出水面;鼻子、嘴巴时浮时沉,想呼救也很难发出声音。
如果发现孩子在水中:
①身体半直立,头顶露在水面上,面部漂在水面下
②不伸手呼叫,但也无挣扎
请务必提高警惕!

谣言

只要水面平静 下水就不会有危险

真相

实际上,水底情况很复杂!
特别是水库、池塘、河流等野外水域,暗流、暗礁、水草、沟壑等,每一项都可能对人造成生命危险。

谣言

会游泳、水性好 就不会溺水

真相

每年夏天都有游泳溺水身亡的事故发生,在溺亡者中也有会游泳、水性好的人。
切勿以为会游泳就很安全。

谣言

手拉手 就能救起溺水者

真相

结成“人链”后,一旦有人因体力不支而打破“平衡”,就会让多人落水,导致群死事件。
尤其是未成年人不具备直接救人的能力,切勿盲目施救。

谣言

有游泳圈 就不会溺水

真相

充气式塑料游泳圈并不是专业的漂浮装备!
当水流发生变化、未抓住游泳圈或者充气游泳圈漏气时,很可能酿成溺水事故。

谣言

溺水 只发生在野外

真相

只要有水的地方,就有可能发生溺水。
游泳池、家里的浴缸和水池等,都是孩子溺水的“隐形杀手”。
未成年人在水边玩耍时,应时刻处于大人的视线范围之内。

谣言

只要会游泳 就能下水救人

真相

溺水者出于求生的本能可能会死死抓住任何东西。
因缺乏救援经验,热心群众贸然下水救援反被拖入水中的惨剧时有发生。
非受过专业培训或者经验丰富者,切忌下水救人,应尽量使用长杆、漂浮物等工具实施救援。

谣言

只要获救 溺水者就安全了

真相

当溺水者吸入过多的水就会引起呼吸并发症,进而引发继发性溺水或干溺水。
此时,哪怕溺水者已经获救上岸,如果不及跟进治疗,液体积聚仍会导致呼吸窘迫、脑损伤(脑缺氧)甚至心脏骤停。

谣言

“倒挂控水法” 能救溺水者

真相

倒挂控出的水大部分是食道和胃中的水,而对于溺水者来说,最致命的是吸入肺部的水。
“倒挂控水法”不仅无法排出肺内的水,还可能把胃里的食物弄进气管,进一步增加阻塞呼吸道的风险。尤其是对于心脏骤停的溺水者而言,倒挂控水还会造成心肺复苏延误,增加死亡率。



近日,一家五口,在河北廊坊孤山营攀爬野山时,一男子失足滑落,伤势严重,被困山中,消防接警后前往救援。一场本应开心的家庭出游,差点变成无法挽回的悲剧。而这一切,源于轻信 AI 软件推荐的“野路子”!

据了解,他们根据一款 AI 软件的推荐进入未开发的野山。不料山中地形复杂,男子在登山过程中不慎失足坠落,腰部和腿部受伤,无法移动,家人只好报警求助。经紧张营救,男子被消防

不要轻信 AI 推荐的“野路子” 登山徒步前做好这 4 步

救援人员移交给 120 送医治疗,其四名家人也被顺利转移至安全地带。

“野山探险”“小众体验”“刺激路线”……只要让 AI 软件帮助总结,就省去了规划路线的麻烦,这种“便捷感”容易让人忽略野山的潜在风险。而登山、徒步等户外活动,需要万全准备与敬畏之心。

拒绝“信息依赖” 登山、徒步前做好 4 步

- 1.关注预警
出发前应提前了解目的地天气状况,关注当地的气象预报、预警信息。很多线路的难度和危险系数与季节、天气状态关系密切。

如遇降雨、降雪、雷暴大风等恶劣天气,应立即中断行程,切勿冒险出行。

- 2.路线评估
若天气情况允许,应提前做好路线评估,手机提前下载离线地图。切勿擅自冒险前往未开发、未开放的林场、保护区、水库等危险区。
- 3.备好物资
携带好装备物资,包括衣物、食品、饮料、应急药品、常用登山工具、手电筒、手机及移动电源等。
- 4.找寻专业向导
挑战陌生或高难度的登山线路时,应跟随具有户外经验的专业向导和团队一同出行,以防遇险时孤立无援。

不走寻常路?越野越危险!

如今,在社交平台上越来越多未开发区域被“打卡者”发掘并传播,“野路子”的诱惑,让不少人忽视安全底线。而意识不到危险,往往才是最大的危险。

近日,北京市凤凰岭景区内一处未开发的野山上,有多名游客在没有安全措施的保护下,仅靠一根绳索徒手在接近垂直的崖面攀爬,惊险画面让人倒吸一口凉气。

未开发区域往往地形复杂,缺乏安全保障设施,伴随着落石、迷路、坠崖、失温等多重风险。擅闯遇险,救援困难。再次提醒大家,安全合规永远是户外活动的第一准则,提前做好相

关准备、结伴而行,切勿进入未开放或未开发区域。

登山时突然滑坠摔伤,怎么办? 登山时,若遇到山路湿滑,加之山势陡峭,极有可能发生滑坠,导致骨折或扭伤。一旦发生滑坠,应尝试寻找制动方法:

- 1.将登山杖插入地面;
- 2.抓住身边的树枝、石头等固定物体;
- 3.尝试用脚蹬地,增加摩擦力,以减缓滑坠速度。
- 4.摔倒后不要着急站立,应先缓慢活动四肢,确定伤势不再再起身。若骨盆或腰椎骨折,救助者千万不要背着或抱着伤者移动位置,一定要平躺位送医。

(国家应急广播)