



重庆晚报

2024年 7月

1日

星期一

农历甲辰年 五月二十六

重庆日报报业集团
主管主办



+轨道语音

+轨道视频

+轨道大平面广告

+李子坝文旅产业园

国内统一连续出版物号
CN50-0002(代号77-12)

第13155期
今日8版

根据重庆市中小学2023年至2024年学年度校历安排,义务教育学校6月29日起放暑假,普通高中7月6日起放暑假。此外,多所幼儿园的小朋友们也已经开启“暑假模式”。

暑期是溺水事件的高发期。在青少年意外伤害致死的事中,淹溺事故堪称“第一杀手”。如何避免悲剧发生?家长和孩子应避免6大误区!

✘ 01 水性好就不可能会溺水

事实上——数据显示,相当一部分溺亡者都会游泳。疲劳、抽筋、空腹等,可能会使人无法正常游泳,导致溺水;在海边、河流等野外水域,水草、碎石、淤泥、激流都可能导致意外的发生。

✘ 02 溺水者会挣扎、大声呼救

事实上——溺水大多悄然发生。人在发生溺水时,呼吸都难以保障,更无法双手乱挥、用力拍水或大声呼救。在泳池中溺水的人,看起来像是“趴”在水中发愣,此时溺水者可能已经意识模糊,应尽快将其抱上岸救治!

✘ 03 溺水只会发生在江河湖海

事实上——只要有水,就可能发生溺水。据统计有13%的溺亡者,会溺死在浴缸、游泳池甚至小小的水桶中。疾控专家提醒,水深只要超过3厘米,能同时淹没口鼻,就有可能发生溺水。家中的蓄水容器(如脸盆、澡盆、水缸等)应及时清空或盖上盖子,洗澡时切勿独留婴幼儿在澡盆里。

✘ 04 不下水嬉戏就不会有危险

事实上——很多溺水事件的当事人并非主动下水戏水,而是在岸边工作、岸边娱乐(钓鱼等)、捡拾物品甚至是路过时失足落水。

✘ 05 手拉手就能救起溺水者

事实上——身边有人溺水时,很多人的第一反应会是伸手去拉。但是,形成“人链”后,一旦有人因体力不支而打破“平衡”,就会让更多人落水,导致群死事件!

✘ 06 溺水者只要获救就安全了

事实上——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。

水深超过3厘米就有可能发生溺水 救人别再倒挂控水

科学救援

“倒挂”控水不可取

在溺水者意识不清的情况下,“倒挂”控水方法既会耽误恢复通气的宝贵时间,也会增加吸入呕吐物导致二次窒息的风险。正确的急救方法和步骤:

- 1.迅速清除溺水者口、鼻中的污物;
- 2.解开领口使其平卧,以保持呼吸道畅通,再给予2次人工呼吸;
- 3.对溺水者进行心肺复苏按压,在按压的同时溺水者胃部的积水也会自然流出;
- 4.将30次心肺复苏和2次人工呼吸为一组,循环进行,直到溺水者苏醒或专业急救人员到达现场。

救人应“叫叫伸抛”

遇到有儿童溺水,若发现者也是未成年人,可采用常说的“叫叫伸抛法”:包括大声呼救(叫),拨打急救电话(叫),伸出竹竿(伸)抛出漂浮物(抛)四个要素。

特别提醒

对儿童的看护必须由成人来承担

孩子在进行水上活动时

家长务必在一臂之内距离

溺水的发生过程是快速且迅猛的,所以家长在看护时要专心致志,不能边看护边玩手机或是在看护过程中临时跑开,哪怕只有三五分钟,也要委托另一位成年人代为看管。

综合央视新闻、@国家应急广播
平安湖北、钱江晚报等

