

平安曲园

第 123 期

曲阜师范大学保卫处

大学生校园安全管理委员会

2021 年 3 月

珍爱生命，预防溺水

3 月 13 日，山东淄博淄川留仙湖景区内一名 15 岁少年与伙伴租赁观光船在湖内游玩，游玩过程中该少年从一条船跳至另一条船上时发生意外，不慎落水。经过一个半小时的营救，将溺水少年营救上岸。少年被打捞上岸时已无生命体征，最终抢救无效不幸身亡。

同样的令人悲伤的事情也发生在了黑龙江。20 年 6 月 9 日，黑龙江省哈尔滨市呼兰区高家村发生一起溺水事故。六名中学生掉进松花江，其中四人死亡。同日，山东省莱芜市莱城区高庄村发生一起溺水事故。11 名中学生在洗澡时溺水身亡，7 人死亡。

随着天气转暖，外出增加，全国已发生多起溺水事故，应该引起大家的极度重视。记住血的教训，珍爱生命，防止溺水。在此，校管会给大家整理了防溺水的相关知识，一起来了解一下吧！

预防溺水四大要点！

(一) 学生游泳安全应做到“六不”

1. 不私自下水游泳。
2. 不擅自和他人结伴游泳。
3. 不在无家长或教师带领的情况下游泳。

4. 不到无安全设施、无救援人员的水域游戏。
5. 不到不熟悉的水域游泳。
6. 不熟悉水性的学生不擅自下水施救。

(二) 游泳过程中的“四注意”

1. 应该相互关照、相互关心，而不应该相互嬉水，或捉弄对方。一起去游泳，如果有人提前上岸，要告诉同伴，一起去游泳应该一起回家。

2. 到天然游泳场所(如江河、水塘、水库)游泳，应该有家长、亲人或老师的带领。特别强调初学者不要到野外去游泳。

3. 要注意休息，不要长时间游泳，不要远离伙伴。如果感到身体不适，要告诉同伴并上岸休息，在岸上观看同伴游泳，留心他们的安全。

4. 中小學生不游潛泳，更不能相互攀比潛水的时间谁更长，潛水的距离谁更远。这样做很容易发生事故。

(三) 遇人落水的“四法”

1. 大声疾呼，寻求帮助
2. 向落水者抛漂浮物
3. 给落水者递树枝、竹竿等
4. 切忌盲目跳水救人
5. 切忌手拉手施救

(四) 溺水者如何自救?

不会游泳，这样自救

1. 头后仰，口向上，尽量使口鼻露出水面，进行呼吸。
2. 呼吸要浅，吸气宜深，尽可能使身体浮于水面，以等待他人抢救。
3. 及时甩掉鞋子和口袋里的重物，让自己更容易飘浮。
4. 切记：千万不能将手上举或拼命挣扎，因为这样反而容易使人下沉。
5. 如有人跳水相救，不可紧紧抱住对方，否则会使两人都有危险。

会游泳，这样自救

1. 一般是因小腿痉挛而致溺水，首先必须冷静，及时呼人援救。
2. 将身体抱成一团，浮上水面。
3. 深吸一口气，把脸浸入水中，将痉挛下肢的拇指用力向前上方拉，使拇指跷起来，持续用力，直到剧痛消失。

同时，校内美丽的人工湖也给大学生的安全带来隐患，时常发生因游泳、戏水、钓鱼、捞物等引起的溺水悲剧。同学们应注意：

1. 学校校园内的人工湖水景不是游泳场所，学校是明令禁止下水游泳的。
2. 不要在校内人工湖边钓鱼、戏水、打闹、捞物等，以防失足跌入水中。
3. 注意湖边的安全警示牌，服从学校的管理。

防溺水警钟长鸣！在日常生活中要提高安全意识，安全第一，防患于未然。让我们积极行动起来，在生活中注意各种游水、戏水事项，提高安全防范意识，学会在遭遇溺水懂得如何自救和他人遭遇溺水时

如何抢救，共建和谐美好家园。