

生命至上 警钟长鸣 我市多方聚力织密防溺水“安全网”

暑期已来临,炎炎夏日,不少人都想和水亲近,但总有一些人抱着侥幸心理,去水库等危险水域游泳,容易因为意外发生溺水事故。如何才能减少悲剧的发生?掌握防溺水知识必不可少。连日来,我市各部门、社会公益组织凝心聚力,组织开展了多场防溺水应急演练,还将一堂堂防溺水知识课送进企业、学校,共同织密防溺水“安全网”。



紧急救援协会参加水上演练。

防溺水“六不”

不私自下水游泳



不擅自与他人结伴游泳



不到不熟悉的水域游泳



不在无家长或老师带领的情况下游泳



不到无安全设施、无救援人员的水域游泳



不熟悉水性的学生不擅自下水施救



如何自救?

在水中发生溺水时,该如何自救呢。

溺水后的正确自救方法:



1. 不要惊慌,发现周围有人时立即呼救;
2. 放松全身,让身体飘浮在水面上,将头部浮出水面,用脚踢水,防止体力丧失,等待救援;
3. 身体下沉时,可将手掌向下压;
4. 如果在水中突然抽筋,又无法靠岸时,立即求救。如周围无人,可深吸一口气潜入水中,伸直抽筋的那条腿,用手将脚趾向上扳,以解除抽筋。

如何施救?

意外发生后,救人刻不容缓,以下6点要知道!

溺水后的正确施救方法:



1. 迅速救上岸:最好从背后将溺水者头部托起,或从上面拉起其胸部,使其面部露出水面,然后将其拖上岸。
2. 清除口鼻堵塞物:让溺水者头朝下,撬开其牙齿,用手指清除口腔和鼻腔内杂物。
3. 倒出呼吸道内积水:救人者半跪,顶住溺水者的腹部,让溺水者头朝下,拍背。
4. 人工呼吸:对呼吸及心跳微弱或心跳刚刚停止的溺水者,迅速进行人工呼吸,同时做胸外心脏按压。
5. 吸氧:现场有医疗条件,可对溺水者注射强心药物及吸氧。条件不足的,可用手或针刺溺水者的中脘穴。
6. 脱下外套:如果溺水者身上穿着外套,要尽早脱下,湿漉漉的外套会带走身体热能,产生低温伤害。

全媒体记者 陈健贤 文/供图

应急演练 拉响防溺水“警报”

6月24日上午,市公安局举行警务技能实战演练暨夏季治安防控“百日攻坚战”启动仪式,仪式上开展了一系列实战演练,义乌市民间紧急救援协会参与其中,为大家展示了水上救援力量;前不久,金华市智慧平安校园建设现场会暨防溺水工作部署会也在义乌举行,义乌市民间紧急救援协会及义乌市红十字志愿者队共同参与水上救援、水上自救和心肺复苏术等应急演练……

义乌市民间紧急救援协会会长方为告诉记者:“每年协会都会参与这类应急演练,今年入夏以来,已经参与了4场大型应急演练。在提高水上救援实战能力的同时,通过一场场紧张的实战演练,为大家拉响‘警报’,展示防溺水知识技能,做好防溺水宣传。”

为做好今年的防溺水工作,我市除了开展应急演练外,市平安办、教育局、应急管理局联合相关部门还开展了防溺水150天专项行动。此次专项行动中,公安、水务、行政执法等部门以及水库、池塘等水域权属主体,建立健全部门联动、依法监管、社会关爱的联防联控机制,齐抓共管;各镇街组织村(居)联防队、护村队及志愿者在重点时段、重点水域开展巡查;水域安全监管纳入“党建+单元”网格化管理的工作内容,对水域所辖周边设置防范措施并设立警示标识和提示语;推进“可拆装式游泳池”建设,目前各镇街均已设立游泳场所;全面开展防溺水宣传教育,各学校纷纷在暑假前开展安全教育活动和家访,推动家长履行监护职责。接下来,市平安办将牵头加大督导检查力度,确保各项工作落细落实落地,努力争取学生事故的零发生。

防溺水知识技能送进校园

“通过这次学习,我知道了遇到有人溺水该怎么做。”“我学会判断哪些地方不是安全水域,我们不能去。”6月24日上午,稠城第一小学教育集团邀请了市红十字志愿者队,在安全体验馆举行了一场防溺水安全知识培训,以此进一步加强校园安全教育,帮助广大学生增强防溺水安全意识,掌握防溺水知识技能,提高自救能力。

培训中,市红十字志愿者队队长程青梅列举了近期发生的几起溺水案例,警示学生要时刻注意自身安全,增强防溺水安全意识。同学们还亲身体验了如何用身边的饮料瓶、绳子、木棍等简单器具及时对落水同伴进行救援。

水同伴进行救援。

“为了减少学生溺水事故,每年各学校都会在暑假前开展防溺水宣传教育,召开‘珍爱生命,预防溺水’等主题班会,组织学生观看防溺水纪录片、学习游泳和防溺水等相关知识。同时,各学校组织老师参加急救知识技能培训考取急救员证。”程青梅告诉记者,“从2009年起,我们一直坚持做好急救知识的宣传普及,防溺水知识技能就是其中一部分内容。尤其是由市红十字会开展的‘急救花开进校园’系列活动,深受广大师生和家长的欢迎。每年都有近万名学生及家长学习急救知识。”



志愿者进校园宣传防溺水知识技能。

“暑期夏令营”让更多人学会急救

他们都会在义乌市中心血站开展红十字会暑期夏令营。这个暑期,红十字会暑期夏令营又来了。记者从市红十字会获悉,为增强青少年安全意识,提高自救能力,义乌市红十字会面向我市广大青少年开展暑期安全自救互救夏令营活动。“我们会根据报名情况组织培训,每班至少20人开班,当日参与培训最高限制50人,培训时间为每天上午8:30-11:00。”程青梅说,“我们准备好了纱布、绷带、三角巾和人体模型等,等着家长和孩子们来现场学习溺水自救、互救和常见运动外伤的包扎等知识。想要学习的市民可以联系我们,了解培训时间。同时,我们也接受大家的预约,前往各地进行培训。目前,市青少年宫已经跟我们预约了培训,我们将上门到那里的孩子们开课。”

也想学习急救知识技能,可以关注公众号“义乌市红十字会”,在“公告公示”中点击“2020暑期夏令营”,根据提示填写报名表,有任何问题可拨打85336625咨询。



市红十字志愿者队参加应急演练。

这份防溺水知识,请务必收好!

一次次溺水事故都给人们敲响了警钟,如何才能减少溺水事故的发生?尤其是孩子如何防溺水?义乌市红十字志愿者队队长程青梅长期致力于防溺水培训教育,她说:“最重要的是远离危险水域。”

作为浙江省骨干急救培训师,程青梅多年来一直坚守在急救知识宣传第一线,组织并成立义乌市红十字志愿者队,向大家传授急救知识和技能。程青梅说:“溺水事故中,很大一部分发生在野外水域。特别是在没有大人陪同的情况下,孩子私自去游泳更易发生意外。因为野外水域的水底状况很复杂,特别是水库、池塘、河流等野外水域。在这里游泳,水草可能缠住你的脚,碎石可能划破你的脚,让你无法施展泳技,导致发生意外。”

同时,程青梅强调,家长一定要注意看

管好孩子。溺水事故的发生多数与家长的疏忽有关。不要以为会游泳就不会溺水。从近年来发生的溺水事故看,多数孩子都会游泳。儿童在水中嬉戏、打闹,发生意外后容易惊慌失措导致溺水。不要以为套了游泳圈就万无一失。游泳圈等漂浮装备,只是帮助孩子暂时浮在水面的辅助工具。当水流发生变化,或孩子没抓稳时,或游泳圈突然漏气了,孩子就会发生溺水事故。因此,没有任何设备可以替代成人的监护。

防溺水,重点在防!对此,程青梅总结出以下几点,告诉大家如何“防”,一定要记住。首先,千万不要把5岁以下的孩子单独留在浴缸中,哪怕是一会儿也不行,虽然浴缸的水不深,但足以让小溺水身亡;其次,当孩子靠近水边的时候,即使有救生员,家长也要严密注视孩子的举动;第三,

应该鼓励孩子学会游泳,但会游泳不等于不会溺水,在水中万一遇到抽筋等突发情况,要是家长没有及时注意到的话,后果非常严重;第四,在遇到暴风雨等恶劣天气时,千万不要让孩子到泳池、池塘、湖泊等水域活动。此外,家长除了在有水的地方要保持警惕外,还需要了解一些溺水急救常识,在孩子下水前要做好自救、防溺水课,万一发生意外,可以第一时间进行急救,最好帮助孩子掌握自救技能,这样才能降低意外发生的概率。

“溺水救援也讲究‘黄金时间’。”程青梅提醒,溺水总是悄然发生的,溺水者往往想呼喊却发不出声音。孩子在水中一般都不太安静,当孩子看起来像是趴或站在水中发愣,此时,家长就要提高警惕,应尽快把孩子抱上岸,以确认是否需要救治。

此外,一些学生看到有人溺水,会想到要

“乐于助人”,但孩子有能力救吗?程青梅说,不少溺水事故就因为救人造成更大的悲剧,救人也有原则,一定要在保证自身安全的前提下进行。程青梅教给大家救溺五招:“叫、叫、伸、抛、划”。第一个“叫”:大声呼叫救命,寻求身边人帮忙;第二个“叫”:呼叫110和120;伸:利用延伸物(竹竿、树枝、衣物等);抛:抛送漂浮物(球类、绳、空瓶等);划:利用大型浮具(船、救生圈、浮木等)划。程青梅说,水上救生强调借物救人,不提倡徒手救援,切勿手拉手救援。如果有条件,救援时应尽量借助抛绳、救生圈、救生板等专业救生设备。七八个饮料瓶装进塑料袋一扎紧,就是一个很好的救生器具。再三强调,在安全范围内救人,这很关键。衣物也可以做成救生圈,将裤腿扎住,弄湿后,拍打令空气膨胀,就可以变成简易救生圈。