

同伴溺水记住 五字准则 倒挂控水法 不是有效办法 放暑假前 先来上这堂安全教育课

临近暑假 ,对于家长来说 ,最担心的莫过于孩子安全问题 ,特别是溺水。今年上半年 ,千喜救援队累计接到溺水救援 8 件。

近日 ,市千喜救援队应用于实际救援中的 不要让孩子成为亲人的眼泪 防溺水宣传志愿项目接连在金华市、永康市志愿服务大赛上斩获金奖。

日前 ,记者就如何做好防溺水 ,采访了市千喜救援队专业救生员应航。



千喜救援队入校开展防溺水安全培训

防溺水神器不能保证绝对安全

2019 年夏天 ,在白云水库 ,一场溺水悲剧差点发生。当时 ,一位游泳爱好者突然四肢僵硬 ,面临溺水的危险。好在这位爱好者下水前装备了一个跟屁虫。借助跟屁虫的浮力 ,他的头部始终露出水面 ,最终被救援队成功救起。

这位爱好者很可能事先没有做好热身工作就下水了。应航分析原因时说 ,在游泳前 ,要做好拉伸运动 ,对自己的水性要有自知之明 ,下水后不

能逞能 ,不要贸然跳水和潜泳 ,更不能互相打闹 ,以免溺水。此外 ,不管室内游还是室外游 ,过饥、过饱和醉酒时都不能游泳。

在这起事故中 ,跟屁虫中起到了关键的作用。可以说 ,如果没有跟屁虫 ,这位游泳爱好者很可能无法坚持到救援人员的到来。如今 ,网上的各类防溺水神器较多 ,那么是否都能适用呢？

应航说 ,任何防溺水装备不能确保在水上的绝对安全性。即使是跟屁

虫 ,如果佩戴不妥当的话 ,也不能起到保护作用。

去年 ,本报也曾联合千喜救援队做过一期报道 ,专门解释了跟屁虫的正确使用方法 :首先 ,跟屁虫应该选择质量可靠的 ,不可吹气过饱 ,刚好无皱缩为宜。其次 ,连接绳带要穿过 跟屁虫 的抓手环并进行对折。扣带要绑在腰部 ,保留绳带 15 厘米至 20 厘米的距离 ,确保游泳时脚后跟不会踢到跟屁虫。

遇到同伴溺水 记住 五字准则

2019 年 4 月 27 日 ,龙山镇下宅口村发生一起小学生溺水事件。在现场 ,岸上的孩子十分冷静 ,没有贸然下水救人。其中一位负责大声呼喊 ,另一位则将岸上的漂浮物抛给溺水的同伴。最终 ,闻讯赶来的大人成功救起溺水的孩子。

据了解 ,在岸上呼救的孩子曾参加过学校和千喜救援队联合开展的防

溺水安全教育培训。孩子在面对同伴溺水时 ,灵活地运用了防溺水 五字准则 :叫、伸、抛、划、游。

应航告诉记者 ,如果溺水的人刚掉进水里 ,头脑清醒 ,最好的办法是向周围大声呼喊。岸上的人 ,要向水面抛一些可以飘起来的東西 ,比如救生圈、泡沫盒。会游泳的大人可以借助救生衣划向溺水者 ,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。

会游泳的大人才可以下水 ,小孩子绝对不能贸然下水救人。应航说 ,溺水者因为求生的本能 ,可能会乱挣扎或者死死抓住东西。在水中花费的力气要大得多 ,去救人的小孩子很可能因为体力不支 ,也会面临溺水的危险。

别轻信电视剧情节 落水要尽量镇定

在电视剧里 ,我们常看到落水的女主角总是伸着胳膊、上下乱挥 ,还大喊大叫 ,等着男主角上演英雄救美。对于落水者来说 ,这样的做法真的正确吗？

在应航看来 ,这样的情节是错误的 ,会误导观众。

不会游泳的人落水后 ,两三分钟后就会出现溺水反应。这时手臂忙着划水 ,根本不可能伸出水面。鼻子和嘴巴时浮时沉想呼救也很难发出声

音。应航说。

如果落水了该怎么自救呢？网上曾流传着一种叫作 水母漂 的自救方法 :深吸一口气 ,将脸向下埋进水里 ,全身放松 ,四肢自然下垂 ,你就能像水母那样 ,静静地漂浮在水面上。与之类似的还有一个叫作 海龟漂 的动作 :双手抓住小腿 ,或者身体蜷缩 ,双手抱膝 ,也能让你浮起来。

这是什么原理？应航解释 ,水母漂 和 海龟漂 都是让身体彻底放松

倒挂控水法 不是有效办法

在把溺水者救上岸后 ,又该如何抢救呢？在网上一些防溺水知识里 ,倒挂控水法 是比较常见的办法。事实真是如此吗？

倒挂控水法 是一种错误的急救方法。应航说 ,实际上 ,溺水者的呼吸道和肺里根本没有多少水。此时 ,最致命的是喉痉挛带来的严重缺氧。

倒挂控水法 不仅会耽误黄金抢救时间 ,反而增加了误吸异物的风险 ,有害无益。

溺水的黄金抢救时间只有 4 分钟。然而 4 分钟不一定能够让专业急

救人员到达现场。为此 ,应航建议在专业医护人员到达现场前 ,施救者可以让溺水者头朝下 ,撬开其牙齿 ,用手指清除口腔和鼻腔内杂物。

其次 ,再观察溺水者是否有意识。如果溺水者对呼喊拍打没有反应但有呼吸 ,可以单纯辅助以人工呼吸支持。先将溺水者侧卧 ,并持续观察溺水者的意识和呼吸 ,一旦呼吸停止 ,需要立刻平卧 ,给予 5 次人工呼吸 ,而后进行常规的 30 次胸外按压 + 2 次人工呼吸的心肺复苏循环。

如果溺水者意识丧失 ,心跳停

止。此时 ,需要进行心肺复苏。但值得注意的是 ,溺水者的心肺复苏和普通心肺复苏有一点区别 :溺水者的心肺复苏 ,是先给予 5 次人工呼吸 ,而后进入常规的 30 次胸外按压加 2 次人工呼吸的心肺复苏循环。而常规心肺复苏是先 30 次按压后再进行 2 次人工呼吸。

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。如果溺水者心跳已经逐渐恢复正常 ,尽快联系急救中心 ,送溺水者去医院。应航说。

出梅形势明朗 下周仍然高湿

记者 吕晓婷

本报讯 本周四傍晚 ,我市又下了一场大雨。市气象台 7 月 2 日 18 时发布的实况雨量通报显示 :八字墙站小时雨量达 24.5 毫米。而周五 ,梅雨及时 刹车 ,留下了短暂的阳光。

不过 ,梅雨季并未离开我们。受强对流回波影响 ,目前我市北部地区仍有较强的回波正缓慢地东移北抬。随着降雨带的逐渐远离 ,今明两天我市大部分地区以多云到阴为主 ,阴有阵雨或雷雨 ,最低气温为 24 ,最高气温为 29 ,梅雨季的闷热感还是挥之不去。

从 5 月 29 日入梅至 7 月 3 日 ,今年永城的梅雨期已经超过一个月。那么啥时候能出梅呢？市气象台说 ,今天到 8 日 ,我市仍为多阵雨天气。最低气温 25 ,最高气温 31 。从 9 日开始 ,西太平洋副热带高压逐渐强势并且稳定 ,梅雨带会向北移动到长江中上游和淮河流域。我市气温也会随之逐渐升高 ,降雨减少 ,出梅的天气形势会逐渐明朗。但市气象台表示 ,目前还不好确定出梅的具体日期。

未来一周 ,我市气温比较稳定 ,最高在 29 至 31 ,最低 24 至 25 ,既有梅雨的特征 ,又有部分出梅的形势。虽然不会出现高温酷暑天气 ,但最高 30 上下的气温 ,高温高湿的感觉还是很明显。

以往永城出梅后的典型天气有 :太阳从清晨到日落 ,几乎不休息 ,连续高温 ,甚至达到 38 以上 ;体感高温酷暑 ,无处躲藏 ,相对湿度比梅雨期明显减少 ,午后局地雷阵雨为主。如果你发现天气悄悄变成这样 ,出梅就真的不远了。那么 ,你是希望梅雨早点走呢 ,还是多待几天？

助农信息

花街镇八字墙片区种植桃子、李子总共 6000 多亩。购买水果可联系新溪农资部负责人方先生 13967912386 ,市府网 669683 ;15958950386 ,市府网 663683。金杜村钱先生 :18267037169 市府网 756169。

舟山镇红柿园村上溪里自然村果农徐跃安尚有 3 亩桃园红仙桃滞销。电话 13858912175 市府网 320146。下丁村果农丁伟晓有上万斤桃子滞销 ,量大可送货上门。电话 13738961618 市府网 672754。

果农如有相关需求 ,可拨打 88900000 登记信息(登记内容如下 :姓名+地址+水果+产量 ,原则上要求产量大)。