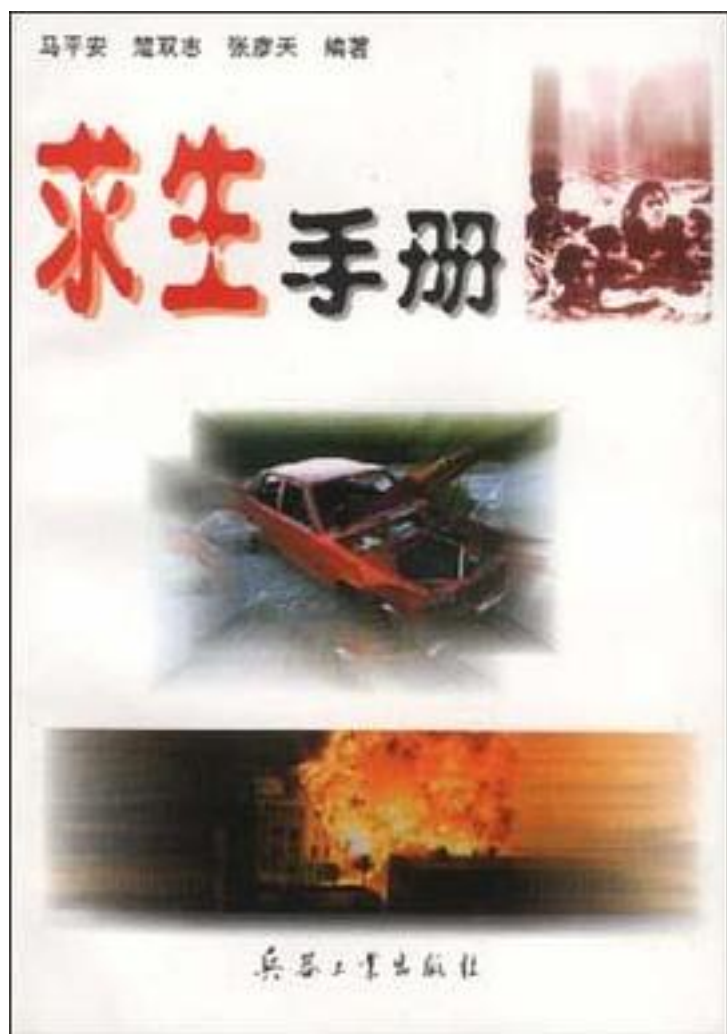


求生手册



[求生手册_下载链接1](#)

著者:马平安／楚双志／等

出版者:兵器工业出版社

出版时间:1998-09

装帧:平装

isbn:9787801322654

本书全面介绍了有关地震、火灾、水灾、车祸、龙卷风、食物中毒、野外迷路、抢劫、

强奸等突发性事故发生时的应急措施，内容全面充实，语言浅易流畅，具有知识性、趣味性，它将为广大的居家、旅游的人们提供具体可行的求生良方。

作者介绍:

目录: 目录

一、震灾避险法

三次瞬时抉择，珍惜自救机会

处在室外的人员避险

住平房的居民避险

楼房里的人员避险

学校里的师生避险

医院里的人员避险

厂矿企业的工作人员避险

公共场所的人员避险

乘坐火车的人员避险

乘坐地铁的人员避险

乘坐汽车的人员避险

压埋在废墟下的人员避险

二、火灾逃生法

注意保护呼吸道

一般民房起火逃生

高楼失火逃生

商场火灾逃生

宾馆失火逃生

娱乐场所火灾逃生

地下场所火灾逃生

井下火灾逃生

汽车失火逃生

火车发生火灾逃生

地铁火灾逃生

飞机起火逃生

船舶失火逃生

电梯着火逃生

液化气瓶着火应急

身上着火扑救

森林大火逃生

火中救人逃生

三、水难求生法

洪水入室之前的防御

洪水迅速猛涨时求生

驾车遇上洪水时求生

淹溺者自救求生

淹溺者的水上救助

淹溺者的岸上救助

被淹溺者抓住的解脱

激浪遇险的逃离

游泳抽筋自救求生

游泳力尽自救求生

水草缠身的摆脱

身陷漩涡自救求生

掉进冰窟自救求生

掉进冰窟的援救
冰海遇险自救求生
四、其它自然灾害避难法
海啸避难
山崩和泥石流避难
火山喷发避难
台风避难
龙卷风避难
沙尘暴避难
雷电中避难
雪灾中避难
雪崩避难
雪崩后救助
雹灾避难
五、野外遇险应急法
野外迷路的应急
山区迷路的应急
黑夜迷路的应急
白雪地迷路的应急
雾锁中迷路的应急
洞穴迷路的应急
野外受困的自救要则
高山上如何选择避难场所
避难窝棚的搭建
求救信号的发送
野外生火技巧
野外饮用水的收集与制作
野外饮用水的净化与消毒
可以食用的野生动植物
食用野生植物的方法
野生植物加工方法
煮食的简便方法
没有仪器怎样确定方位（以人在北半球为例）
中暑的救治
冻伤的救治
雪盲的自救
掉进沼泽流沙的自救
六、车祸脱险法
汽车迎面冲来行人的脱险
紧急跳车脱险
迎面撞车时的紧急防护
后面有车冲撞时的紧急防护
紧急刹车危害的预防
汽车坠落水中的脱险
汽车驶出路面的撤离
火车失事的自救
地铁撞车的应急
骑自行车跌倒的应急
七、空难、海难自救法
客机在起降时失事的自救
失事飞机着陆后的自救
船舶相撞时的自救
弃船跳水技巧
船翻后的自救

不幸落水的自救
不幸落水的援救
未穿救生衣的防溺水
救生筏上求生
海上遇险时可以利用的各种信号工具
海上漂流饮用水的节约
海上漂流饮用水的制作
海上漂流食物的获得
鲨鱼侵袭的防护
鲨鱼侵袭的援救
荒岛求生

八、常见急病救治法

冠心病的救治
心肌梗塞的救治
中风的救治
突然昏迷的救治
癫痫发作的救治
糖尿病昏迷的救治
阑尾炎的救治
大咯血的救治
脑震荡的救治
发高烧的救治
高血压危象的救治
高热惊厥的救治
伤寒的救治
霍乱和副霍乱的救治
鼠疫的救治
细菌性痢疾的救治
钩端螺旋体病的救治
疟疾的救治
流行性出血热的救治
急性结膜炎（红眼病）的救治
流行性乙型脑炎的救治
流行性脑脊髓膜炎的救治
麻疹的救治
百日咳的救治
白喉的救治

九、常见创伤急救法

大出血的急救（一）
大出血的急救（二）
大出血的急救（三）
大出血的急救（四）
骨折的急救
各种骨折急救的特殊方法
头部创伤的急救
胸部创伤的急救
腹部创伤的急救
断肢（指）创伤的急救
异物入眼的清理
眼睛创伤青肿的处理
化学品灼伤眼睛的急救
物体刺伤眼睛的急救
小虫入耳的急救
耳部损伤的急救

鼻受伤出血的急救
口腔创伤的急救
口腔和喉咙灼伤的急救
气管异物的急救
食管误入异物的急救
火灾烧伤的急救
烫伤和干灼伤的急救
化学品烧伤的急救
破伤风的预防与急救
触电的急救
十、常见中毒解救法
毒蘑菇中毒的解救
菜豆角中毒的解救
臭米面中毒的解救
变质银耳中毒的解救
黑斑病红薯中毒的解救
发芽马铃薯中毒的解救
咸菜中毒的解救
变质饭菜中毒的解救
病死畜禽肉中毒的解救
酒精中毒的解救
桐油中毒的解救
蜂蜜中毒的解救
食用海产品中中毒的解救
河豚中毒的解救
鲨鱼肝中毒的解救
癞哈蟆中毒的解救
人参中毒的解救
霉变甘蔗中毒的解救
白果中毒的解救
苦楝子中毒的解救
蓖麻籽中毒的解救
苍耳中毒的解救
被狗咬伤的解救
被猫咬伤的解救
毒蛇咬伤的解救
蜈蚣咬伤的解救
毒蜘蛛咬伤的解救
蝎子螫伤的解救
老鼠咬伤的解救
蛇钻入人体的解救
有机磷农药中毒的解救
有机氯农药中毒的解救
有机汞农药中毒的解救
有机锡农药中毒的解救
有机氟农药中毒的解救
有机硫农药中毒的解救
灭鼠药中毒的解救
砒霜中毒的解救
巴比妥类药中毒的解救
十一、常见毒气中毒抢救法
毒气泄漏中毒自救与抢救
皮肤粘膜吸收性中毒的抢救
煤气中毒的抢救

石油液化气泄漏中毒的抢救
天然气泄漏中毒的抢救
氯气中毒的抢救
氨气中毒的抢救
光气中毒的抢救
硫化氢中毒的抢救
二氯化硫中毒的抢救
氟化氢中毒的抢救
氰化氢中毒的抢救
氯化氢中毒的抢救
氮氧化物中毒的抢救
甲醇中毒的抢救
甲醛中毒的抢救
苯及甲苯中毒的抢救
氯乙烯中毒的抢救
苯乙烯中毒的抢救
硫酸二甲酯中毒的抢救
二异氰酸甲苯酯中毒的抢救
溴甲烷中毒的抢救
二硫化碳中毒的抢救
沼气池中毒的抢救
红薯窖中毒的抢救
蓄粪池中毒的抢救
烟草中毒的抢救
催泪弹中毒的抢救
沥青中毒的抢救
核事故的应急处理
公众听到核电站事故性警报后的准备措施
公众听到核电站事故应急防护警报时的防护措施
放射性落下灰内照射损伤的防护
遇放射性落下灰后的抢救
十二、社会强暴防御法
入室抢劫的防御
夜间路遇抢劫的防御
在市区行驶中司机突遇抢劫的防御
在野外行驶中司机突遇抢劫的防御
停车时司机突遇抢劫的防御
突遇歹徒劫持飞机的防御
麻醉抢劫的预防
对拦路强奸的防范
对入室强奸的防范
对强奸行为的防卫
女性遇歹徒徒手攻击的反击
遇歹徒持枪袭击的反击
遇歹徒持匕首直刺胸部的反击
遇歹徒持匕首刺头部的反击
遇歹徒持匕首刺颈部的反击
遇歹徒持匕首刺腰部的反击
遇歹徒持刀攻击的反击
遇歹徒用棍棒攻击的反击
被歹徒抓住衣领时的反击
被歹徒抓住腰带时的反击
被歹徒抱住腰部时的反击
被歹徒抓握手腕时的反击

被歹徒锁住咽喉时的反击
被歹徒抓住肩部时的反击
被歹徒抓住头发时的反击
被歹徒抱腿时的反击
被歹徒压住身体时的反击
在楼梯处遇到歹徒袭击的防御
骑自行车被劫时的防御
遭人绑架的防御
身处歹徒设置的爆炸现场的应急
炸弹（或核武器）爆炸的应急
爆炸伤害的现场抢救
遇突发精神病患者攻击的应急
遇激愤人群的应急
驾车遇激愤人群的应急
• • • • • [\(收起\)](#)

[求生手册_下载链接1_](#)

标签

评论

[求生手册_下载链接1_](#)

书评

[求生手册_下载链接1_](#)