

2025年8月6日 星期三 编辑 张海 版式 吕燕 校对 汪智博

夏日防溺水, 这些原则一定要牢记



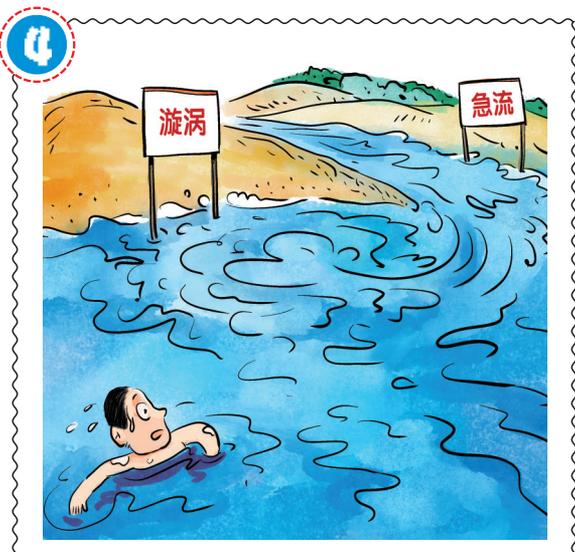
夏季是溺水高发期。青少年溺水问题已然成为一个严峻的安全隐患。正值暑期,为了孩子们的生命安全,加强防溺水安全意识、减少溺水事故的发生刻不容缓。



家长要教导孩子牢记“六不”原则:不私自下水游泳;不擅自与他人结伴游泳;不在无成人带领情况下游泳;不到无安全设施、无救援人员的水域游泳;不到不熟悉的水域游泳;不熟悉水性者不擅自下水施救。



游泳时,应选择配备专业救生员、安全标志齐全的正常场所。下水前,需了解水域环境、卫生状况、水域深浅,并做好热身运动。若水温较低,可在浅水区淋洗身体,待适应后再下水。



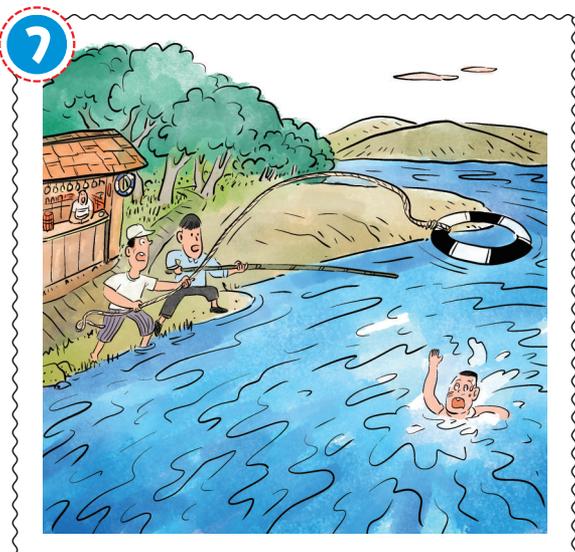
游泳过程中,应根据自身体力量力而行,避免在饥饿、饱腹或者疲劳状态下下水。下水后,严禁贸然跳水、潜泳或打闹,要远离急流、漩涡等危险区域。



遇到标有“禁止游泳”“水深危险”的区域,务必绕行,切勿在此游泳或者玩水。陌生水域风险极高,严禁在无防护区域游泳,要始终将安全放在首位,切勿以身涉险。



若发现有人溺水,未成年人千万不能贸然下水营救。应立即向附近成年人呼救,并拨打“119”“120”等急救电话,向救援人员清晰说明落水人数、地点等关键信息。



对于近距离溺水者,施救者在呼救的同时,可以利用身边的竹竿、绳索、木板等物拉其上岸;对于远距离溺水者,施救者可以抛掷救生圈、木板、木桶等漂浮物给溺水者。



进行水中施救时,需要注意三点:无救助能力者不可下水救人。施救时要降低重心,避免被溺水者拉入危险水域。使用树枝、竹竿时,应从侧面移动接近溺水者,防止误伤。



将落水者救上岸后,尽量将溺水者放置于侧卧位,做好保温;如果溺水者意识不清,应迅速清理其口鼻异物,保持气道通畅;如果溺水者发生心搏骤停,应立即实施心肺复苏,直到专业医务人员到达现场。

©文/光明网 漫画/杨仕成

◎ 华西都市报副刊“少年派”定位于亲子共读刊物,设有作文版、少儿新闻版、科普读物版、漫画版,每周星期一至星期五,都有精彩好看的内容呈现。
◎ 让有温度的纸质阅读,助力孩子养成良好阅读习惯,提升核心素养。

订阅热线:028-86969110
大家也可以通过微信小程序中国邮政微商城搜索《华西都市报》,即可订阅。
欢迎小朋友向我们投稿! 投稿邮箱:shaonianpai@thecover.cn
你投来的每一篇文章,都有机会被大家看到! 快来投稿吧!