

漓江水上救援人员现场教学

这些防溺水知识 家长孩子都应该学学

7月20日上午，漓江水上搜救志愿者服务中心（以下简称漓江水上搜救中心）在訾洲公园内的中心基地举办了一场别开生面的防溺水现场教学，吸引了许多家长和孩子积极参与。活动现场，专家详细讲解了溺水的危害和预防措施，结合实例和互动环节，使家长和孩子在轻松愉快的氛围中掌握了宝贵的防溺水知识。

↓家长和孩子认真听讲。

1 专家教大家正确呼救

20日上午9点30分左右，漓江水上搜救中心举办的防溺水亲子活动在中心基地正式开始。这里是搜救队员日常集合训练的地方，主持人简短的开场白后，主讲专家漓江水上搜救中心志愿者、青少年安全教育讲师羊简开始授课。

羊简首先向大家介绍了溺水事故的严重性和普遍性。她提到，溺水是导致儿童意外死亡的主要原因之一，尤其是在夏季，溺水事故的发生率显著增加。

“现在，我来问大家一个问题。”羊简环视着在场的孩子们，“如果不小心落水了，你们知道该怎么做吗？”

“我会喊救命，然后用手拍打水面引起别人的注意。”一个小女孩积极地回答。

“很好！保持冷静，呼救是非常重要的。”羊简赞许地点头，“但也要掌握正确的方法。我让搜救队员现场演示给大家看。”羊简引导孩子和家长来到基地里面河道旁的围栏处现场观摩，了解如果不慎落水该如何自救。河道中，一名搜救队员通过亲身示范的方式，展示了仰泳漂浮法和踩水漂浮法两种自救方式，还特别展示了错误的呼救方式。

“有些人落水后一慌张就会把手伸过头顶呼救，这种方法是错误的。”羊简说，“一旦把手伸过头顶，身体就会很快沉入水中，水会淹没口鼻，不仅无法呼救，还很容易呛水。”水中的队员现场演示，将双手举过头顶后整个人迅速沉入水中，引得阵阵惊呼。

现场的互动气氛越来越热烈。“谁知道如何抢救溺水的人？”面对这个问题，一个小男孩站起来说道：“我知道！要做人工呼吸。”

“没错。人工呼吸包含在心肺复苏流程里。你们知道正确的心肺复苏方法吗？”在接下来的环节，搜救队员使用教具现场演示了正确的心肺复苏方法，还邀请几位家长和孩子上台，进行模拟演练。孩子和家长认真参与互动，积极回答问题，现场掌声不断。

家长刘先生带着在榕湖小学上学的女儿在现场搜救队员的指导下，学习了心肺复苏的正确方法。他感慨地说：“今天的活动非常有意义，不仅增强了孩子的安全意识，也让我们家长学到了很多实用的知识。”

2 这些原因容易造成溺水

羊简指出，结合这几年漓江水域的救援经验，孩子溺水的主要原因包括以下几点，家长和孩子需要十分重视。

首先，会游泳的孩子容易盲目自信而忽视安全警告，私自下水游泳。羊简讲了一个漓江上的真实案例。一个会游泳的小男孩，认为自己技术过硬，在没有家长陪同的情况下擅自去深水区游泳，结果险些溺水。通过这个案例，羊简告诫孩子们，即使会游泳，也不能掉以轻心，必须在安全的区域和有大人监护的情况下游泳。

其次，会游泳的人在水里摔跤后因惊慌失措分不清方向，耗尽体力导致溺水。现场有一名孩子举手提问：“摔倒后该怎么办？”羊简回答说：“首先要保持冷静，尽量浮上水面找对方向往岸边游，需要时大声呼救，寻求他人帮助。”

游泳时被水草缠住也是导致溺水的重要原因之一。一些河流、湖泊中生长着大量水草，游泳者一旦被水草缠住，容易陷入困境。羊简建议大家遇到这种情况时，尽量保持平静，及时呼救，缓慢移动，保持头部露出水面，避免挣扎使水草缠得更紧。

羊简指出，俗话说“溺水的都是会游泳的人”，因为不会游泳的人不会下水。其实，不下水游泳也有发生溺水的风险。以往，一些不会游泳的孩子也喜欢去河边摸鱼捉虾，这就有可能造成不慎落水。前段时间就发生过这样的事故，好在孩子被及时救起。

羊简强调，孩子们到河边活动时，一定要有大人陪同，不能独自靠近河边。

此外，有些孩子在河边玩耍时，随身物品掉入河里，自己或者不会游泳的父母下水打捞时不慎溺水。这种事故过去时有发生。物品掉入河里时，要准确评估现场环境和自身能力，找到合适的工具后再打捞，或者寻求一旁会游泳的人帮助。

羊简特别强调，桂林水资源丰富，但众多的水库、池塘、地下河、溶洞水潭是不能去游泳的地方。这些地方水很深，情况复杂，极易发生意外。

↓家长和孩子学习心肺复苏术。