

<<应急避险知识手册>>

图书基本信息

书名：<<应急避险知识手册>>

13位ISBN编号：9787811029475

10位ISBN编号：7811029472

出版时间：2011-6

出版单位：东北大学出版社有限公司

作者：《应急避险知识手册》编委会 编

页数：65

字数：30000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<应急避险知识手册>>

### 内容概要

为了能够防患于未然，我们将居民们可能会遇到的各种突发事件的日常防护与应急避险措施汇编成册，希望大家能够了解身边可能发生的各类灾难事件针对不同的情况做好事前准备及紧急避险，将对大限度地避免或减少突发事件的影响及其所造成的损失。

## <<应急避险知识手册>>

### 书籍目录

- 第一章 应急避险常识
  - 第一节 制订应急计划
  - 第二节 正确使用公共场所应急工具
- 第二章 日常生活应急防护
  - 第一节 火 灾
  - 第二节 拥挤踩踏
  - 第三节 交通事故
  - 第四节 暑热天气
- 第三章 重大灾难应急避险
  - 第一节 地 震
  - 第二节 核辐射
  - 第三节 台 风

## <<应急避险知识手册>>

### 章节摘录

版权页：插图： 1.足够的能量供给有利于提高人体对核辐射的耐受力，降低敏感性，减轻损伤。如果人体遭受辐射，容易产生食欲不振、口味不佳等反应，因此要适当地减少糖类和脂肪的摄入量，但需增加植物油的摄入比重。

同时对蛋白质的摄入也要保质保量，以减轻人体受辐射的损伤，促进机体恢复健康。

增加维生素的供给对防止辐射损伤及帮助伤后恢复也很有效，因此，小朋友们应多摄入一些海带、卷心菜、胡萝卜、蜂、蜜、枸杞等。

2.居室中可以摆放一些防辐射的植物，如芦荟、仙人掌、吊兰等。

3.小朋友们要勤洗手、洗澡，平时注意锻炼身体，养成良好的生活习惯。

发生核辐射时，我们应采取以下几点应急避险。

1.遭遇核辐射，躲为先。

我们不能被动地一直待在原地接受辐射。

遭遇核辐射时，要尽可能缩短被辐射时间，远离放射源，尤其要注意屏蔽放射物。

具体措施：当放射性物质释放到大气中，并形成烟尘扩散时，我们要利用铅板、钢板或墙壁挡住或降低辐射强度。

或者及时进入建筑物内，关闭门窗和通风系统。

2.如果核电站发生泄漏，附近居民首先应该避免饮食，减少吸入气体，增加自身排泄，避免在污染区逗留。

<<应急避险知识手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>