

# 防减灾培训

讲师：刘艳萍

第一单元 备灾	1
第1章 备灾的常识	1
1.1 备灾的定义	1
1.2 基层备灾的责任与分工	1
1.2.1 基层备灾的职责与分工	2
1.2.2 应急预案	3
1.3 灾害的常识	4
第2章 家庭与工作场所备灾	7
2.1 备灾	7
2.1.1 学习自我保护措施	8
2.1.2 避难场所的选择	8
2.1.3 制定家庭应急预案	9
第3章 实施减灾措施	18
3.1 日常减灾措施	18
3.2 人人参与备灾	19
3.3 第一响应人在灾害中发挥的作用	19
第二单元 消防安全	21
第1章 火灾基础知识	21
1.1 火灾的定义	21
1.2 燃烧要素	22
1.2.1 火四面体	22
1.2.2 火三角	22
1.2.3 燃烧发生的必要条件和充分条件	23
1.2.4 六大火灾类别及其灭火途径	23
1.2.5 灭火原理	25
第2章 常见安全隐患	26
2.1 安全隐患排查	26
第3章 扑救初起火灾	31
3.1 评估	31
3.2 常见消防设施	32
3.3 初起火灾扑救	36
第4章 火灾逃生	40
4.1 火灾报警	40
4.2 逃生要点	41
4.3 逃生禁忌	42
第三单元 灾难医疗	44
第1章 灾难医疗基础知识	44
1.1 灾难的定义	44
1.2 灾难医疗	44
1.3 学习灾难医疗行动的必要性	44

1.4 灾难医疗行动实施的基础	45
第2章 如何应对致命状况	45
2.1 有效个人防护	45
2.2 致命状况处置	45
2.2.1 开放气道	46
2.2.2 止血带止血	48
第3章 检伤分类	49
3.1 什么是检伤分类	49
3.2 检伤分类中救援人员的安全	50
3.3 脱手套正确方法	50
3.4 检伤分类一般步骤	51
3.5 检伤分类对受灾者的评估	52
3.6 检伤分类中的评估	53
第4章 如何在灾难中进行医疗救治现场管理	53
4.1 优先考虑因素	53
4.1.1 进行卫生防护	54
4.1.2 保持环境卫生	54
4.1.3 水的净化	55
4.1.4 防止疾病传播	55
4.2 灾难医疗行动的作用	55
4.3 现场医学治疗区	55
4.3.1 建立医学治疗区	55
4.3.2 治疗区的选择	56
4.3.3 治疗区的布局	57
4.3.4 治疗区的组织	58
4.4 从头到脚的评估	58
4.4.1 对伤者进行从头到脚的评估的目的	58
4.4.2 对伤者进行从头到脚的评估的内容	59
4.4.3 何时何地、如何进行从头到脚的评估	59
4.4.4 如何进行从头到脚的评估	59
4.4.5 闭合性头部、颈部及脊柱损伤	60
4.4.6 灾后其他损伤的治疗	61
4.4.7 冷相关损伤	62
4.4.8 热相关损伤	63
4.4.9 叮咬伤	64
第四单元 现场医疗急救	66
第1章 现场医疗急救基础知识	66
1.1 现场医疗急救	66
1.2 现场救护原则	67
1.3 现场医疗急救的重要性	67
第2章 气道异物梗阻	68
2.1 气道异物梗阻的表现	68
2.2 气道异物梗阻的救治	68
第3章 创伤救护	71

3.1 认识创伤	71
3.2 外伤救护	72
3.2.1 止血清创	72
3.2.2 包扎	75
3.2.3 固定	80
第4章 恢复体位	85
第5章 心肺复苏 (CPR)	86
第五单元 搜索与营救	90
第1章 安全原则和个人防护	90
第2章 评估	91
2.1 评估九步法	91
第3章 搜索技巧	95
3.1 搜索标识	95
3.2 建筑物结构	97
3.3 内部搜索行动	100
3.3.1 安全行动	100
3.3.2 内部搜索	100
3.4 外部搜索行动	101
第4章 开展营救行动	102
4.1 现场营救的策略与方法	103
4.1.1 搜索和营救行动准则	103
4.1.2 现场营救策略	103
4.1.3 现场营救操作的原则和步骤	104
4.1.4 现场营救 (队) 组织	105
4.2 营救方法	105
4.2.1 重物移除	105
4.2.2 非脊柱伤伤患转运技术	110
4.3 风险防范	117
4.3.1 考虑具体的安全因素	118
4.3.2 创造安全的营救环境	118
第六单元 灾难心理	120
第1章 灾难心理基础知识	120
1.1 灾后心理抚慰目的	120
1.2 灾后心理抚慰对象	120
1.3 灾难创伤	121
第2章 灾后自身心理调节	121
2.1 危机的四个阶段	121
2.2 情绪反应	122
2.3 身体症状	123
2.4 灾后自身心理调节过程	123
第3章 灾难心理抚慰	124
3.1 心理抚慰领导者职责及重要性	124
3.2 危机事件心理减压	125
3.3 针对受灾者创伤开展工作—共情倾听法	125

3.4 管理（受灾者）死亡事件	128
3.5 通知（逝者）家人和朋友死讯	128
3.6 重大创伤后压力症候群	129
3.7 儿童与青少年的身心反应	130
3.8 儿童现场抚慰方法	131
3.9 特殊人群的照顾	132
第七单元 应急演练的组织与实施	134
第1章 应急演练基础知识	134
1.1 应急演练的目的与意义	134
1.2 应急演练的原则与分类	136
1.3 应急演练规划与准备	138
1.3.1 应急演练规划	138
1.3.2 应急演练准备	139
1.3.3 应急演练保障	142
1.3.4 应急演练实施	144
1.3.5 应急演练评估与总结	146
1.3.6 相关名词解释	147
第2章 校园应急疏散演练的全流程技术解析	148
2.1 紧急疏散的阶段	150
2.2 地震紧急疏散	151
2.2.1 地震应急准则	152
2.2.2 地震常见问题	152
2.2.3 地震避险技巧	153
2.2.4 地震疏散技巧	155
2.3 火灾紧急疏散	156
2.3.1 火灾的疏散技巧	156
2.3.2 火灾被困时的保护技巧	157
2.4 疏散危机等级动态管理	157
2.4.1 动态管理	157
2.4.2 该如何分工组织应急疏散	159
2.4.3 训练相关知识	160
2.5 紧急疏散——避难场所	162
第3章 密集人群管理	164
3.1 基础知识	164
3.1.1 人群拥堵的诱因	164
3.1.2 防踩踏	165
第4章 紧急疏散演练	168