

# 夏日游泳 溺水急救 分秒必爭

游泳是一種最「全面性」的運動，從頭到腳、四肢、皮膚以至內臟器官，無不參與活動，所以每到夏天，人們最喜歡的活動是游泳。游泳池、海邊、小溪，只要有水的地方，就可以看到弄潮的人兒，寓消暑於運動。

每年夏天因游泳、戲水而發生的溺水事件，統計起來相當驚人，主要的原因是游者不諳水性，水中抽筋或遇到急流、漩渦等因素所造成。

## 急救分秒必爭

溺水者被救起後，輕者有耳鳴、視力異常、噁心

、嘔吐、胃擴張及肺水腫等現象，嚴重者會失去意識、肌肉鬆弛、冰冷且發紫，甚至呼吸停止，心跳微弱或停止等情形。

溺水者被救起後如未能及時急救，常會有生命危險，因此救上岸後即時進行急救，處理方法包括人工呼吸、心臟按摩及倒水法，救護者平常就應熟悉這些方法，遇到緊急時才能派上用場。

## 人工呼吸

當溺水者從水中被救起後，應先做人工呼吸，以免腦中缺氧時間過長而造成無法補救的傷害。首先將溺水者口、鼻、呼吸道的淤泥、雜物清除，解開腰帶

## 經濟果樹 (上) (精裝) 230元 (下) 250元

全省書局有售

上下集合購僅收430元

(上)：介紹鳳梨、芒果、木瓜、洛神葵、人心果、澳洲胡桃、蘋婆、可可、可可椰子、咖啡、桑椹、蘋果、楊桃、枇杷、黃皮果、馬拉巴栗、蛋黃果等17種果樹栽培法。

(下)：介紹龍眼、荔枝、百香果、柑桔類、葡萄柚、番荔枝、番石榴、蓮霧、橄欖、香蕉、酪梨、美洲胡桃、楊梅、齊墩果、西印度櫻桃、印度棗、檳榔、蘭撒果、無花果、葡萄、梨等21種果樹栽培法。

分別由十數位果樹專家撰著。(郵購另加掛號郵資16元)

### 豐年社

台北市溫州街14號  
郵政劃撥5930豐年社  
電話(02)3938148