



迎新春·安全

交通安全及自救互救 请收好这锦囊

如何防范事故？发生时如何减轻损伤？受伤后如何自救互救？

春节假期将至，不少人已经踏上回家的路途，加上近期安徽、湖北等多地降温，冻雨、大雪造成路面结冰，道路交通安全压力增大，交通事故频发。昨天，陆军特色医学中心战创伤医学科主任张连阳提醒广大市民要注意防范交通事故，发生事故时设法减轻损伤，受伤后正确自救互救。



5日，湖南省益阳市桃江县境内的S230桃江段，桃江县公路局工作人员对道路撒盐除冰。新华社发

1 安全出行，坚持安全第一、预防为主，遵守交通规则，保持良好的驾驶和行走习惯，做好预防工作，以保证车辆和人员的安全出行

提前关注天气预报和路况信息，尽量避免在恶劣天气下驾车出行，或者选择恰当路径，避开可能结冰路段。在雨雪冰冻天气中，路面湿滑，车辆容易打滑，需要降低车速，保持足够的车距，以避免追尾事故。注意观察路面情况，特别是积雪、结冰、积水等区域，要提前减速或绕行，确实要通行时应为汽车动力轮安装防滑链后谨慎通行。在雨雪冰冻天气中，合理使用灯光和喇叭可以提高行车安全性。比如，在能见度较低的情况下，开启雾灯、示廓灯、前后位灯和危险报警闪光灯等。在雨雪冰冻天气中，车内温度过高或过低都会影响驾驶人的判断力和操作能力，需要保持适宜的温度。备好应急工具和物品，如轮胎防滑链、三角警示牌、车载灭火器等。

2 出行前准备：在出行前做好相关准备，最大程度提高出行安全性，并做好万一发生交通事故时的自我防护，避免受伤或降低伤情严重程度，减少人员和财产损失

做好出行车辆的日常保养工作，保证车辆的安全行驶。不酒驾、不疲劳驾驶、不开快车，服用某些影响安全驾驶的药物也不能驾车，行车中保持安全车距。车辆和行人各行其道。出行时保持注意力高度集中，不玩手机，不接听电话，及时发现和灵活应对各种道路突发事件。驾驶员和乘车人系好安全带，骑乘者戴好安全头盔，乘坐交通工具时坐好扶稳，没有座位时双腿侧向、平稳站立。车上常备急救包（包含但不限于三角巾、尼龙网套、卡扣式止血带、绷带、橡胶带、无菌用品，如纱布和一次性手套等，器械工具如急救剪刀、救生锤、救生哨子等）和灭火器。

3 正确应对即将或已经发生的交通事故

不可惊慌失措，不可乱打方向盘或横冲直撞。降低车速可以有效减少人员伤亡和财产损失。驾驶人应紧紧抓住方向盘，双脚踩住离合器和刹车踏板，身体后倾，尽量使身体固定，防止碰撞而致伤。乘车人应紧握扶手或靠背，低下头，利用前排座椅靠背或手臂保护头部；同时双脚稍微弯曲用力向前

蹬，使冲击力尽量消耗在自己的手腕和腿弯之间，减缓身体前冲的速度和力量。骑乘者或行人保护好头部、胸部和腹部。发生危险时不要盲目跳车，应在车辆停下后有序撤离。车辆不可避免地要倾翻时，应迅速抓住车内的固定物，保持身体和车子同轴滚动，避免身体在车内滚动而受伤。若被抛出驾驶室或车厢，应迅速抱住头部，并缩成球状就势翻滚，以减轻损伤。碰到意外失火时可以使用灭火器灭火或迅速离开现场，车门无法打开时设法破窗逃生。打开机动车双闪灯，车后安全距离放置三角架警示牌以提醒后车。尽量远离事故危险区域。

4 发生事故时实施自救互救

交通事故发生后，在事发现场第一时间拨打求助电话：110、医疗救护120、火警119、交通事故122和高速公路报警救援电话12122等。先救人、后顾车，先重伤员后轻伤员。对自己施行一般性的急救措施，如出血部位的止血和包扎、骨折的简单固定，无法动弹时不要惊慌，等待救援。被火源烫伤时第一时间采用凉水或冰水冲洗伤口，可以减轻疼痛。如果头部、胸部和腹部受到撞击或挤压，即便只是隐隐作痛，也要警惕内脏损伤，应及时到医院诊治。对昏迷无法唤醒者，需要通过触摸颈动脉判断心跳、通过观察胸部起伏判断呼吸，判断伤员心跳停止时需要立即进行心肺复苏术；如果判断伤员呼吸心跳存在，不要轻易搬动患者，等待专业人员到达。若伤员仍处于危险区域，则默认伤员有脊柱骨折，由三或四名救护人员把手托放在伤员身下，平托伤员一起移动至安全区域。保持伤员呼吸道通畅，口腔、鼻腔中有出血或异物时将伤员侧卧或头偏向一侧，清理血液和异物。伤员有活动性出血时进行包扎和止血，就地取材，使用纱布、手帕、干净衣物或毛巾等直接加压覆盖于出血面，若伤口内有碎骨片、玻璃碎片或异物等情况，则包扎时可不加压。包扎无法控制出血时，使用止血带在四肢近心端根部结扎进行紧急止血，没有止血带时使用木棍或胶棒替代。伤员清醒时，主动询问疼痛部位，怀疑骨折时协助固定患肢，可以减轻疼痛并减少出血。若双上肢骨折则协助伤员使用三角巾或衣物悬吊；若脊柱、骨盆或下肢骨折无法移动时，避免搬动引起二次损伤，等待专业人员到达，或就地取材，使用长木板固定伤肢。伤员疼痛或恐慌时，尽量安抚伤员，等待专业人员到达。

严查酒驾·行动

严查春节期间酒驾醉驾行为

据新华社电 临近春节，酒驾醉驾行为多发。为防范酒驾醉驾肇事肇祸，公安部交管局6日部署，在春节前、春节假期、春节后开展三批次全国集中整治行动，零容忍严查酒驾醉驾违法犯罪行为。公安部交管局提醒广大驾驶人，酒后驾车安全风险高，为了自己、亲属、朋友和公共安全，牢记“开车不喝酒、喝酒不开车”，切勿心存侥幸，切勿以身犯险，切勿以身试法。亲朋好友也要劝阻酒驾醉驾行为，共同遵法守规、安全文明出行。

严查酒驾·案例

找人“顶包”、同饮酒后酒驾、嫌代价贵醉驾……这三起酒驾案例给驾驶员提个醒

近日，两江新区警方曝光3起酒后驾车典型案例，提醒驾驶员朋友切莫酒后驾车，共同守护交通安全。

醉驾酿事故找人“顶包”

日前，民警在辖区嘉木路夜间巡逻时，发现一辆灰色小型汽车撞到道路中间的隔离石墩，发生单车事故，车辆驾驶员未在现场。随后，一男一女来到现场，自称是这起事故当事人。女子赵某称是自己驾车发生的交通事故。民警调取了事故车辆的卡口信息及沿途监控视频，显示系男子伍某驾驶的的车辆。证据面前，伍某供认不讳，民警现场对伍某进行呼气式酒精检测，结果为130mg/100ml。原来，伍某当晚饮酒后抱着侥幸心理开车回家，途中发生事故导致车辆侧翻。伍某担心酒驾被处罚，便迅速离开现场，随后电话联系朋友赵某前来帮忙处理，企图以顶包逃避交通处罚，没想到“伎俩”被民警当场识破。后经抽取静脉血做乙醇鉴定，伍某乙醇检验结果为112mg/100ml，属醉驾。根据《道路交通安全法》第九十一条第二款，伍某将被依法吊销机动车驾驶证，并且5年内不得重新考取机动车驾驶证。同时，公安机关将依法追究其刑事责任。

“兄弟伙”同酒驾都被查

日前，两江新区交巡警支队在两江新区鸳鸯立交段开展夜间违法行为整治时，抓到一对“酒驾兄弟”。驾驶人张某驾车行驶至鸳鸯立交被设卡民警查获，通过呼气式酒精检测，结果为71mg/100ml。几分钟后，李某也驾车到此，同样被民警查获，经呼气式酒精检测，结果为22mg/100ml，两人同属饮酒后驾驶机动车违法行为。经询问，张某和李某两人当晚在一起吃饭喝酒，结束后都叫了代驾，但没等到代驾到来，二人都抱着侥幸心理自行驾车，途中双双被查。民警依据《道路交通安全法》第九十一条第一款，对二人均处罚款2000元的处罚，记12分，暂扣驾驶证6个月。

嫌代驾贵 醉驾“价”更高

近日，民警在人和大道设卡检查，凌晨2时45分许，陈某（化名）驾驶轿车经过检查点，民警在对其例行检查时，发现车内散发出浓浓的酒气，经现场呼气式酒精检测，结果高达157mg/100ml，涉嫌醉酒后驾驶机动车。后经询问得知，陈某当晚在江北区吃饭，席间喝了不少酒，散席后本来叫了代驾准备返回区县，结果行驶途中觉得400元代驾费太贵，想着自己还算清醒，于是决定取消代驾自己开车，不想开出不远便被民警查获。后经抽取静脉血做乙醇鉴定，陈某鉴定结果为186mg/100ml，属醉驾。陈某将被依法处以吊销机动车驾驶证的处罚，且五年内不得重新考取机动车驾驶证，并依法追究刑事责任。

两江新区警方提醒：春节将至，亲人团圆不易，莫因酒驾遗憾终生。请驾驶人朋友时刻牢记，开车不喝酒，喝酒不开车！也希望亲朋好友互相提醒，高高兴兴团聚，平平安安回家。 新重庆-上游新闻记者 徐勤

新重庆-重庆日报记者 李珩