

三、基本技能

- 53 关注健康信息，能够正确获取、理解、甄别、应用健康信息。



- 54 会阅读食品标签，合理选择预包装食品。



- 55 会识别常见危险标识，远离危险环境。



当心火灾



当心中毒



当心爆炸



禁止吸烟



禁止烟火



禁止穿化纤衣服

- 56 科学管理家庭常用药物，会阅读药品标签和说明书。



- 57 会测量脉搏、体重、体温和血压。



- 58 需要紧急医疗救助时，会拨打120急救电话。



- 59 妥善存放和正确使用农药，谨防儿童接触。



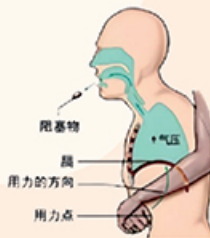
- 60 遇到呼吸、心搏骤停的伤病员，会进行心肺复苏，学习使用自动体外除颤器（AED）。



- 61 发生创伤出血时，会进行止血、包扎；对怀疑骨折的伤员不要随意搬动。



- 62 会处理烧烫伤，会用腹部冲击法排出气道异物。



全民健康生活方式

中国公民健康素养 基本知识与技能

(2024年版)

66条

(53-66条)



武汉长江新区疾病预防控制中心

提素养 促健康

引导公众自觉践行文明健康绿色环保的生活方式，让人民群众更好地重视健康、维护健康、享受健康，让每个人能够真正成为自己健康的“第一责任人”！



63 抢救触电者时，要首先切断电源，不要直接接触触电者。



64 发生建筑火灾时，拨打火警电话119，会自救逃生。



65 发生滑坡、崩塌、泥石流等地质灾害和地震时，选择正确避险方式，会自救互救。



66 发生洪涝灾害时，选择正确避险方式，会自救互救。

