

旅游宝典：海滩旅游注意事项导游资格考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/633/2021_2022__E6_97_85_E6_B8_B8_E5_AE_9D_E5_c34_633035.htm id="tb42" class="mar10" style="word-break:break-all.">

一、不吃不洁食物，吃海鲜时，可适量喝点白酒和米醋，以起到杀菌清毒的作用。二、吃海鲜后，一小时内不要食用冷饮、西瓜等食品。不要马上去游泳，游泳后也不宜立即食用冷饮、西瓜、海鲜等食品。三、晚上睡觉注意保暖，以免受凉引起腹泻。来源

：www.examda.com 四、晕船者在上船前不要吃得太饱，也不要吃太油腻的食品，可预先吃2片防晕片控制晕情，晕船者上船后不要频繁走动，产生晕觉时，可身体平躺在床上，并在手腕及肚脐处各贴一块盼香膏，以起到防晕的作用。五、请随身带好防感冒、发烧、腹泻、皮肤过敏的物品，以便应急之用。六、船上食品价格较高，游客可携带一些方便面、面包之类的食品在船上食用。七、游泳前要预作准备活动，以防抽筋；游泳时要在规定的安全区域内活动，水中感觉不适时，应尽快上岸休息，并适当控制水上活动时间。百考试题 - 全国最大教育类网站(www . Examda. com) 八、游泳时要保管好自己随身携带的物品。贵重物品不宜放入衣物箱内，应专项寄存或派人看管。九、参加高速摩托艇、水上飞机、高速游轮活动的游客要听从该处工作人员的安排，并穿好救生衣，落实各项安全措施，切忌麻痹大意。本文来源:百考试题网 十、携带儿童的游客，参加水上活动时应照顾好自己的孩子，不要让他们独自活动。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com