

挑戰讀者

美國作家勞倫斯·卜洛克說過：

「紐約，有八百萬人口，有八百萬個故事，有八百萬種死法。」

生命只有一次，「作死」的方式卻有無數種。

如果從冰冷的生命終點開始倒帶，

或許我們會發現，

有些死亡本來可以避免。

那麼，你準備好接受生命的挑戰了嗎？

翻開這本《不自然死因研究》前，你是否對自己的安全意識自信滿滿？

沒錯，大家都知道過馬路要看紅綠燈，知道不吃陌生人遞過來的可疑食物，也知道要遠離鋒利的刀具。這些基礎知識，對大多數人來說都是很簡單。但在我們生存的世界裏，依然有很多人因為一些完全沒有注意到的細節而莫名其妙地走到了生命的終點。

今天，我就從法醫檔案中抽出一些經典的案例，來測試一下你的安全意識究竟有多高。

以下挑戰題每道題有一個或多個正確答案：

1. 溺水可能發生在（ ）。

- A. 不會游泳的人身上
- B. 游泳很好的人身上
- C. 超過身高的深水區
- D. 不到膝蓋高的淺水區

2. 炎熱的夏天，以下哪些建議比較好？（ ）

- A. 選擇空調直吹的地方入座，方便快速降溫
- B. 當司機熄匙下車去辦事時，其他乘客最好關緊車門在車裏睡覺
- C. 如果有人已經中暑了，應該趕緊給他吃冰涼的西瓜之類的食物降溫或者大量飲水
- D. 對於發病急驟的重症中暑患者，要選擇陰涼的地方讓其坐臥，抬高下肢，用涼的濕毛巾敷前額降溫

3. 關於喝酒，以下做法哪些是正確的？()

- A. 照顧喝醉的人，把他抬到床上休息時，應該讓他保持仰臥的姿勢，方便呼吸
- B. 天氣冷的時候，可以多喝一點酒，因為喝酒可以暖身
- C. 吃頭孢類藥物不能喝酒
- D. 如果喝多了，最好讓熟悉的人送自己回家，而不要盲目相信自己的方向感和判斷力

4. 關於下面的傳言，哪些可能是真的？()

- A. 大街上有人忽然拍了一下女孩的肩，女孩聞到一縷清香後中毒失去意識，迷迷糊糊跟着這個人走了
- B. 如果你在沙灘上玩耍，千萬不要玩用沙子把人埋起來的遊戲，就算被埋的人留一個頭在外面，看上去可以自由呼吸，但如果有人在他周圍亂踩，把沙子踩得結實了，還是會導致被埋的人窒息
- C. 一個吻痕可能導致突然死亡，這種死亡方式屬猝死，完全沒有機會挽救
- D. 佩戴安全帶是為了防止急剎車時頭部撞到擋風玻璃上，所以如果汽車已經配備了安全氣囊，就算不佩戴安全帶也可以

5. 下面說法，哪些是錯誤的？()

- A. 吃飽了玩呼拉圈，有可能會導致腸破裂
- B. 不要在糧倉裏睡覺，新收的糧食可能已被噴灑藥物，這種藥物遇水後產生的氣體可能會讓你中毒
- C. 交通事故發生後，如果傷者表面看上去不太嚴重，就沒必要去醫院
- D. 吃到變質的食物，拉幾次肚子就好了，只要沒有嘔吐，身體會自己好轉的

答案

1. ABCD 2. D 3. CD 4. B 5. CD

你答對了嗎？

如果你答對了 0~2 道題，說明你的自我保護意識還很薄弱，很需要趕緊閱讀本書，以此來提升你的生存力；

如果你能夠答對 3~4 道題，說明你已經擁有了一定的醫學常識，對自己的身體也有了足夠的關注，但你還需要通過這本書糾正一些謬誤，才能讓自己生活得更安全；

如果 5 道題你全都答對了，說明你已經有了非常強大的生存本能。知其然，更有必要知其所以然。希望通過閱讀這本書，你能了解到這些救命常識背後的法醫學原理，告訴給更多你在意的人。

好的，那麼就讓我們一起開始這場有關生存能力的科普之旅吧！

序

也許是受到了傳統文化的影響，我們從很小的時候開始，就對於「死亡」一詞諱莫如深。甚至一提到類似的詞彙，我們就會被父母呵斥。但是大家有沒有想過，既然每個生命體都會有終點，每個人都會死亡；那麼，這個必然會出現的東西，為甚麼我們連言談之中都要避諱呢？好像只有這樣，才能讓我們看起來與死亡相隔甚遠。可是，真的不談就會遠嗎？

死亡，連說都不能說，何談教育？

在這樣的意識環境裏長大的孩子們，會變得怎樣呢？有的愚昧迷信，有的諱疾忌醫，有的漠視他人的生命，有的則輕易放棄自己的生命……有人說我是在危言聳聽，其實真的不是我在誇大，缺乏安全意識、漠視法律法規、不敬畏生命，或者歧視與死者接觸的職業，這些並不是個別現象吧？所以，我覺得「死亡教育」勢在必行，而且不僅僅局限於兒童教育。對成年人的「死亡教育」甚至比對兒童的更加迫在眉睫，因為身教大於言傳，如果成年人對死亡的認知都不夠，又如何去給自己的孩子帶來良好的影響呢？「死亡教育」，就是生命教育，而這應該是全民性質的活動。

作為一名普通的法醫，在這個龐大的體系工程裏，我能不能起到一些作用呢？我一直在思考這個問題。

既然是一名法醫，我每天都會見到死亡，似乎「死亡」這個現象已經司空見慣了。在職業生涯中，對待死亡，我經歷了從心酸到惻隱、從悲憤到淡然的心路歷程。如果我能夠用文字將這些分享給你們，一定會讓你們對死亡有不一樣的認識。

我曾經在《科學 Fans》雜誌上寫過一個專欄，叫作〈第 X 次死亡〉。在整理、補充了專欄文稿之後，我又增添了一些內容，最終寫成了你們手上的這一本書。你們會發現，這本書裏死者都是同一個名字——夏曉曦。這是因為我在創作時，想用「xxx」代替死者名字，可是「xxx」放在書裏也不合適啊，於是我用拼音輸入法打了「xxx」，才有了這個名字。

這一本書列舉了我見過的各種死因，對各種死因的法醫學現象進行了科普。同時，我針對每一種死因介紹了一些防範規避的方法。再者，這本書裏的大量案例都是生命的反面教材。希望大家可以通過看到別人的遭遇，而避免自己的不幸。

科普只是媒介，希望大家能看到更深層次的東西。

生命只有一次，沒有重新來過的機會。我曾經在屍檢的時候，暗自琢磨，躺在我面前的這一具冷冰冰的屍體，在生命隕滅的那一刻，他曾想些甚麼呢？

他一定是想繼續活下去。

生命是最可貴的東西，沒有之一。生命也是最美麗的東西，沒有之一。

希望大家可以通過本書，意識到這一真諦，從而愛護、珍惜自己的生命，讓自己的生命更加精彩。

尤其是在絕望、無助的時候，更要去想一想。活下去，有很多理由；活下去，甚至不需要理由。

正因為生命有終點，所以我們更應該拼命地、快樂地、充實地活着。



目錄

挑戰讀者 序	003 006		
CASE 001 水邊的女孩 她生前遭遇了甚麼，小小年紀卻陳屍池塘中？	012	CASE 008 無人知曉的家暴 她看到自己的小便已經成了醬油色，卻不知道這是生命的最後一次警告。	065
CASE 002 無法醒來的「睡美人」 當她在車裏熟睡時，外面的世界正發生着讓她致命的變化……	022	CASE 009 鄰居的證詞 好心的趙太太，看了一眼門縫，就嚇得癱軟在地。	072
CASE 003 狗繩的秘密 她一動不動，脖子上的繩索痕跡顯得異常詭異。	029	CASE 010 灰飛煙滅 浴巾已經被染成了紅色，她似乎剛洗完澡就迎來了死亡。	078
CASE 004 天台迷蹤 「你說她是跳樓自殺的，那為甚麼身上衣服被撕裂了？」	036	CASE 011 面目全非 被燒黑的氣管內側卻非常乾淨，又是一宗命案！	084
CASE 005 熾熱的雪夜 一具女屍出現在寒冬臘月的清晨，臉上帶着詭異的笑容。	044	CASE 012 致命耳光 結婚十多年的第一記耳光，讓妻子一頭栽倒在地再沒起來。	091
CASE 006 「光腳」的妻子 她躺在開着暖氣的房間裏，身旁散落着長長的電線。	050	CASE 013 令人窒息的操作 姿勢不對，也會讓你永遠沉睡。	097
CASE 007 碎屍式自殺 都身首兩處了，憑甚麼不算命案？	058	CASE 014 搭上生命的惡作劇 她一邊吃着花生，一邊得意地期待着嚇哭那個「倒霉鬼」。	103

- CASE 015 死於體罰** 109
一夜過去，他帶孩子從醫院回家，卻發現妻子竟然保持那個姿勢睡着了。
- CASE 016 悲傷的旅行** 115
丈夫只離開了半小時，原本在路邊等待的妻子就已經不省人事了。
- CASE 017 一吻致死** 123
在新婚之夜，新郎忍不住狂吻了新娘的頸部，慢慢地，新娘沒有了聲音。
- CASE 018 頭髮下的秘密** 129
「她明明是摔死的！」
- CASE 019 一摔成謎** 136
「摔跤也能死人？不可能，你看她背上那麼多損傷，一定是被人打死的！」
- CASE 020 潛伏的死神** 142
一年前發生的事，悄悄埋下了死亡的種子。
- CASE 021 柔軟的腹** 148
「她真的是被那輕輕一腳給踢死的？這實在是太難以置信了。」
- CASE 022 堵住的肺** 154
「自己的女兒不過就是腿部骨折，怎麼會過幾天就死了呢？」
- CASE 023 恐怖的羊水栓塞** 160
我們希望，全天下的孕婦都不要得這個疾病！
- CASE 024 慣性的陷阱** 168
只是吃了家裏冰箱裏的包子，竟然也會中毒身亡？
- CASE 025 第五個針孔** 175
體弱多病的她，慶幸自己嫁給了一個醫生，這樣，他就可以在家幫她打針了。
- CASE 026 租住在倉庫邊的女人** 181
她知道，關上窗戶可以擋住外面的危險，卻不知道危險也可能來自建築內部……
- CASE 027 黑暗料理** 189
她如果只是吃錯東西，怎麼沒有嘔吐或者肚瀉？
- CASE 028 文藝女孩之死** 195
她喜歡淋雨，雨水讓她清醒，也要了她的命。
- CASE X 一場意料之外的死亡** 201
他希望自己「火」一把，於是，一把火在他父親的墓碑前燒了起來。

CASE: 001

File Name:

水邊的女孩

Cause:

溺死

CONFIDENTIAL

2012年夏末，居民夏先生到警署報案，稱自己14歲的女兒夏曉曦失蹤了。

警方立即組織警員協助夏曉曦的親屬展開搜尋工作，並專門安排一組警員重點對區內的溝、塘、湖、池進行了尋找，果不其然，不到一天的時間，警方就在距離夏曉曦家兩公里的一處池塘內尋找到了夏曉曦的屍體。

這個池塘的附近是一片野地，野地裏有很多野菜。據調查，夏曉曦經常在放學後，到野地裏玩耍、採摘野菜。

夏曉曦的屍體被打撈上來的時候，褲子是褪到膝蓋的。所以，夏曉曦的父親懷疑她是遭受到不法分子的侵犯後，被拋屍入水的。

不管家屬怎麼認為，這種非正常死亡事件都需要法醫出場。法醫在進行檢驗後，就可以給辦案部門提供判斷死亡原因的依據了。

負責本案的法醫聶之軒，是一個身高大約一米八的魁梧男人。面容白淨，一頭短髮微微有些自然捲。當聶之軒穿着乾淨利落的制服抵達現場時，立刻就吸引了不少人的目光。當然，最引人注意的，是聶之軒右手袖口露出的機械手。他從容地套上解剖手套，似乎已經對這種注視習以為常。

與他合作已久的同事都知道，不光是右手，聶之軒的右腿也是人工製造的機械假肢。

跟在聶之軒身後的是實習法醫小白，他從學校畢業還沒多久，對聶之軒假肢的由來一無所知。

接到要到現場的指令時，小白正準備吃東西。他還沒打算放棄這頓飯，於是一手拎着勘查箱，一手拿着麵包狼吞虎嚥。在靠近現場的時候，小白被石頭絆了一下，手中的麵包掉落在了泥地上。

「別吃了，要進封鎖線了。」聶之軒說。

「這……這也吃不了呀！」小白一臉心疼。

兩人走進了封鎖線，第一眼便看見了夏曉曦口鼻外面黏附的蕈狀泡沫。

「這個就是蕈狀泡沫吧？」小白問道，「這就是淹死的呀！」

「第一，法醫在屍檢完畢之前，不要輕易下任何結論。」聶之軒說，「第二，法醫的術語裏沒有淹死，只有溺死。」

小白吐了吐舌頭。

聶之軒拿起夏曉曦的手，發現手指之間有泥沙和水草，心裏似乎有了一些底，說：「走吧，把屍體運到解剖室。既然家屬提出了異議，我們需要對屍體進行系統解剖檢驗，明確死因。」

經過法醫檢驗，發現夏曉曦的氣管內有大量的蕈狀泡沫，氣管充血，肺部膨隆，可見肋骨壓痕，胃內有大量帶有水草的液體。由此可以判斷，夏曉曦是溺水死亡的。同時，法醫經過檢驗也判斷夏曉曦生前並沒有遭受性侵害。

結合池塘岸邊的足跡等痕跡以及其他一些調查工作發現，專案組還原了事實真相。

夏曉曦獨自在池塘邊玩耍的時候，突然內急，於是在池塘邊解手。而恰巧在此時，遠處有幾名學生向池塘這邊走來。夏曉曦發現有人過來後，來不及提起褲子，就想往灌木叢後躲藏。但因為褲子的牽絆，夏曉曦失足掉進了池塘，不幸溺死。

人死了，就像水消失在水中。

——波赫士



溺死是指當人體處於液體環境中，液體進入人體呼吸道後，堵塞呼吸道使人體內氣體交換發生障礙，從而導致人窒息死亡的一種方式。

夏天是很多人都喜歡的季節，在酷熱的天氣裏，很多人都會選擇游泳這種涼爽的避暑方式。但在這裏要很煞風景地來和大家聊聊「溺死」的話題。

溺死屬機械性窒息死亡的一種，和其他機械性窒息（如扼頸、捂壓口鼻等）不同，因為致死的物體是液體，所以其死亡會有一些特徵。

插一句，溺死並不一定都發生在江河湖海中，水很淺的地方同樣也會發生溺死。

以前曾見過在一個淺水灣自殺溺死的人，那個人仰面躺在水中，水面剛剛漫過鼻孔。有人會問，那人被水嗆着了，不會趕緊坐起來嗎？其實人就是這樣，有的人因為嗆咳、慌亂，在很淺的水中一樣可以被溺死。我曾有一次掉到湖裏了，劇烈掙扎，險些被溺死。同學發現後，趕緊跳下來救我，可他拉了我一把後，我一站起來才發現，原來水深還不足一米。而且很囧地補充一句，其實我是會游泳的。所以，慌亂害死人啊！

同樣，在浴缸、浴盆中也存在溺水的危險，所以，照顧小朋友或是行動不便的老人洗澡的時候，一定不要疏於看管。我的編輯朋友包包小時候就有過因為在洗澡時無人看管，在浴缸中滑倒、嗆水，差點就沒有然後了的情況。

那麼，法醫是怎麼判斷一個人是不是溺死的呢？

溺死作為一種特殊的機械性窒息死亡現象，有很多特殊的屍體表徵。所以，要判斷出死者的死因是溺死，並不難。但是，在水中的屍體，很容易快速腐爛，屍體腐爛後，對是否是溺死的判斷就會困難得多。所以，法醫必須掌握溺死的全部特徵，在檢驗腐爛屍體

時，識別出幾項溺水特徵，並排除外力加害、中毒致死等死因後，才可以得出溺死的結論。

對溺死的診斷非常重要，溺死多見於意外和自殺，罕見於他殺。在處理溺死的非正常死亡事件時，不僅要熟練掌握溺死的特徵，更要學會將它和死後拋屍入水進行區別。

如何鑒別死後拋屍入水與溺死

🔍 屍斑¹

生前入水的屍體，因為屍體隨水流翻滾，體位不斷變化，沒有一個固定的「屍體低下位置²」，所以，屍斑不太明顯。當然，溺死後不久就被打撈上來的屍體上會重新形成明顯固定的屍斑。如果是死後，待屍斑穩定再拋屍入水的，則會有明顯的屍斑。

🔍 口鼻腔和氣管

在溺水過程中，因為冷水刺激呼吸道，呼吸道黏膜分泌亢進，氣管通常會呈明顯充血狀，甚至有水中的泥沙進入氣管和支氣管。同時，溺液、黏液以及空氣隨劇烈的呼吸運動或嗆咳攪拌，會在呼吸道形成泡沫。屍體被打撈上來後，泡沫會溢出口鼻腔，此為葷狀泡沫。而死後入水者，因為沒有呼吸運動，所以氣管不會充血，也無此類泡沫。當然，對嚴重腐爛的屍體來說，即使死因是溺水，這種泡沫也很少見了。

註釋

- 1 屍斑是在人體死亡後2小時左右，由於血液循環停止，心血管內的血液因重力作用，沿血管網向下墜積，高位血管空虛、低位血管充血，而透過皮膚呈現出的暗紅色、暗紫紅色斑痕。這些斑痕開始是雲霧狀、條塊狀，最後逐漸形成片狀。
- 2 比如一具仰臥的屍體，他的低下部位就是肩、背、腰、臀、腿後側，但仰臥的屍體因為後背部高低不平，所以有受壓和未受壓的部位。一般情況下，臀部和肩胛部凸起，所以會和地面接觸，這兩個部位就是受壓部位。屍斑會出現在未受壓且低下的部位，也就是背、腰和腿後側。

窒息徵象

作為導致機械性窒息死亡的一種方式，溺死也同樣有其他方式導致的窒息死亡的徵象，比如眼瞼出血點、內臟瘀血、口唇青紫、指甲發紺、顳骨岩部出血等。如果是拋屍入水，那麼死者可能沒有窒息徵象，有其他的死亡徵象。但如果是把人捂死或掐死後拋屍入水，怎麼和溺死相鑒別呢？這後面再說。

手

溺死的人，因為在水中會下意識掙扎，手指夾縫、指甲內可能有泥沙、水草。這是一種生活反應³。死後入水者則不會有。

肺

水性肺氣腫是溺死的重要證據之一。簡單點說，溺死的人，肺裏全是水，肺的體積、重量都增加，表面有肋骨壓痕，肺泡壁破裂，在肺葉表面形成一種紅斑，叫作溺死斑。這樣的肺，摸起來有捻髮感⁴。而死後被拋屍入水的人則不會有這些徵象。

心

溺死的人，靜脈瘀血怒張，右心瘀血，左右心血成分差異會導致左右心腔的顏色不一致。而死後被拋屍入水的人則不會有這樣的特徵。

胃

學習游泳的時候大多數人都有嗆水的經歷，所以溺死的人的胃裏也會有大量溺液。這也是一種生活反應。死後被拋屍入水的人則

註釋

3 生活反應，只有機體存活的時候才有的反應，比如出血、充血、梗塞、吞咽、水腫、血栓等。

4 捻髮感，捻頭髮的感覺。

不會有，除非死之前被灌下大量的水。不過，犯罪分子別得意，你灌得了胃，灌不滿肺啊！

肌肉

溺水的時候，人體劇烈掙扎，因此有很多溺水的人會在胸鎖乳突肌、斜角肌、胸大肌、背闊肌等不容易因為外傷形成片狀出血的肌肉處形成出血。

實驗室檢查

有一種檢驗叫作矽藻檢驗，就是用溶劑將屍體的肺、肝、腎溶解，這些器官裏的一些浮游微生物（矽藻）則不會被溶解。經過塗片、顯微鏡觀察，可以判斷這些矽藻的形態，然後和屍體所在水體的矽藻進行對比，可判斷死者是不是在這裏溺水的。這種辦法行之有效，已成為判斷溺死的一種重要參考辦法。

還有一些其他的實驗室檢查，如左右心血氯離子測定、鋇離子測定等。這些檢查很少用上。

最關鍵的是，對於死後被拋屍入水的人，肯定可以在屍體上發現其他的死因，而溺死的死因就是溺死。

根據上面的內容，基本可以肯定，想用拋屍入水將其他死因偽裝成溺死，從理論上講基本是不可能的，沒有完美的犯罪。

其他與溺死相關的內容

其他機械性窒息致死和溺死的鑒別

很多人說，可以把人掐死、捂死後，再扔水裏，反正是窒息，徵象都一樣。其實不然，被掐死、捂死的人，即使嚴重腐爛，在其頸部、口鼻腔也會有特徵性出血損傷，這個很容易發現。同時，死後入水者的氣管、肺、心、胃都和溺死的不一樣，前面已經講過了。

乾性溺死

有一種溺死，是因為死者突然入水，聲門痙攣，導致急性窒息死亡。這樣的死亡，溺液可以不進入肺、胃，氣管和實驗室檢查也是正常。雖然極少見，但也是存在這種可能性的。那麼，怎麼判斷死者是乾性溺死呢？首先要排除死者是受機械性損傷、其他機械性窒息而死亡，然後排除死者是中毒死亡。可以排除這兩項的話，結合現場環境，就能推斷死者死於乾性溺死。

推人入水

有朋友問了，如果是趁人不注意時推人下水使其溺死呢？我只能說，這種殺人手法太不保險，我是沒見過。畢竟這個人有可能游上來，或者是獲救，那兇手可就傻了。如果推人下水真的淹死了人，法醫學就解決不了，但警方通過現場勘查情況、調查情況依舊可以破案。

我倒是聽過有下藥使人昏迷，然後扔進水裏溺死的。不過這樣的情況可以通過毒物檢驗檢查出來。

說到這裏，我再跟大家分享一個案例，或許大家就更能理解法醫是如何區別溺死和拋屍入水的了。

* * * *

在 2011 年的夏天，某地發生了一宗命案。

這是一個兩口之家，一位奶奶帶着一個 13 歲的孫子。這個孫子非常不聽話，經常惹得奶奶暴跳如雷。有一天，鄰居看見這個奶奶找孫子找到了晚上 8 點，最終發現孫子在小河邊撈龍蝦。把孫子拖回家後，鄰居們聽見奶奶和孫子發生了激烈的爭吵，甚至可以聽見打鬥的聲音。

第二天早上，鄰居發現奶奶死了在家裏的床上，死因是被人用手掐壓頸部導致機械性窒息。而孫子，失蹤了。

結合前一天晚上的動靜，鄰居們認為是孫子失手掐死了奶奶，然後畏罪潛逃。警方開始到處搜索，尋找孫子的下落。

兩天後，孫子的屍體在一條小河裏被發現了。難道是孫子畏罪自殺了嗎？孫子的死因究竟是甚麼？這成為本案的焦點。

孫子的屍體嚴重腐爛，給法醫的判斷帶來了一定的難度。雖然屍體內臟瘀血、手指發紺，具備明顯的窒息徵象；但是法醫發現孫子的肺部沒有明顯的水性肺氣腫表現，雙手也都沒有抓握水草，尤其是屍體的胃內只有乾燥的食糜，而沒有任何溺液。

這些可以排除溺死的因素引起了法醫的高度重視，於是法醫對死者的口唇和頸部進行了細緻的檢驗，最終發現孫子的口唇是有損傷的。

最終，法醫確定，孫子是死於捂壓口鼻腔導致的機械性窒息，是死亡後被人拋屍入水的。殺害奶奶和孫子兩人的，另有其人。

經過縝密偵查，警方最終抓獲了犯罪分子。兇手是趁奶奶出門尋找孫子的時候溜門入室，然後潛藏在屋內的雜物間內。等到夜深人靜的時候，兇手出來開始行竊，卻被驚醒的奶奶發現。兇手上前掐死奶奶後，又到房裏捂死了孫子。

為了毀屍滅跡，兇手把孫子的屍體抬到河邊，丟棄進了河裏，但因為體力原因，無力再去搬動奶奶的屍體。

於是形成了上述的現場狀況。

* * * *

這個案子給我的印象非常深刻，再多的偽裝依然遮蓋不住真相。不要犯罪，只要犯罪就會受到法律的懲罰，而法醫就是維護法律尊嚴的一個職業。

自救 小劇場

小白：「師父，我給你講個笑話吧！」

聶之軒：「你講。」

小白：「一個數學家 and 一個哲學家坐船渡河。數學家問哲學家：『你懂數學嗎？』哲學家搖了搖頭，數學家說：『那你已經失去一半的生命了。』哲學家問數學家：『你懂哲學嗎？』數學家搖了搖頭，哲學家說：『那你失去一大半生命了。』正在此時，船翻了，船夫問：『你們會游泳嗎？』兩人紛紛搖頭，船夫說：『那你們失去全部的生命了。』」

聶之軒：「……好冷。其實，據統計，溺死的人並非都是不會游泳的。相反，有很大一部分人，正是因為會游泳，才會溺死。」

小白：「這……這怎麼可能？」

聶之軒：「因為水性好，才會去『挑戰』未知的水域。然而，水下的情況很複雜，有甚麼雜物並不能全知道。在未知水域游泳的時候，水下的水草、漁網甚至是水底的淤泥，都有可能使會游泳的人無法施展自己的本事。而且，人在缺乏救生條件的水域裏游泳的時候，一旦發生肌肉痙攣或其他疾病，也就無力回天了。」

小白：「感覺我要失去游野泳這一項業餘愛好了。」

聶之軒：「無論會不會游泳，一定不要去未知水域或者缺乏救生條件的水域游泳。即使是去未知水域邊釣魚，也要先檢查釣魚點附近的情況，看此處會不會塌陷，有沒有很滑的青苔，等等。」

小白：「這麼說，以後我還是坐船吧！」

聶之軒：「坐船一樣要注意安全。比如不能在船上玩耍，保持船身的穩定，嚴守乘船的規則。」

小白：「那萬一落水了，閉氣可以嗎？」

聶之軒：「如果是在水下，閉氣是必要的，可以延緩溺水發生的時間。」

小白：「那我以後只練習閉氣。」

聶之軒：「在安全的時候，我們盡可能水下閉氣時間不要過長。因為過度閉氣，會導致體內二氧化碳瀦留，從而導致頭暈、意識模糊。如果因為閉氣時間過長，來不及或者無法控制自己去水面上方換氣的話，反而會加快溺水的發生。」

小白：「那萬一溺水，該怎麼做呢？」

聶之軒：「最重要的，還是要保持鎮定，要頭腦清醒地知道接下來該做些甚麼。如果有機會讓口鼻脫離水面，就要盡可能吸足氣，然後大聲呼救，並拍打水面。會游泳的人，如果是被雜物纏腳或者抽筋，則不能慌亂，不能拼命掙扎，要盡可能保持身體的平衡，然後緩和地掙脫雜物或者調整自己的肌肉，同時呼救。溺水者一旦被救，不可拼命抓住施救者的身體，而要全身放鬆，順從施救者的力量和牽引方向。」

小白：「我就是全身放鬆了，也不知道別人能不能拖得動我。」

聶之軒：「……所以你以後少吃點啊！」