

NATIONAL
GEOGRAPHIC

美国国家地理

生存大挑战系列

青少年必备权威安全手册

摆脱困境

【英】斯蒂芬妮·特恩布尔 著
杨晓乐 译

你能在
世界上最荒凉的地方
找到庇护所吗？

Boulder
Publishing
大石精品图书

全国百佳图书出版单位

时代出版传媒股份有限公司
安徽少年儿童出版社

时代出版

NATIONAL
GEOGRAPHIC

美国国家地理



生存大挑战系列
青少年必备权威安全手册

摆脱困境

你能在世界上最荒凉的地方找到庇护所吗？

【英】斯蒂芬妮·特恩布尔 著

杨晓乐 译

Boulder
Publishing
大石精品图书

ARCTIME
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽少年儿童出版社



著作权登记号: 皖登字 12151514 号

Copyright © 2014 Appleseed Editions Ltd
Well House, Friars Hill, Guestling,
East Sussex, TN35 4ET, United Kingdom

Copyright Simplified Chinese edition © 2015 Beijing
Boulder Creative Culture and Media, LLC.

All rights reserved. Reproduction of the whole or any
part of the contents without written permission from the
publisher is prohibited.

National Geographic and Yellow Border: Registered
Trademarks ® Marcas Registradas. National Geographic
assumes no responsibility for unsolicited materials.

本作品中简体中文版权由Appleseed Editions Ltd授权
北京大石创意文化传播有限公司所有。
由安徽少年儿童出版社出版发行。
未经许可, 不得翻印。

图书在版编目(CIP)数据

美国国家地理·生存大挑战系列: 青少年必备权威安全手册. 摆脱困境 /
(英) 特恩布尔著; 杨晓乐译. — 合肥: 安徽少年儿童出版社, 2015.6
ISBN 978-7-5397-7676-7

I. ①美… II. ①特… ②杨… III. ①安全教育—青少年读物 IV. ①X956-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第048236号



美国国家地理学会是世界上最大的
的非营利科学与教育组织之一。学会
成立于1888年, 以“增进与普及地理知
识”为宗旨, 致力于启发人们对地球的
关心。美国国家地理学会通过杂志、电视节目、影片、
音乐、电台、图书、DVD、地图、展览、活动、学校出版
计划、交互式媒体与商品来呈现世界。美国国家地理
学会的会刊《国家地理》杂志, 以英文及其他33种语
言发行, 每月有3,800万读者阅读。国家地理频道在166
个国家以34种语言播放, 有3.2亿个家庭收看。美国国
家地理学会资助超过10,000项科学研究、环境保护与
探索计划, 并支持一项扫除“地理文盲”的教育计划。

图片来源与致谢

t = 上; c = 中; b = 下; r = 右; l = 左
illustrated by Guy Callaby.

folio image Olga Ryabtsova/Thinkstock; 版权页 Jupiterimages/
Thinkstock, c jurra8; 目录页 MountainHardcore; 2t Tom
Middleton, b Galyna Andrushko; 3t Dr. Morley Read, c Scott
E Read, b David Varga; 4 Neiron Photo; 5c and b Dr. Morley
Read/Shutterstock; 6 Maxim Toporskiy/Thinkstock; 8 Kropotov
Andrey; 9 Ales Liska; 10 Phoric; 12t Stephane Bidouze, c Ryan
M. Bolton, l alicedaniel; 13 SW_Stock; 14 Yuriy Kulik; 15 Ivan
Pavlov; 16 Michel Cecconi, bc lasha, br trekandshoot; 8t My
Good Images, c Paleka; 19 Tom Curtis; 21 Vitaly Maksimchuk
封面 Africa Studio, Maxim Toporskiy/Thinkstock

MEIGUO GUOJIA DILI SHENGJUN DA TIAOZHAN XILIE QINGSHAONIAN BIBEI QUANWEI ANQUAN SHOUCE BAITUO KUNJING

美国国家地理·生存大挑战系列——青少年必备权威安全手册 摆脱困境 【英】斯蒂芬妮·特恩布尔 著 杨晓乐 译

出版人: 张克文

总策划: 李永适 张婷婷

责任编辑: 吴荣生 丁倩 王笑非

特约编辑: 静眉

责任印制: 宁波

美术编辑: 苗薇

出版发行: 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

安徽少年儿童出版社 E-mail: ahse1984@163.com

新浪官方微博: <http://weibo.com/ahsecbs>

腾讯官方微博: <http://t.qq.com/anhuisaonianer> (QQ: 2202426653)

(安徽省合肥市翡翠路1118号出版传媒广场 邮政编码: 230071)

市场营销部电话: (0551) 63533532 (办公室) (0551) 63533524 (传真)

(如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与本社市场营销部联系调换)

印制: 小森印刷(北京)有限公司

开本: 787mm×1092mm 1/16

印张: 1.5

字数: 30千字

版次: 2015年6月第1版

印次: 2015年6月第1次印刷



ISBN 978-7-5397-7676-7

定价: 15.00元

版权所有 侵权必究



目录

接受挑战 2

巡视周围 4

搭起帐篷 6

利用天然庇护所 8

建造林中小屋 10

雨林中的庇护所 12

沙漠中的遮阴处 14

向雪里挖 16

赚得舒服一点 18

词汇表 20

扩展阅读 21

索引 22

目录

接受挑战 2

巡视周围 4

搭起帐篷 6

利用天然庇护所 8

建造林中小屋 10

雨林中的庇护所 12

沙漠中的遮阴处 14

向雪里挖 16

赚得舒服一点 18

词汇表 20

扩展阅读 21

索引 22

接受挑战

想象你是一位勇敢的探险者，正在徒步穿越茂密的森林、寒冷的北极荒原或辽阔而贫瘠的沙漠。

情况对你不太有利。你疲惫不堪，踽（jǔ）踽独行，而且距离大本营还有数千米之遥。你停下来放松一下酸痛的四肢，震惊地发现时间已经很晚了。暮色越来越浓重，气温下降了，可怕的野兽嚎叫声在四周回荡。你意识到了一个可怕的事实：你被困在这荒野中了。

你的挑战是找到庇护所——而且要快。你能做到吗？

在沙漠中很容易迷路，而找到庇护所很难。

热带雨林里闷热、潮湿，到处都有野生动植物在此生存、繁育。哪里是扎营的安全地点呢？



你能在崎岖的山间安全度过一晚吗？那里狂风呼啸，还有美洲狮在周围潜行，虎视眈眈地等待机会。



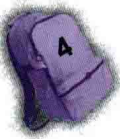
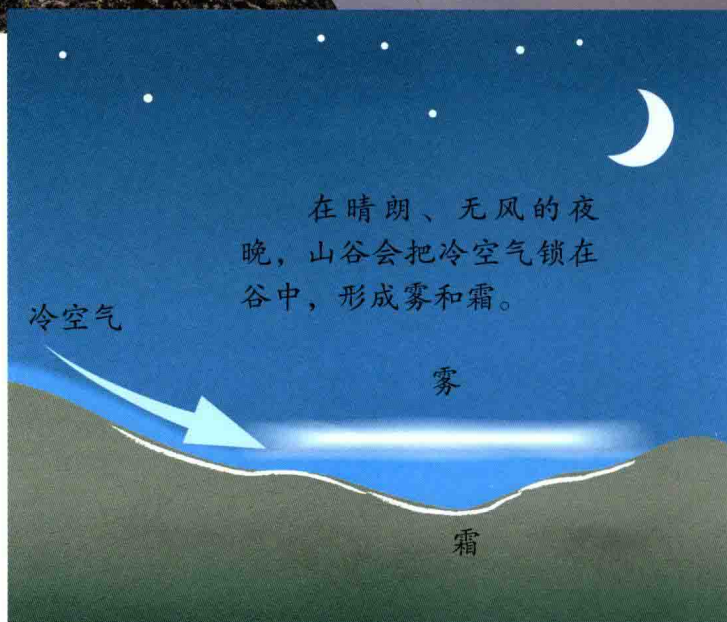
巡视四周

重要的事情要先来，那就是：别惊慌。为了安全度过这个晚上，你需要冷静、清晰地思考对策。好好环顾四周，挑选一个扎营的最佳地点。

天很黑时，要确保你所处的位置不在悬崖边上。

往高处走还是低处走？

如果你在高山上，周围还刮着风，那就往山下走，到一个地势低、更隐蔽的地方去。但也不要太低了，因为冷空气在夜晚会下沉，所以你所处的位置越低，天气就越冷。在一排大树或隆起的地面附近寻找庇护地点是个不错的办法。



真人挑战

登山家莫里斯·埃尔佐攀登喜马拉雅山脉的安纳布尔纳峰时，在大雾中迷了路，只好在一个狭窄的冰隙里过夜。第二天早上，他听到一阵嘶嘶声，突然，一场巨大的雪崩瞬间把他和冰隙掩埋了！令人惊奇的是，他还是设法挖了一条通道逃了出来。



寻找露天地带

被困在茂密、湿漉漉的热带雨林中了吗？往露天地带走吧，找一块比较适合躺在上面的平坦地面。这样晚上就不会有太多湿气，也不会有树枝或动物在你睡觉时掉落到你身上。



离开大树，寻找干燥而明亮的地方。

不建议在蚁丘上睡觉。

留心水

在靠近水源的地方扎营，这样便于烹煮食物和洗漱，但也不要离水源太近。因为如果坏天气导致河流或溪流溢洪的话，你会浑身湿淋淋地从梦中醒来，甚至被洪水冲走。



暴雨会让温柔的小溪变成奔腾的激流。

搭起帐篷

你已经选好了地点，现在该搭建帐篷了。如果你练习过搭帐篷，你就能在短时间内迅速完成。



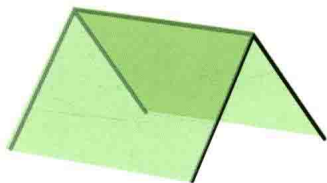
① 搭建得很好的帐篷能抵抗大雪、强风和暴雨，尤其是在平地上有遮蔽的地方搭起的帐篷。

美国人史蒂夫·蒂博在美国北卡罗来纳州的一个森林里搭帐篷时，发现自己忘带帐篷支柱了。于是，他把帐篷绳子系在两棵树上，然后把帐篷悬吊在树中间，把绳子末端绑紧。他的机智在关键时刻帮了他，这个庇护所让他整晚都很安全。

真人挑战

帐篷的类型

帐篷有好几种类型，最基本的是A型帐篷。这种帐篷不是很宽敞，但它很坚固。

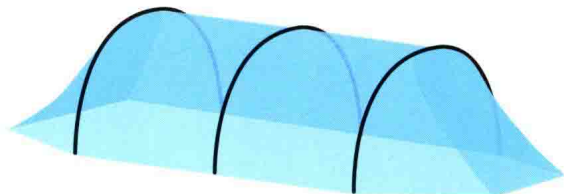


A型帐篷



圆顶帐篷

隧道帐篷能构建出相对比较大的空间，但帐篷的形状决定了它在大风中不是特别稳固。



隧道帐篷

圆顶帐篷既稳固又宽敞，但携带不方便，而且安装起来也需要一定的技巧。



聪明地思考

搭建帐篷的时候，注意帐篷的入口要远离风口。在帐篷周围挖一条小沟，这样周围有水流的话，水就能沿着沟渠流走。搭建完后需要检查帐篷，确保所有的帐篷桩子和支架都很稳固，帐篷帆布上没有裂缝。

① 在雪中搭建帐篷时，要在帐篷外面覆盖上隔热材料，比如木棍支架和一层雪。



利用天然庇护所

如果你没想到旅途会花费这么长的时间，因此没有带帐篷，该怎么办呢？不要绝望，也许你能找到一个天然庇护所。这样的庇护所可能没那么舒适，但是在野外求生时，可不能太挑剔。

寻找树木

森林中有很多天然庇护所。你可以爬进中空的树干中，或者躺进倒下的大树的树根和树枝下。这个庇护所很简陋，但它能保护你免遭风吹雨淋。

图中这样中空的树干是很好的庇护所。在树干里，坐在你的背包上，避免直接接触潮湿的地面。



爬进洞穴

洞穴是很理想的紧急避难所。有些洞穴就像巨大的地下迷宫一样，所以要尽量待在入口附近，以免在洞里迷路或者被卡在狭窄的通道里。记住，动物们也会把洞穴当成庇护所，所以在“入住”之前，要检查洞穴是不是安全的。像熊这样的动物可不喜欢跟其他生物共享一个洞穴。

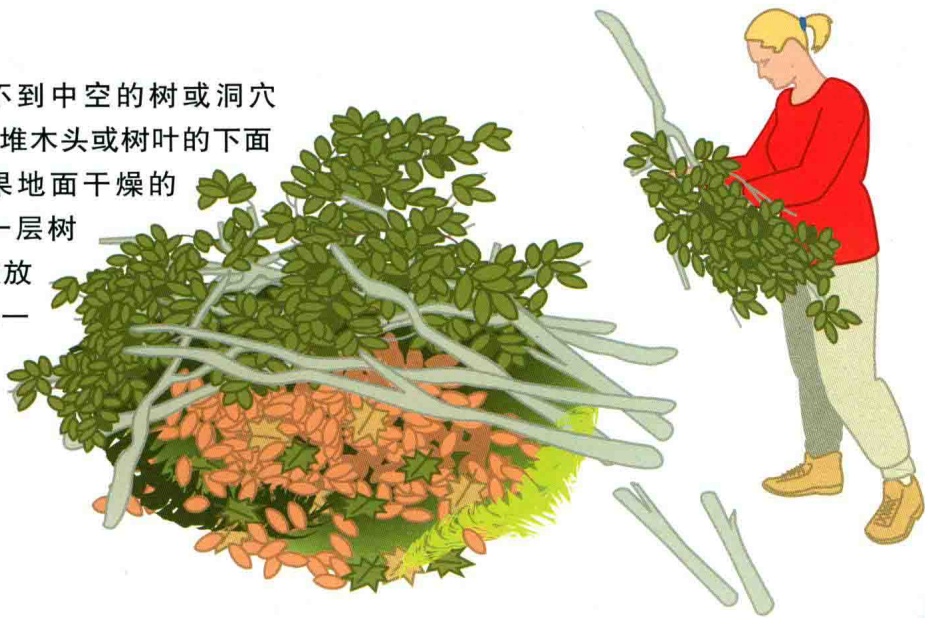


真人挑战

背包客杰米纳勒在澳大利亚蓝山上的森林里迷路了。那里多雾、潮湿、寒冷，他没带帐篷，所以他爬进木头下面的凹洞中过夜。他坚持了12天，直到救援人员发现了他。

搭建庇护所

你在附近找不到中空的树或洞穴吗？在灌木丛、一堆木头或树叶的下面躲避怎么样？如果地面干燥的话，在地面上铺一层树叶，把采集的树枝放在树叶上面，形成一个中空的空间，这就是一个临时庇护所。



建造林中小屋

森林里到处都有可用来建造庇护所的材料。你花费的精力越多，建造出的庇护所就会越舒适。不过，要留心时间和天气，记得在夜晚来临前或坏天气降临前完工。

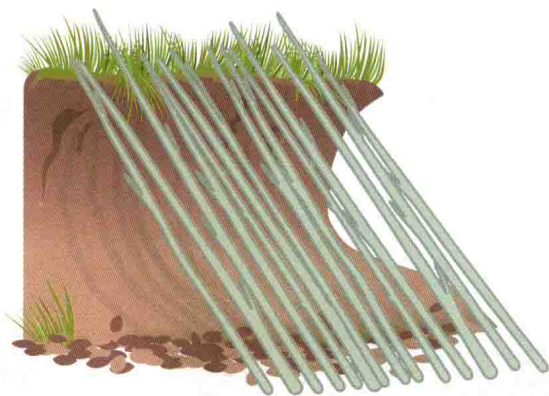


把松树枝搭在一个由树干组成的架子上就能遮风挡雨，形成一个很好的庇护所。

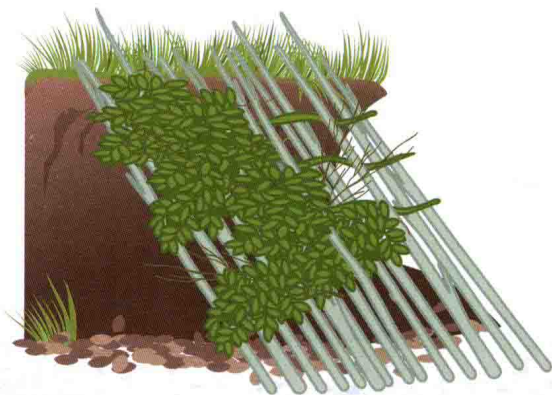
制作单面倾斜的小屋

单面倾斜的小屋是用树枝搭在坚固的物体上建造起来的简单庇护所。

1. 在斜坡或大树上靠10根或更多笔直的长树枝，要确保斜角形成的空间够你容身。



2. 用柔韧的细树枝、芦苇或长草缠绕在搭建的树枝上，然后用落叶填充空隙。如果是雪天，在树叶外面再堆积一层雪。



真人挑战

理查德·普罗恩尼曾经是一位农场工人，退休后来美国阿拉斯加的森林里建造了一个木屋，在那里居住了30年。他用手工工具制作家具，对其中很多家具精雕细琢。他后来因丛林谋生的技能而出名，人们现在仍然会去参观他曾经居住过的木屋。

碎屑木屋

碎屑木屋使用的材料和单面倾斜的木屋相同，但是它不需要倚靠在其他物体上。

1. 挖一个足够躺进去的浅坑。

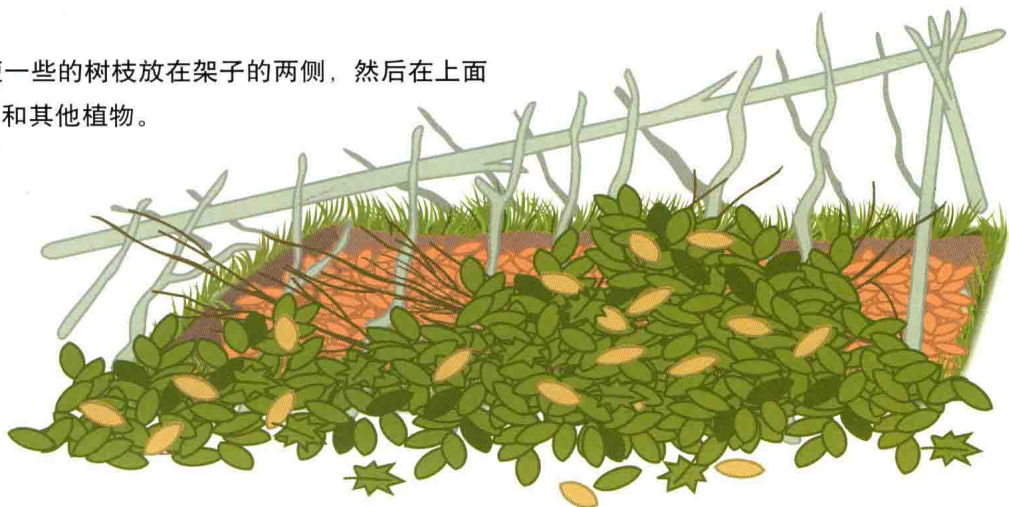


2. 在坑上铺一层树枝和干叶子。



3. 把两根结实、有分叉的树枝交叉竖立起来，将一根又长又粗的树枝靠在交叉处，搭建一个架子。

4. 将短一些的树枝放在架子的两侧，然后在上面积盖叶子和其他植物。



雨林中的庇护所

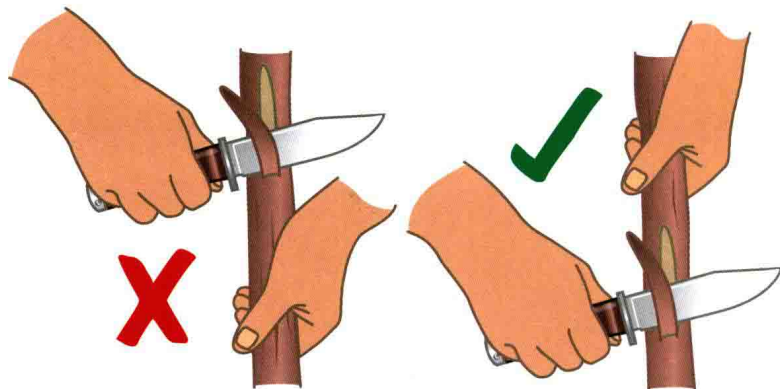
雨林是非常潮湿的地方，庇护所的地面上需要铺一层厚厚的树枝，这样就能隔绝开地面的湿气。庇护所还要有一个坚固的屋顶，这样能让你在倾盆大雨中不被淋湿。

→ 避开阴凉的地方，因为蛇可能会躲在阴凉的木堆或叶子堆下面。



利用小刀

好消息是，丛林中有两种出色的建筑材料——一种是修长、笔直的竹竿，另外一种是大又厚实的棕榈叶。坏消息是，你需要用一把刀子砍下这些材料。你带刀子了吗？



使用刀子时要集中注意力。永远记住，刀子要向远离自己的方向切削，抓握的手指要放在刀刃的后方。

坚固的构架

竹枝能用来做成坚固、整洁的架子，或单面倾斜的小屋（看第10页）。用长长的、浓密的藤条把竹枝捆扎起来，做出一个架子来。

为了做屋顶，我们要把棕榈叶从中间劈开——



然后把叶子铺在架子上，用藤条把棕榈叶也系在架子上。从底部开始，一层一层往上搭。

便捷吊床

你的装备里有吊床？太好了！吊床在雨林里是绝好的床铺，你可以把吊床系在两棵树中间，这样就能远离潮湿的地面。在吊床上方搭起一块苫布作顶棚，再加顶蚊帐，这样你晚上就不会被蚊虫叮咬。太完美了！



真人挑战

吉恩·库奇在美国佛罗里达州的沼泽地里划皮艇旅行时迷路了。潮湿的沼泽地里经常有短吻鳄出没。库奇用他的皮艇做了一个单面倾斜的小屋，然后整晚都燃着青烟缭绕的火来驱赶成群的蚊子。第二天早上，他终于找到了回家的路，虽然他疲惫不堪，被虫子咬得厉害，但总算还活着。

