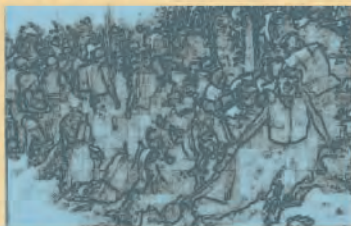


公众防灾应急常识

GONGZHONG FANGZAI YINGJI CHANGSHI



江西省吉安市人民政府应急管理办公室

江西人民出版社

《公众防灾应急常识》编委会

主 编 尹小明

副 主 编 谢启龙 周光武 梁玉华 曾志珍
李 真 曾濂明 刘润根 胡子权
彭慧芝 刘晓蕾 周振盛 鄢洪刚
龙海斌

编写人员 罗晓兵 刘才江 刘 健 肖昭伟
郑临才 刘晓华 康卫华

图书在版编目(CIP)数据

公众防灾应急常识/江西省吉安市人民政府应急管理办公室编.—南昌:江西人民出版社,2009.12

ISBN 978-7-210-04251-8

I.公… II.江… III.灾害防治—基本知识 IV.X4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 150931 号

公众防灾应急常识

江西省吉安市人民政府应急管理办公室 编

江西人民出版社出版发行

江西嘉欣印务有限公司印刷 新华书店经销

2009年12月第1版 2009年12月第1次印刷

开本:850毫米×1168毫米 1/32

印张:2.75 字数:70千

ISBN 978-7-210-04251-8 定价:5.80元

江西人民出版社 地址:南昌市三经路47号附1号

邮政编码:330006 传真:6898827 电话:6898893(发行部)

网址:www.jxp-ph.com

E-mail:jxp-ph@tom.com web@jxp-ph.com

(赣人版图书凡属印刷、装订错误,请随时向承印厂调换)

前 言

现代社会中,各种自然灾害、事故灾害、公共卫生和社会安全等突发公共事件是人类面临的严重威胁与挑战。古今中外的大量案例和实践表明,灾害事故虽然不可避免,但能有效地预防和消减。只要采取正确和有效的应急措施,就可以减轻危害、减少损失,甚至挽救生命。

居安思危,思则有备,备则无患。应对危机、保护生命财产安全,最重要也是最有效的一个环节是自救和互救。引导和教育广大群众提高防灾意识和应急能力,是各级政府的一项重要职责和义务。市人民政府应急管理办公室在总结和借鉴国内外城乡防灾减灾各种经验的基础上,结合我市实际,针对群众可能遇到的气象、地质、火灾、交通、卫生、治安等突发公共事件,从预防、避险、自救、互救等方面入手,组织编撰了这本集科普性、公益性于一体的知识读本。

广大人民群众要学习和掌握公共安全知识、灾害知识、防灾救灾和自救知识,提高应急处置能力和自救能力,支持政府的应急管理工作。平时能积极预防,防患于未然,珍爱自我,关心他人;应急时能迅速开展自救、互救,不惊慌失措,不轻信谣言,不盲目行动,不悲观失望,镇静沉着应对。只有这样,才能最大限度地减少灾害给我们带来的损失。

希望广大群众读好、用好这本小册子,积极行动起来,从自己做起,从现在做起,从点点滴滴做起,增强安全意识,提高应急素质,共建和谐吉安!

在本书的编纂出版过程中,我们得到了泰和、井冈山、吉安、吉水、永丰、新干、峡江、遂川、安福、万安、永新、吉州、青原等县(市、区)政府办公室、应急办的大力支持,在此一并表示感谢!

江西省吉安市人民政府应急管理办公室

目 录

气象灾害防护常识 / 1

龙卷风 / 1

雷 电 / 2

暴 雨 / 4

大 雾 / 5

高 温 / 6

道路结冰 / 7

寒 潮 / 8

洪灾防护常识 / 9

地震灾害防护常识 / 12

地质灾害防护常识 / 16

泥石流 / 16

崩塌和滑坡 / 17

地面塌陷 / 18

火灾防护常识 / 19

建筑物火灾 / 19

森林火灾 / 24

交通安全常识 / 25

安全用电常识 / 31

燃气安全常识 / 35

化学事故防护常识 / 39

防空袭常识 / 41

非法侵害防护常识 / 43

街头抢劫 / 43

入室盗窃与抢劫 / 44

绑 架 / 45

传染病防治常识 / 46

甲型 H1N1 流感 / 46

非 典 / 49

艾滋病 / 50

禽流感 / 51

霍 乱 / 53

猪链球菌病 / 54

炭 疽 / 55

红眼病 / 56

口蹄疫 / 57

紧急医疗救护常识 / 59

如何拨打“120” / 59

如何现场急救 / 59

急救小知识 / 63

实用应急小对策 / 66

误食化学药品中毒怎么办 / 66

化学药剂沾染皮肤怎么办 / 66

化学药剂进入眼睛怎么办 / 66

食物中毒怎么办 / 67

不慎落水怎么办 / 67

如何营救溺水者 / 67

药物中毒怎么办 / 68

酒精中毒怎么办 / 69

被毒蛇咬伤怎么办 / 70

被宠物咬伤怎么办 / 71

被红火蚁叮蜇怎么办 / 72

被蝎子、蜈蚣和蜂蜇伤怎么办 / 73

被蚂蟥咬伤怎么办 / 74

碰到电梯意外时怎么办 / 75

野外迷失方向怎么办 / 75

危难中的求救技巧 / 76

误食灭鼠药怎么办 / 77

有机磷农药中毒怎么办 / 78

异物阻塞怎么办 / 78

洞穴受困怎么办 / 79

气象灾害防护常识

龙卷风

龙卷风在极不稳定天气下由空气强烈对流运动而产生,是一种伴随着高速旋转的漏斗状云柱的小尺度强风涡旋,其风力可达12级以上,一般伴有雷雨,有时也伴有冰雹。龙卷风具有很大的吸吮作用,可把海(湖)水吸离水面,形成水柱,然后同云相接,俗称“龙取水”。

龙卷风来去匆匆,一般维持几分钟到几十分钟,但其破坏力惊人,能把大树连根拔起,建筑物吹倒,或把部分地面物卷至空中。



我市偶有龙卷风发生,一般发生于地形空旷处。出现的时间,一般在六、七月间,有时也发生在八月上、中旬。遭遇龙卷风时,一定要注意防范方法。

1. 在家时,务必远离门、窗和房屋的外围墙壁,躲到与龙卷风方向相反的墙壁或小房间内抱头蹲下。躲避龙卷风最安全的地方是地下室或半地下室。

2. 在电杆倒、房屋塌的紧急情况下,应及时切断电源,以防止电击人体或引起火灾。

3. 在野外遇龙卷风时,应就近寻找低洼地伏于地面,但要远离大树、电杆,以免被砸、被压和触电。

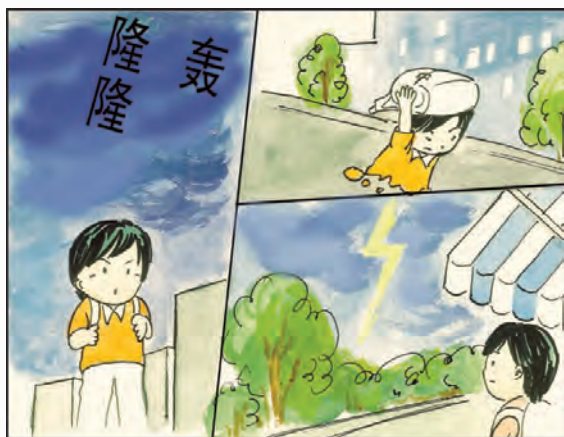
4. 汽车外出遇到龙卷风时,千万不能开车躲避,也不要不要在汽车中躲避,因为汽车对龙卷风几乎没有防御能力,应立即离开汽车,到低洼地躲避。



雷 电

雷电在我市春、夏、秋季都会发生,而强雷电多发生于春夏之交和夏季。在进入降雨集中期后,由于强对流性天气活动频繁,我市出现雷电的频率很高。

雷电的受害者中有 2/3 以上是在户外遭到袭击的,其中又有



2/3死于非命。研究表明,死者以在树下避雨者和农田劳作者最多。

关于雷电,我们应该如何应对呢?

一、人在室内怎么避雷

1. 要关好门窗,以防侧击雷和球状雷侵入,并远离门窗、水管、煤气管以及各种金属物体。

2. 关闭家用电器,并拔掉电源插头;不要接打固定电话和手机。

3. 不要接触天线、铁丝网、金属窗、建筑物外墙等;远离带电设备;不要赤脚站在地面上。

4. 不使用门铃,不在雷电交加时用喷头洗澡。

二、人在户外怎么避雷

1. 立即寻找避雷场所,可选择装有避雷针、钢架或钢筋混凝土的建筑物等处所,但是注意不要靠近防雷装置的任何部分。

若找不到合适的避雷场所,可以蹲下,两脚并拢,双手抱膝,头置于两膝之间尽量降低身体重心,减少人体与地面的接触面积。

2. 远离孤立的大树、高塔、电线杆、广告牌等,不要停留在铁轨、水管、拖拉机、摩托车等外露金属物体旁边;不要停留在山顶、楼顶等高处;不要躲进空旷地带孤零零的棚屋、岗亭里。

3. 立即停止室外游泳、划船、钓鱼等水上运动。

4. 不能在雷雨中骑行摩托车、自行车;人在汽车里要关好车门车窗。

5. 多人一起在野外时,应相互拉开几米距离,不要挤在一起。

6. 身处空旷地带应关闭手机。

三、如何抢救被雷击伤人员

被雷中的人,其身体是不带电的,抢救时不要有顾虑。应迅速扑灭伤者身上的火,实施紧急抢救。

若伤者失去知觉,但有呼吸和心跳,则有可能自行恢复。应该让他舒展平躺,安静休息后再送医院治疗。

若伤者已经停止呼吸和心跳,应迅速果断地交替进行口对口人工呼吸和心脏按压,并及时送往医院抢救。

暴雨

日降水量达 50 毫米以上的雨,称为暴雨,超过 100 毫米为大暴雨,超过 250 毫米则为特大暴雨。暴雨可在短时间内造成洪涝,影响群众的生产和生活。

雷雨来临时应注意:

1. 关闭门窗,防止雨水扑入屋内,一旦屋内进水须立即关闭



电源、煤气等设备。切断低洼地带
有危险的室外电源。

2. 不要走地下通道或高架桥
下面的通道。不要在水流中行走，
15 厘米深的水流就能使人跌倒。

3. 在山地如发现水流湍急、
混浊及夹杂泥沙时，可能是山洪暴
发的前兆，应离开溪涧或河道。

4. 暴雨中开车应打开雨雾
灯，减速慢行，注意预防山洪，避开
积水和塌方路段。

5. 注意街上电力设施，如有
电线滑落，即刻远离并马上报告电力部门。



大 雾

雾是由悬浮在贴近地面大气
中大量微细液滴形成的。大雾预警
信号分为三级，分别用黄色、橙色、
红色表示。

1. 遭遇大雾时，高速公路可
能会暂时封闭，飞机航班的时间也
可能随时改动，出行前应注意了解
相关部门的公告。

2. 家中关闭门窗，有雾时开
放暖气，注意抽湿。



大雾中驾车应开启雾灯，减速慢行

3. 不宜晨练,不要在机动车道边滞留。有呼吸道或心脏病的人员不宜外出,出行时可戴口罩。

4. 驾驶机动车应开启雾灯、减速慢行。

高温

空气温度达到或超过 35°C 以上时称为高温,达到或超过 37°C 以上时称酷暑。连续高温会使人体不能适应而影响生理、心理,甚至引发疾病或致人死亡。

1. 老人、小孩和体弱者应尽量避免在高温天气外出。

2. 高温炎热,注意防暑降温,要适量喝凉茶、冷盐水、白菊花水、绿豆汤,补水分,防火;但患有癫痫症或者心脏、肾脏和肝脏疾病的患者在增加饮水量之前,应先征求医生的意见。

3. 避免长时间户外或者高温条件下的作业;在户外工作或活动的人士应多喝淡盐水和不要过度劳累,当感觉不适时,应尽快到阴凉的地方休



高温炎热,注意防暑降温



高温时应避免在阳光下作业

息;避免长时间在阳光下暴晒,以免受太阳紫外线晒伤。路面温度高,驾车需慢行,避免爆胎或者自燃。

4. 高温天气谨防食物变质,防止食物中毒,小心肠胃病。

5. 室内空调最佳温度为 26~28℃,室内外温差过大容易引发空调病。

道路结冰

道路结冰预警信号分为 3 级,分别以黄色、橙色、红色表示。黄色预警信号预示 12 小时内可能出现对交通有影响的道路结冰;橙色预警信号预示 6 小时内可能出现对交通有较大影响的道路结冰;红色预警信号预示 2 小时内可能出现或已出现对交通有很大影响的道路结冰。

道路结冰时应注意:

1. 行人出门注意防滑。
2. 交警等部门注意指挥和疏导行驶车辆。

3. 驾驶人员应采取防滑措施,听从指挥,慢速行驶。

4. 相关应急处置部门随时准备启动应急方案。

5. 必要时关闭结冰道路交通。



行人出门注意防滑,汽车可加上防滑链

寒潮

寒潮指北方寒冷气团迅猛南下、造成急剧降温（最低气温在 5°C 以下）的现象。寒潮常伴有大风、雨、雪等恶劣天气，对农业和交通运输造成严重危害，还会损害人们的健康，易引发冻伤以及呼吸



道、心血管疾病等。

1. 寒潮来临前：准备机织防水外套、手套、帽子、围巾、口罩。检查暖气设备、火炉、烟囱等确保正常

使用；燃煤、柴等储备充足。节约能源、资源，室温不要过高。注意汽车防冻。

2. 寒潮发生时：注意收听天气预报及紧急状况警报。多穿几层轻、宽、舒适并暖和的衣服；尽量不外出。注意饮食规律，多喝水，少喝含咖啡因或酒精的饮料。警惕冻伤信号：手指、脚趾、耳垂及鼻头失去知觉或出现泛苍白色。如出现类似症状，立即采取急救措施或就医。尽量不驾车外出。

洪灾防护常识

江西省洪灾多发于每年的4月至9月。4月至7月上旬的降水集中期,7月中旬至9月的台风季节,都易暴发洪灾。

一、洪水来临前的准备

1. 根据当地媒体提供的洪水信息,结合自身的条件,冷静地选择最佳路线撤离,避免出现“人未走水先到”的被动局面。



2. 认清路标,明确撤离的路线和目的地,避免因为惊慌而走错路。

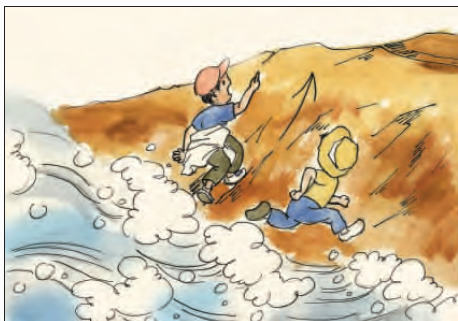
3. 自保措施:

① 准备足够的饮用水和日用品,备足速食食品或蒸煮够食用几天的食品。

② 搜集木盆、大件泡沫塑料等适合漂浮的材料,加工成救生装置以备急需。

③ 将不便携带的贵重物品作防水捆扎后埋入地下或放到高处,票款、首饰等小件贵重





物品可贴身携带。

④ 保存好尚能使用的通讯设备。

二、洪水到来时的自救

1. 洪水到来时,要就近迅速向山坡、高地等处转移,或者立即爬上屋顶、楼房高层、大树等高处暂避。

2. 如洪水继续上涨,暂避的地方已难自保,则要充分利用准备好的

救生器材如门板、大块泡沫塑料等逃生。

3. 如果已被洪水包围,要设法尽快与当地政府防汛部门取得联系,报告自己的方位和险情,积极寻求救援。

注意:不要游泳逃生,不可攀爬带电的电线杆、铁塔,也不要爬到泥坯房的屋顶。

4. 如已被卷入洪水中,一定要尽可能地抓住固定的或能漂浮的东西向高处游去。

5. 发现高压线铁塔倾斜或者电线断头下垂时,一

