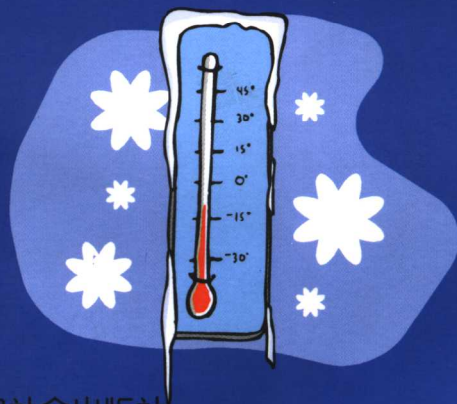


避灾 自救手册

——寒潮雪灾低温冷冻

国家减灾委员会办公室 编



中国社会科学出版社

HANCHAOXUEZAIJIAIDIMENJINGDONG

避灾自救手册

寒潮 雪灾 低温冷冻

国家减灾委员会办公室 编

中国社会出版社

图书在版编目(CIP)数据

寒潮 雪灾 低温冷冻 / 国家减灾委员会办公室编. —北京:
中国社会出版社, 2006. 7

(避灾自救手册)

ISBN 7-5087-0984-5

I. 寒... II. 国... III. ①寒潮—自救互救—手册
②雪害—自救互救—手册③冰害—自救互救—手册
IV. X43-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第070659号

书 名: 避灾自救手册——寒潮 雪灾 低温冷冻

编 者: 国家减灾委员会办公室

策划编辑: 王紫千 杨春岩

责任编辑: 张博超 路 广

出版发行: 中国社会出版社 邮编: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲33号新龙大厦

电 话: 66051698 传真: 66051713 邮购部: 66060275

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 880 × 1230 毫米 1/32

印 张: 3.25

版 次: 2006年7月第1版

印 次: 2006年7月第1次印刷

书 号: ISBN 7-5087-0984-5/X · 14

定 价: 8.00 元

(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)

《避灾自救手册》编委会名单

顾问：李学举

主任：李立国

副主任：王振耀 孙志筠

邹 铭 杨 进

委员(按姓氏笔画排序)：

方志勇	冯金社	向雅如
-----	-----	-----

闫志壮	宋国斌	宋继华
-----	-----	-----

张晓宁	李 成	李保俊
-----	-----	-----

陈洪玲	庞陈敏	郑远长
-----	-----	-----

柳永法	胡晓春	赵 杰
-----	-----	-----

高建国	戚锦芳	韩煜皎
-----	-----	-----

避灾自救 珍爱生命

人类社会面临着各种各样自然灾害的威胁。据统计，台风、洪灾、地震、泥石流等各种自然灾害每年给人类生命财产造成重大损失。仅2003年，全球就有约2.5亿人次受灾，7.8万人在灾害中死亡。

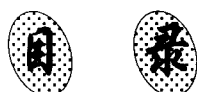
大量事实表明，防灾减灾的意识不强，自救互救知识缺乏是灾害造成人员伤亡的主要原因。印度洋海啸、黑龙江沙兰镇惨案都给个人和家庭带来了巨大的伤痛，也给社会敲响了警钟。

对生命的尊重和珍视是人类社会永远不变的追求。我们要对每一个生命负责，通过各种办法，增强公众的避灾自救意识，使公众能够掌握避灾自救基本常识、专业知识和技能技巧，提高公众避灾自救能力，把灾害造成的人员伤亡减少到最低程度。

避灾自救，珍爱生命，是公众的愿望，更是政府的责任。国家减灾委员会办公室组织编写了以避灾自救为主题的这样一套丛书，我认为很好。作为主管灾害救助工作的民政部部长，惟愿这套丛书能够在增强公众自救意识、自救能力、自救技巧方面提供一些有益的知识 and 帮助。

李 明 华

2005 年 9 月 8 日



一、如何减少寒潮带来的损失

1. 寒潮	1
2. 寒潮发生在什么季节	3
3. 寒潮预警信号的级别	5
4. 寒潮只会发生在北方吗	7
5. 在南方遇到寒潮怎么办	9
6. 接到寒潮预报后,市民应做好哪些 准备	11
7. 城市居民应如何应对寒潮	13
8. 寒潮来临前如何保护农作物	15
9. 怎样减轻寒潮对蔬菜果茶的危害	17
10. 畜禽躲避寒潮的防护措施	19
11. 冬泳爱好者如何抵御寒潮	21
12. 儿童在寒潮来临时如何避免 被冻伤冻病	23
13. 上班途中怎么抵御寒潮	25
14. 暴风雪对海上航行有何影响, 怎样做才安全	27
15. 寒潮过程中如何避免交通事故 的发生	29
16. 室外作业人员怎样躲避寒潮	31
17. 寒潮来临如何避免其他意外发生	33
18. 寒潮中取暖应注意什么	35



二、雪灾的防护措施

1. 农场、牧场如何应对雪灾 37
2. 怎样让牲畜避免雪天带来的危害 39
3. 城市居民如何应对雪灾带来的
 灾害 41
4. 在平房居住的居民遇到大雪怎么办 43
5. 山林中落入雪坑怎么办 45
6. 野外遭遇风雪如何避寒 47
7. 如何在野外搭建避寒场所 49
8. 野外遇到风雪如何求救与自救 51
9. 登山时遭遇到风雪怎么办 53
10. 风雪中的冻伤应如何处理 55
11. 城市道路交通应如何应对雪灾 57
12. 风雪中如何保证输电线路安全 59
13. 大棚种植应如何防止风雪灾害 61
14. 汽车行驶中遇到风雪怎么办 63
15. 外出旅游遇到风雪如何应对 65
16. 风雪中如何保暖 67
17. 风雪中如何防止脱水 69
18. 风雪中如何避免雪盲 71
19. 如何预防雪崩造成的伤害 73
20. 被雪掩埋时怎么办 75
21. 如何在冰雪地行走 77

三、低温冷冻灾害的防护措施

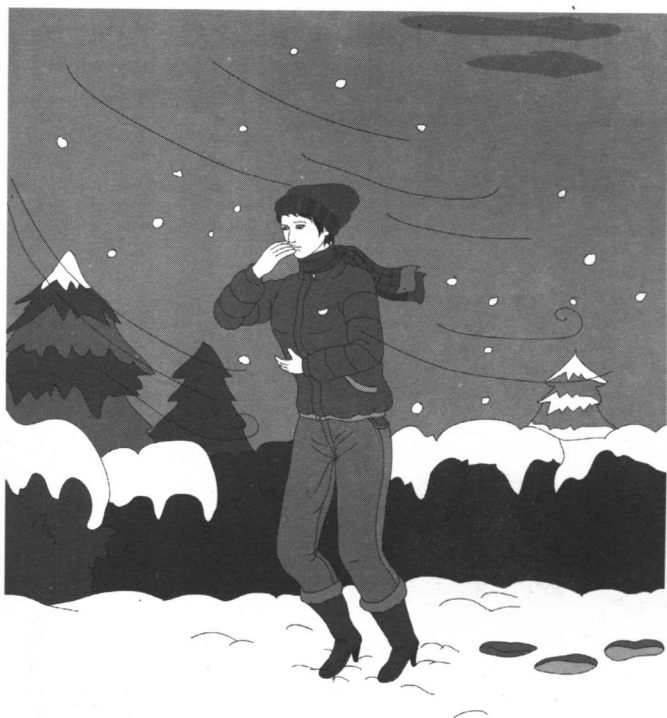
1. 低温时如何保护用水设备的安全 79
2. 在江河湖面上滑冰时应注意什么 81

- 3.掉进冰窟窿怎么办 83
- 4.在结冰处行走应注意什么 85
- 5.汽车行驶在结冰路上应注意什么 87
- 6.冰上摔伤时如何自我救护 89

1. 寒潮

一

如何减少寒潮带来的损失



专家提示

寒潮是自极地或寒带向较低纬度侵袭的强烈冷空气活动。寒潮袭来,天气骤变,此时应学会相关的防护知识,抵御寒潮带来的强风、暴雪和降温天气。



读者链接

寒潮是灾害性天气之一。因此应在各方面做好充足的准备和防护措施。



相关知识

①寒潮会导致气温骤降。有时气温会降至零下30度左右。

②伴有大风、大雪,不少地方可出现2米深的积雪。

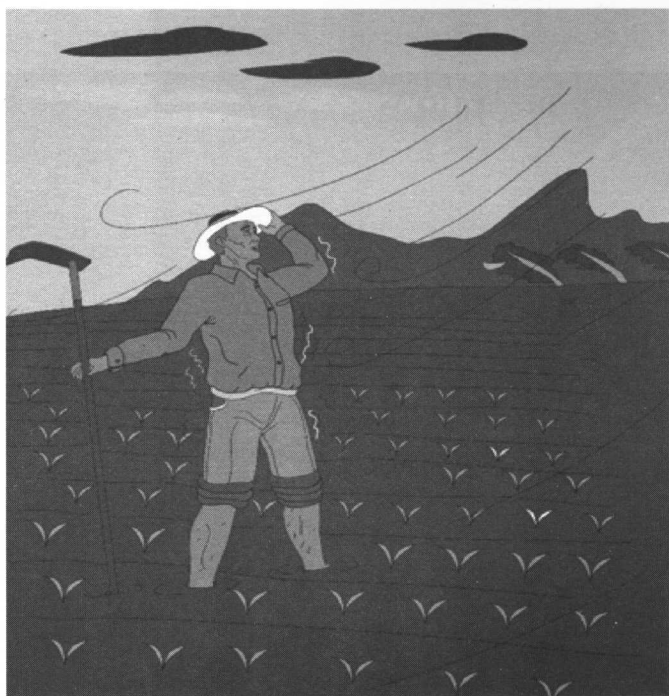
③可造成火车、有轨电车脱轨。

④由于运输困难,使能源的供应受到威胁。

⑤许多野生动物将死于严寒。



2. 寒潮发生在什么季节



专家提示

寒潮活动的年变化很明显。每年晚秋至早春,中国大部分地方经常会遭受寒潮的侵袭。



读者链接

寒潮大部分发生在晚秋至早春。

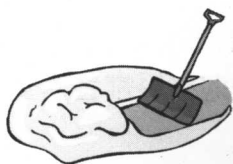


相关知识

①春秋两季,寒潮还可带来扬沙、沙尘暴现象。

②由于春秋两季同样可以发生寒潮,导致一些体质虚弱的人因气温骤降而染病。

③寒潮警报标准:我国中央气象台规定,由于冷空气入侵使气温24小时内下降 10°C 以上,最低温度降至 5°C 以下,作为发布寒潮警报的标准。



3. 寒潮预警信号的级别



专家提示

寒潮预警信号分三级,分别以蓝色、黄色、橙色表示。

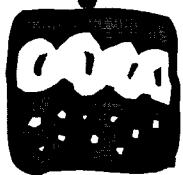


读者链接

了解了寒潮预警信号,我们可以有针对性地进行自我防护。



相关知识



①寒潮蓝色预警信号

24小时内平均气温将要下降 6°C 以上,伴有4级左右阵风;或平均气温已经下降 6°C 以上,未来24小时还将下降 2°C 以上。

②寒潮黄色预警信号

24小时内平均气温将下降 8°C 以上,伴有5级左右阵风;或平均气温已经下降 8°C 以上,未来24小时还将下降 2°C 以上。

③寒潮橙色预警信号

24小时内平均气温将下降 10°C 以上,伴有6级左右阵风;或平均气温已经下降 10°C 以上,未来24小时还将下降 2°C 以上。

4. 寒潮只会发生在北方吗



专家提示

寒潮在我国南方也时有发生。



读者链接

南方许多连阴雨雪天气都是寒潮南下造成的。



相关知识

①寒潮冷空气速度到南方时有时减慢，一般在长江以南，能产生大范围的时间较长的降水。

②冷空气侵入我国有四条路径，即：西北路、东路、西路和东路加西路，其中西北路，可直达长江中下游及江南地区。到江南后，则可发展成伴有雨雪的天气；而东路加西路，可在黄河、长江之间汇合，造成大范围的雨雪天气，然后两股冷空气合并南下，出现大风和降温天气。

③强劲的寒潮可达我国海南岛。

