

为深入贯彻落实习近平总书记关于防灾减灾和气象工作的重要指示精神、预防自然灾害、保障人民生命财产安全,我市各部门纷纷行动,认真贯彻落实全市气象灾害防御指挥部会议精神,全力做好防灾减灾的各项准备工作。

面对突发灾害,在救援尚未到达时,普通民众又该怎么做?是否有办法正确应对,并在黄金时间完成自救或找到足以保证安全的环境等待救援?我们希望灾害不要发生,但总要做到居安思危、未雨绸缪。

辽源市地处中纬度气候脆弱带,气候影响因子较多,且相互作用复杂,气候变率较大,地貌形态差异比较明显。地理位置和地形地貌特征决定了我们将面对干旱、洪涝、风雹、地震、低温冷冻、病虫害、山体滑坡和泥石流等多种自然灾害的侵袭,这些灾害的发生都将给群众的生命财产安全和社会经济发展造成严重损失。除自然灾害外,常见的各种人为造成的火灾、交通事故等灾难的发生也会给我们带来巨大损失,严重威胁着人民群众的生命财产安全。

为增强群众防灾减灾意识、提升市民保障生命及财产安全的能力,本报在这里列举部分辽源地区可能会出现灾害的预防和应对方法,希望能够对大家有所帮助。

# 全力防灾减灾避险

# 保障生命安全安全

## 自然灾害篇:

### 汛期来临多暴雨 防洪排涝早预防

暴雨洪涝是我市夏季汛期主要灾害之一。洪灾除对农业造成重大损失外,还会造成工业甚至人民生命财产的损失。我市也曾发生过几次洪水灾害。家住山语城的刘青至今记得住在“半拉山”时遇到洪水,仅仅几分钟的时间,涌进家里的积水就有一米多深,全家人一起忙活也就来得及抢救出存折和当时家里最值钱的“大电视”。事后,面对满屋满院的淤泥和已经不能再穿的衣物,还有洪水留在墙上的印痕,全家人为当初的行为感到一阵阵后怕,东西哪有人命重要?

今年辽源的汛期来得格外早,甚至曾出现连续多日降雨天气。一些细心的市民难免想到如何预防和应对洪水灾害,最重要的问题是洪涝发生时,普通人如何自救?对此,记者咨询了市应急管理局工作人员,了解普通市民应对灾害的知识与大家分享。

面对有可能发生的洪水灾害,我

们应该有哪些准备呢?当然是要做到预防为主。及时关注市气象局发布的预报,及时掌握政府发布的相关信息。备好家庭和个人的防灾物品,如防灾应急包以及食品、饮用水、雨衣、药品、通讯设备等。危旧房屋或地势低洼处的居民要及时转移到安全区域,撤离时要关闭家里的水、电、气、管总阀门。

当遇到洪水来临,首先要做到沉着冷静别乱跑,果断取舍财物,做到快速转移。来不及转移的人员,应在确保安全的情况下,就近迅速向屋顶、大树、高墙等高处转移,并想办法发出求救信号。发现高压线铁塔倾斜或者电线断头下垂时,一定要迅速远离,防止直接接触或因地面“跨步电压”触电。有条件的可以通过收音机获取最新的灾情信息。

如果已被洪水包围,要设法尽快与当地防汛部门取得联系,报告自己

的方位和险情以等待救援。要注意的是千万不要游泳逃生,更不要攀爬带电的电线杆、铁塔或是土坯房的屋顶。如洪水继续上涨,就不能只等待救援了,要充分利用身边有利条件逃生,比如迅速找一些门板、桌椅、木床、大块的泡沫塑料等能漂浮的材料扎成筏子逃生。如已被卷入洪水中,一定要尽可能抓住固定的或能漂浮的东西。

需要注意的是,水灾灾区卫生条件差,特别是饮用水的卫生难以得到保障,人畜共患疾病和自然疫源性疾病也是洪涝期间极易发生的。因此,要保障饮水安全,不喝生水,对水进行消毒。要注意食品卫生,不吃被污水浸泡过的食物,不吃淹死、病死的禽畜和水产品。要整治环境卫生。要加强家畜的管理。要做好防蝇灭蝇、防鼠灭鼠、灭蟑防螨等媒介生物控制工作。当发现老鼠异常增多的情况,要及时向当地有关部门报告。

### 台风龙卷肆虐 要强化应对措施

辽源市春季盛行西南大风,秋季盛行偏北大风,风力强、持续时间较长。大风的出现使空气温度变小、清洁度降低、火灾隐患增大,给人们的生活带来诸多不便。虽然比起其他地区,台风和龙卷风在我市出现得少,但也曾发生过

龙卷风袭击农田导致粮食减产以及建筑物、百姓财物受损的情况。

那么,普通人该如何防范台风及龙卷风呢?首先,在房间里要小心关好窗户,可在窗玻璃上贴上“米”字形胶布以防止玻璃破碎。其次,要尽量

减少外出,必须外出时不要在广告牌、临时搭建的建筑物下面逗留、避风。若在公共场所,应向指定地点疏散。如果是驾车外出遇大风,要及时隐蔽,如遇龙卷风则立即离开汽车,到低洼地躲避。

### 汛期灾害风险高 防范滑坡泥石流

滑坡和泥石流等地质灾害多发生在汛期6月至8月份,以山区最为频繁。尤其在农村,缺少高层建筑又有很多房子临近山体,遇到强降雨时容易引发山土滑坡和泥石流。为预防此类灾害的发生,每到汛期,我市各村镇都会安排专人对易发生灾害的危险区域进行巡察,并在危险发生时第一时间通知群众进行疏散。但在农村有很多独居老人,他们应对灾害的能力很让人担心。高古村高红军的母亲就是独居老人,他们一家兄弟几人都在城区居住。自父亲去世后,在市里住不惯的母亲就独自一人居住在村里。老人年龄大了,身体不好,又不会用智能手机。高红军非常担心有险情时母亲不能及时收到通知并撤离,只能在有大雨预警时,一边盯着村里几个微信

群的消息,一边拜托住在村里的亲戚们帮着照看母亲。

身处易发生滑坡和泥石流灾害的区域,就要了解灾害发生前的预兆都是哪些。比如滑坡预兆是山体上顶部部位突然出现一条或多条裂缝。滑坡体前缘坡脚处,土体出现松动或上隆现象。滑坡体四周岩体或土体会出现小型崩塌和松弛现象。斜坡局部沉陷,斜坡上的建筑物变形、开裂、倾斜。井水、泉水水位突然发生明显变化。泥石流预兆是溪流突然断流或洪水突然增大,深谷或沟内传来类似火车轰鸣声或闷雷声,沟谷深处变得昏暗并伴有轻微的振动感。沟侧发生崩塌滑坡等致使沟谷堵塞严重。

当遇到滑坡和泥石流,普通人难免惊慌,紧张之后容易错过逃离的

黄金时间。只有掌握正确有效的逃生手段,方可及时保住生命财产安全。那么,一旦遇到此类灾害,我们该如何正确逃生呢?首先是遇到滑坡的应对措施:当人身处滑坡体上时比较简单,只要向其他看起来比较稳定安全的地段撤离。而人身处向下滑动的山坡中,则应向山坡的两侧方向跑。当遇到高速滑坡无法逃离时,如滑坡呈整体滑动,则可以原地不动或抱住大树等物。若是遇到泥石流,则更要小心应对:在沟谷内遭遇大雨、暴雨,要迅速转移到高处。不要顺沟方向往上游或下游跑,要向两边的山坡上面爬,但不要在泥石流中横渡。逃离时,要避开河道弯曲的凹岸或地方狭小、高度又低的凸岸,并尽快与有关部门取得联系,报告自己的方位和险情,积极寻求救援。

### 地震难预测 遇到不能慌

我国是地震多发的国家。虽然辽源周边地区很少有地震发生,但没人愿意去赌一个“万一”。家住永晟园的李艳红一直记得在一九九几年的时候,辽源有流言说某某天会发生地震。虽然都知道这是一则谣言,但还是有很多人在当天晚上一夜没睡,还有人晚上睡觉时在床头柜立一个酒瓶当成简易防震报警器。而李艳红那天晚上和孩子是穿着衣服睡的,就为了地震时不用现穿衣服就能往外跑。现在人们已经不再轻信这样的谣言,但了解更多的预防地震和自救知识还是很有必要的,这样不仅能在意外发生时保障生命安全,还能有效缓解对地震灾害的恐慌心理。

通过地震发生的历史,我们发现在大地震发生前总会出现一些异常现象,人们把观察到的那些与地震发生有密切联系的异常现象称为地震预兆。比如:地光。在震中,夜晚会看到红光一闪,其形状有柱形、球状、片状

或是一条光带,有时还伴有低沉的“呜呜”声或“轰轰”声。地声。地声80%出现在震前10分钟之内,像石头在相互摩擦。信号失灵、日光灯自明。地震前会出现电磁异常,最常见的电磁异常是收音机失灵,北方地区日光灯在震前自明现象也较为常见。动物烦躁不安。植物在不合适的季节开花或大面积枯萎。井水水位突然升降或冒泡,井水变色、变味,泉水突然减少或增多,水温升高。

地震发生时,民众如何避险呢?在平房,应迅速利用棉被、枕头等身边物品保护住头部逃到院子中间的空地上,来不及可躲到炕沿、墙根下、桌子、床下及坚固家具旁。在楼房,应暂避到洗手间、厨房等跨度小的空间,承重墙根、墙角等易形成三角空间处,或就近躲藏在坚固的机器、设备或者办公家具旁,不要使用电梯下楼。在学校、商店、影剧院等公共场所,应迅速抱头躲在课桌、椅子或坚固物下面,尽可能

找个枕头、坐垫、书包、脸盆或厚书本等护住头、颈部,待地震过后有序撤离。在商场、展厅、地铁等公共场所,应躲在坚固的立柱或墙角下,避开玻璃橱窗、广告灯箱、高大货架、大型吊灯等危险物。在街上,应抱头迅速跑到空旷地蹲下,避开高楼、立交桥,远离变压器、高压线、电线杆等危险物。在郊外,应尽量避免开山脚、陡崖,防止滚石、滑坡。

如果被埋压在废墟下,要尽量保持冷静,要尽量挣脱手脚,用周围可以挪动的物品支撑身体上方的重物,避免进一步塌落。如果受伤要设法包扎伤口。能自己离开险境的,要及时保护住口鼻,尽量朝有光亮或宽敞的地方移动。无法脱险时,则要保存体力,间歇性补充能量和水分,尽量延长生存时间。不要盲目大声呼救,而是有间断地敲击身边能发出声音的物品,当听到废墟外面有声音时,立即发出求救信号。

本版稿件由本报记者 刘红娟 采写  
本版策划 戚凯 警

## 人为灾害篇:

### 严防火灾隐患 掌握自救常识

水火无情。一旦发生火灾,逃命才是第一要务。在这里向大家提供几招发生火灾时的紧急避险措施:

发生火灾时,要迅速判断火势的来源,朝与火势趋向相反的方向逃生。切记不要留恋财物,尽快逃出火场。在逃生的过程中,尽可能关闭你经过的所有门,以减慢火焰和浓烟蔓延的速度。千万不要钻进阁楼、厨房和卫生间内,更不要进电梯。

火灾引发的浓烟含有大量有毒气体,逃生时应使用防烟面具或湿毛巾等物掩住口鼻。

要注意的是高温有可能会使湿毛巾在十几秒内就迅速变干而失去过滤能力,要尽量放低身体,使自己的高度保持在烟雾下方前行。

逃生时要沿着墙壁边缘行进,向最近的安全门(安全通道)方向有秩序地撤离。而且消防人员进入室内救援时,一般也会沿墙壁摸索前行。楼梯被烟火封堵时,不要盲目跳楼,要充分利用阳台、外挂楼梯、缓降器、房顶等逃生,还可利用绳索、窗帘、被单等顺滑至安全楼层或楼底。如必须经过火焰逃生,要先弄湿衣服,或用湿棉被、毛毯裹住头和身体。

### 燃气事故伤害大 轻忽大意使不得

近年来,燃气泄漏引发的火灾、爆炸和中毒事故频繁发生,严重威胁着人们的生命财产安全。随着我市小区改造升级和居民生活需求变化,燃气入户率逐年提升,而燃气带来的安全隐患也引起了诸多市民的重视。无论是燃气阀门、管线的老化,还是燃气的误用,都有可能引发燃气泄漏导致的伤亡。在这里为大家提供一

些发现燃气泄漏如何处置的方法:迅速关闭燃气总阀门;立即打开门窗;杜绝一切火种,严禁在室内开启各种电器设备,如开灯、打电话等;到室外拨打当地燃气抢修报警电话或119;一旦有人出现煤气中毒症状(如头痛、恶心、呕吐等),应立即将中毒者置于通风良好的环境下,并尽快送医院进行治疗。

### 交通事故危害多 自救知识不可少

随着私家车的增多,比起乘坐公共交通工具,很多人更愿意选择开车出行,选择自驾游的方式出门旅游的家庭也越来越多。事实上,无论选择什么样的交通工具出行,都要提高安全意识,而很多有安全意识的人也会主动学习掌握交通事故发生时的逃生知识。

那么,我们该如何提升安全意识,在危急情况下成功自救呢?在这里为大家提出以下几点建议:

要认识到交通安全,人人有责,从小养成遵守交通规则的习惯,严禁酒后、疲劳、超速违规驾驶,从自身做起,预防交通事故的发生。同时,出行时要特别关注气象部门发布的大雾预警信号、道路冰雪预警信号、沙尘暴预警信号等气象灾害预警信息,以及交通管理部门发布的临时交通管制信息。

对拥有私家车的家庭,一定要注意预防车内安全隐患,不使用容易导致手打滑的方向盘套,不在车内悬挂饰品,夏季不在车内放置香水、打火机、充电器等易燃易爆品。最重要的一点是尽量安装儿童座椅,在驾驶时看护好孩子,无论家长要下车时间有多短,都不要将孩子独自留在车内。

遇到道路交通事故要及时避险自救。碰撞发生后,若导致车辆翻转,车内乘客应迅速

趴下,紧紧抓住可以稳定身体的固定物。碰撞停止后,首先要迅速撤离到安全区域,然后拨打122和120报警。如果一人驾驶车辆,碰撞后无法从车中出来,可鸣笛或闪动大灯向路过车辆发出求救信号。

若在乘坐铁路交通工具出行时遇到事故发生,比如列车运行异常、紧急刹车,或是车辆发生剧烈抖动、有脱轨或颠覆可能时,应迅速离开车门或车窗,抓住身边固定物体或身体抵靠在牢固的物体上,注意保护好头部等关键部位。若车厢内发生火灾,要用湿毛巾捂住口鼻,在列车工作人员的指挥下有序撤离。同时要注意一点,不要把红色、黄色、绿色的衣物伸出窗外,以免与铁路信号混淆,使司机发生误会而导致事故。

乘坐水上交通工具遇到事故时,一定要听从船上安保人员指挥,防止突然涌向一边造成船舶倾覆。如船上发生火灾,先用湿毛巾等捂住口鼻,向起火的上风位置逃避。到了需要跳水逃生的情况时,一定要穿好救生衣或套上救生圈,尽可能利用漂浮物,从上风一侧下水,尤其是船只正在下沉时,切勿从倾侧一侧下水逃生。需要注意的是,不要从5米以上高度直接跳水。跳水后尽快游离遇难船只,获救前尽量依靠漂浮物,少游泳、保存能量。

## 通用必备求救常识:

### 关注气象预警 及时防灾避险

天气预警和预报是帮助我们了解天气变化、及早发现并及时准备应对灾害的重要倚仗。在这里向广大辽源市民提供辽源市气象局官方微信公众号、微博、抖音号——“辽源气象”

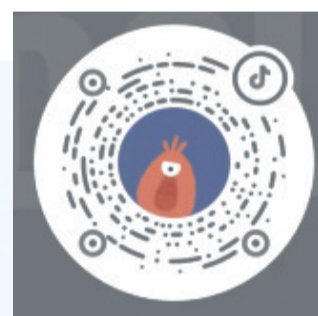
服务”“辽源预警发布”。希望广大市民能够及时接收每日天气预报、预警信息以及气象科普知识,第一时间了解天气变化情况,及时有效预防气象灾害发生。



微信公众号  
辽源气象服务  
每日推送七天天气预报  
推送预警信息  
实时雷达、卫星拼图  
台风路径等各种生活指数



微博  
辽源气象服务  
每日推送当天天气预报  
发布实时预警信息



抖音  
辽源预警发布  
发布实时预警信息

### 掌握简易求救信号 以便及时得到救援

当身为普通人的我们遇到灾害发生时,向专业救援人员求救是本能反应。可很多时候灾害发生会影响到信息传输,这时我们又该怎么办?自然是要根据自身的情况和周围的环境条件及时施放简易求救信号。在这里,我们为大家提供几种用身边常见物品制作简易求救信号的方法:

声响求救信号。吹响哨子或猛击金属是比较常见的求救方法。若是都没有,也可以大声喊叫,但要注意的是要在发现周围有人及时喊叫。

光线求救信号。可使用手电筒、能反光的物品向求救方向反射闪光信号,最好做到每分钟闪烁6次,停顿1分钟后再次闪烁,不断重

复进行。

抛掷软物求救信号。当在高楼遇到危难时可以抛掷软物,如枕头、书本、塑料空瓶等向地面施放求救信号。

烟火求救信号。当在野外遇到危难时,白天可燃烧新鲜树枝、青草等植物发出烟雾求救;晚上则可点燃干柴,用火光求救。

颜色求救信号。可以摇动色彩鲜艳的物体作为求救信号,若是穿上颜色鲜艳的衣物则更容易被搜救到。

野外求救字样信号。用树枝、石块或衣物等在空中地上堆出“SOS”或其他求救字样,每字至少长6米,可同高空发出求救信号。

### 紧急救援平台——112专线

112专线是任何品牌的手机在任何地点和时间,哪怕是手机信号非常微弱时都可拨通。拨通112后,马上会听到语音说明如下:这里是行动电话112紧急救援专线,如果您

要报案,请拨打0,我们将会为您转接警察局;如果您需要救助,请拨打9,我们将会为您转接消防局。中文讲完后,会以英文重述一遍。此时只要拨0或9,一定会有人接听。

