

# 遭遇火车事故 如何自救



温州动车追尾事故发生后,大家在关心伤者的同时,也在担心要是自己遇到这样的事,该如何逃生自救?车上的应急设备该如何使用?严重外伤该如何急救?

## 逃生自救原则

火车失事前通常没有什么迹象,但是乘客会感觉到急刹车,首先应利用这短短的几秒钟改变成比较安全的坐姿。

1. 远离车门,甚至可以趴下。抓住牢固的物体,以防被抛出车厢。
2. 低下头,下巴紧贴胸前,以防颈部受伤。
3. 如果座位不靠近车窗,可保持不动,若接近车窗,则应尽快离开。
4. 火车出轨向前冲时,不要尝试跳车。
5. 火车停下来后,观察周围的环境如何。不要在火车里徘徊,等待救援人员的到来。
6. 列车在运行时遇到停电,乘客千万不可扒门离开车厢进入隧道。即使全部停电后,列车上还可维持45分钟到1小时的应急通风。
7. 车辆突然发生碰撞时可以借鉴航空中的做法,上身尽量向前倾,胸部紧靠膝盖,头靠在前排座椅背上,双手置于头顶,手掌重叠在一起,前臂贴在脸颊上,这样的姿势在碰撞时能尽可能让自己减少伤害。

## 如何使用车上应急设备

一般车厢前后都设有逃生窗,采用特殊玻璃材质,在遇到重击时会即刻龟裂。遇到突发状况,可以拿边上的应急锤敲击带红色圆点的逃生窗户。用锤尖敲击车窗4个角的任意1角近窗框位置,不要砸窗户的中间部分。敲击的方法是,以90度方向锤敲玻璃,一旦出现裂缝,多敲几下即可。如果是带胶层的玻璃,一般情况下不会一次性砸破,在砸碎第一层玻璃后,再向下拉一下,将夹胶膜拉破才行。在中间部位的乘客紧急时可用高跟鞋的跟尖或钥匙尖、皮带扣等硬物敲击车窗边缘的任意一角,注意要把力量集中在一点上,出现碎花后用脚一踹,玻璃就会散落。

## 自我保护动作

旅客列车每节车厢内都有一条长约20米、宽约80厘米的人行通道,车厢两头有通往相邻车厢的手动门或自动门,若火车发生意外引发火灾时,这些通道是被困人员利用的主要逃生通道。被困人员应尽快利用车厢两头的通道,有秩序地逃离火灾现场。

逃生时如遇到拥挤人群时选择到人群边缘,若不慎被推倒时应十指交叉相扣,护住后脑和颈部;两肘向前,护住双侧太阳穴。不慎倒地时,双膝尽量前屈,护住胸腔和腹腔的重要脏器,侧躺在地。在拥挤人群中,左手握拳,右手握住左手手腕,双肘撑开平放胸前,以形成一定空间保证呼吸。

### 不慎倒地时的自我保护动作

1. 两手十指交叉相扣,护住后脑和颈部。
2. 两肘向前,护住双侧太阳穴。



3. 双膝尽量前屈,护住胸腔和腹腔的重要脏器。
4. 侧躺在地。



## 严重外伤该如何急救

有伤口的开放性骨折患者,应立即封闭伤口。最好用清洁、干净的布片、衣物覆盖伤口,再用布带包扎;包扎时,不宜过紧,也不宜过松。如遇骨折端外露,注意不要尝试将骨折端放回原处,应继续保持外露,以免将细菌带入伤口深部引起深部感染。如将骨折端或脱位的关节复位了,应给予注明,并在送医院时向医生交待清楚。

**发生骨折如何止血包扎** 止血可采用压迫止血方法。要记住的是一旦采用布带、绳子捆扎止血时,必须记录扎带的时间,一般不宜超过1小时,以免时间过长导致肢体缺血坏死。一般每1小时需放松止血带至少5分钟。

**心肺复苏流程** 遇到重伤昏迷的伤者,需进行心肺复苏急救,具体步骤如下:

1. 判断环境是否安全。
2. 急救员跪在患者旁边。
3. 救护人手的中指要置于近侧的患者一侧肋弓下缘。
4. 中指沿肋弓向上滑到双侧肋弓的汇合点,中指定位于此处,食指紧贴中指。
5. 救护人用手掌根部贴于食指,并平放使手掌根部的横轴与胸骨的长轴重合。
6. 将定位的手放于另一手掌背上,两掌根重叠,十指相扣,手心翘起,手指离开胸壁。
7. 救护人的上半身前倾,双肩位于双手的正上方,两臂伸直(肘关节伸直),垂直向下用力,借助自身上半身的体重和肩部肌肉的力量进行操作。
8. 胸骨下压深度4至5cm。
9. 放松后手掌不要离开胸壁。
10. 按压速度100次/分。
11. 按压与口对口吹气之比30:2。

## 劳动保障年度书面审查(劳动年检)催报通知

各用人单位:  
2010年度劳动保障年度书面审查(劳动年检)工作,因故延期到2011年7月30日。希尚未报审的用人单位(机关、事业单位、各类企业、个体工商户、民办非企业单位等)抓紧去镇乡(街道)劳保所或县劳动保障监察大队报审。逾期或故意不报,将按照《劳动保障监察条例》的规定,予以相应处罚。以后每年3、4月份为上一年度劳动保障年度书面审查的固定时间,请各用人单位自觉报审。  
联系电话: 86227477 12333  
新昌县人力资源和社会保障局  
2011年7月15日

## 求购大桂花

规格:冠幅大于等于6米,高大等于6米,单杆分支1米左右。  
同时求购各种规格的大香樟  
联系人:李先生  
联系电话:15067566789  
0575-86336663

浙江盛大房地产开发有限公司

## 新昌县人力资市场招工信息(1058期)

招工单位	工种或岗位	联系电话	招工单位	工种或岗位	联系电话
新昌县长城空调设备有限公司	机修车工、业务员、检验员、仓管员	13857530324	新昌精科轴承有限公司	3M2146外沟磨工、无心磨、无心切入磨	15067563560
新昌祥泰礼仪服务有限公司	司仪、花艺师	18857592505	新昌蒙娜丽莎婚纱摄影	门市、化妆助理、调片助理、阿黛、礼服兼调度	13676890140
新昌县保罗思服饰有限公司	裁剪工、拷边工、剑杆机挡车工	15355556826	新昌轴承总厂二分厂	磨床工、倒角、锉工、内沟、外沟、防尘槽	86856688
新昌县森尼雅卫浴洁具有限公司	品管、抛光检验、质检员、仓库、统计	86091838	新昌县耀达百货有限公司	家电营业员、服装营业员、财务人员	86623100
浙江新和成股份有限公司	操作工、保安、保洁、监控、厨师	86270116	新昌县创新密封件厂	机械制图、炼胶工、操作工	13819569666
新昌庆达机械有限公司	数控、钳工、钻工	86132862	新昌有意愿餐厅	收银员、服务员、厨师、切菜工、洗碗阿姨	15857569407
新昌鹤群大酒店	餐饮服务、餐饮跑菜、客房清洁、洗碗阿姨、厨师学徒	86126680	新昌林泉轴承有限公司	合套、检验、数控磨床、计量员、点料、电工、外元磨	86177377

联系电话: 0575-86232558 地址: 新昌县鼓山中路179号 欢迎使用劳动保障服务电话: 12333  
欢迎访问新昌劳动保障信息网: www.xcld.zj.cn 新昌人才网: www.xcerc.jl.com

## 中国人民财产保险股份有限公司新昌支公司招聘启事

因公司业务发展和管理提升需要,现向社会公开招聘有志于从事财产保险事业的社会精英加盟(非营销员)。招录条件如下:

1. 大专以上学历应届毕业生,或40周岁以下有保险从业经验者。
2. 遵纪守法,坚持原则,具有较强的责任心,具备良好的职业道德和品行操守。
3. 身心健康,仪表端庄,无违法违纪行为和不良记录,无重大岗位风险责任。
4. 能熟练操作计算机,具有良好的沟通协调组织能力、创新能力者优先录用。
5. 具体岗位、待遇面谈。
6. 本招聘截止日期2011年9月31日。
7. 地址:南明街道鼓山中路121号  
联系电话:86039146 18657538543  
联系人:尉先生

## 博越教育 BOYUE EDUCATION 事业单位面试培训

## 2011年新昌事业单位面试培训开始报名

报名地点: 新昌文星书店 (人民中路228号)  
培训时间: 面试前五天  
具体开班信息详见  
绍兴公务员考试网: www.0575gwy.com  
课程特色: 小班教学(8至10人)  
包食宿,不过全额退款  
一对一全真模拟面试  
78%高通过率过关保障  
报名电话: 88123155 18905751311

考事业单位,就到正规的事业单位学校上课