

来源: 中华人民共和国应急管理部

人人讲安全

个个会应急

今天是第17个全国防灾减灾日,地震、暴雨、台风……灾害无情,但正确的逃生避险方法是我们的有力武器。提高防灾减灾意识,这份逃生避险清单请收好!

地震

震时就近躲避,震后快速撤离

室内避震:

立即蹲下,躲在写字台、桌子下方等空隙区域,用被子、枕头等保护头部。



室外逃生:

远离建筑物、电缆、广告牌、山体等,尽快前往开阔地带。



不幸被困:

尽量保存体力,用石块敲击能发出声响的物体,发出求救信号。



火灾

牢记逃生通道,防火也要防烟

扑灭小火:

如果已明确起火点,且火势不大,可使用灭火器、灭火毯等及时灭火。



尽快撤离:

不坐电梯,不恋财物,沿着标有“安全出口”的通道迅速逃生。楼层不高可利用绳索(或将床单、窗帘等连成绳索)逃生。



躲避浓烟:

逃生时要用湿毛巾捂住口鼻,弯腰前进;被困在室内时,要用湿床单等堵住门缝,及时发出求救信号。



暴雨

防范次生灾害,注意出行安全

提前避险:

可在家门口放置挡水板,防止屋内进水;处于低洼地势、山地丘陵、河流附近的人员,接到转移避险指令后应马上转移到安全地带。



留心脚下:

外出时应绕过积水严重地段,不走地下通道,不要贸然涉水,警惕水坑、井盖。



行车注意:

行车应打开雨雾灯,减速慢行,避开积水和塌方路段;若在低洼处熄火,应下车到高处等待救援,千万不要在车上等候。



台风

注意台风走向,尽量减少外出

台风到来前:

持续关注台风动态信息,加固门窗,可在窗户玻璃上用胶布贴“米”字形,非必要不出门,备好食物用品。



台风到来时:

切勿在玻璃门窗、危棚简屋及临时建筑物附近逗留,不要在广告牌、铁塔、大树等附近避风避雨,船舶提前回港避风。



台风过境后:

不要着急返回危险地带或盲目开车进山,及时清运垃圾。



洪水

高处待援,水上转移

洪水来临:

时刻观察河道水位变化情况,尽快前往稳定的高地避险。



洪水围困:

尽可能利用船只、木排、门板、木床等做水上转移。来不及转移时,要立即爬上屋顶、楼房高层等处等待救援。



洪水过后:

不喝生水,不吃被洪水浸泡过的食物,防蚊虫叮咬,做好室内环境的清理和消毒。



城市内涝

小心避坑,谨防触电

小心避坑:

尽量不要在有积水的道路上行走,不要靠近有漩涡的地方,防止跌入缺失井盖的深井、地坑等危险区域。



谨防触电:

远离用电设施,避免因设施漏电引发的危险。若遇到断裂的电线搭在地上的积水中,要迅速远离。



谨慎涉水:

开车通过有积水的道路时,应关注警示标志,切勿冒险涉水,水深未知路段不可盲目通行。



山洪、泥石流

关注预警,跑对方向

注意前兆:

关注暴雨、山洪和地质灾害预警,选好躲避路线,警惕远处土石崩落、洪水咆哮等异响。



往两侧跑:

向与山洪、泥石流方向垂直的两边山坡上爬,不要顺沟方向往上游或下游跑,不要横渡山洪、泥石流。



远离险地:

不要在低洼谷底或陡峻山坡下躲避,选择基底稳固又较为平缓开阔的地方停留。



山体滑坡

留意前兆,往两侧跑

滑坡前兆:

斜坡上有明显裂缝,近期有加宽加宽现象;坡体上房屋开裂、倾斜;坡脚有泥土挤出,垮塌频繁。



滚石发生:

保护头部,向两侧逃离,不可顺着滚石方向往山下跑,不要停留在凹坡处。



沙尘暴

室内关紧门窗,室外防风避沙

居家避沙:

关紧门窗,尽量减少外出,妥善安置易被吹落的室外物品。



室外防尘:

佩戴口罩,用纱巾蒙住头,不要在广告牌、临时建筑物下逗留、避风。



谨慎驾驶:

驾驶员要注意沙尘暴变化,密切关注路况,减速慢行。

