

目 录

一、自然灾害极端天气防范应对

（一）气象与洪涝灾害	1
1、冰雪	1
2、雷电	3
3、高温（中暑）	5
4、大风	7
5、暴雨	8
6、山洪	9
7、洪水	10
（二）地震与地质灾害	12
1、地震	12
2、滑坡、崩塌	15

二、事故防范应对

（一）火灾事故	17
1、家庭火灾	17
2、高楼火灾	19
3、人员密集场所火灾	20
4、汽车火灾	21
5、森林火灾	23
6、危险地带火灾	24
7、灭火器的使用方法	25
（二）电、气、水事故	26
1、用电事故	26
2、燃气事故	28
3、饮用水污染事故	32
（三）特殊伤害事故	33
1、灾难性化学事故	33
2、放射源辐射事故	34

三、意外伤害防范应对

1、溺水	36
2、触电	37
3、电梯困（伤）人	38
4、烧（烫）伤	40
5、切割伤	40
6、呼吸道梗阻（吸入异物）	41
7、烟花爆竹炸伤	43
8、毒蛇咬伤	44
9、宠物咬（抓）伤	45

四、急救常识

1、现场救护“黄金时刻”	48
2、急救与呼救	50
3、心肺复苏术	50

五、报警常识

1、110 报警电话	53
2、119 火警电话	54
3、120 医疗急救电话	55
4、122 交通事故报警电话	55
5、其他求救方法	56

六、家庭应急计划与应急物品储备

（一）制定家庭应急计划	59
（二）核对家庭安全事项	59
（三）准备家庭应急储备箱	60

一、自然灾害极端天气防范应对

(一) 气象与洪涝灾害

1、冰雪

暴雪、冻雨（又称雨凇）、道路结冰等冰雪天气发生时，会给公路、铁路、民航、供电、供水、通讯、农牧业生产等带来较为严重的影响。居民应及时收听天气预报，储备过冬物品，注意保暖防滑，积极清扫积雪，以减少不必要的伤害和损失。

预防 / 预警

(1) 收听预报。暴雪预警信号分四级，分别以蓝色、黄色、橙色、红色表示。道路结冰预警信号分三级，分别以黄色、橙色、红色表示。红色为最高级别的预警信号。

(2) 储备物品。冰雪天气到来前，家中应做好防寒保暖准备，储备足够的食物、水、燃料、御寒衣物及防冻药物等，尽量避免在天气恶劣时外出购物。山区、林区等边远地区的居民尤其应提前做好准备，以防大雪封山、封路。

(3) 保护设施。加固棚架等易被雪压倒的临时搭建物和危旧房屋；不要待在不结实、不安全的建筑物内，防止房屋倒塌伤人。水管、水箱可用草绳、布料等进行包扎、包裹，以防止其冻裂。

(4) 防御冻害。农牧区要备好粮草，将野外牲畜赶到圈里喂养；对农作物要采取防冻措施，防止作物受冻害。

(5) 调整行程。及时取消或调整出行计划，尽量避免在冰雪天长途外出。

应急要点

(1) 保暖防冻。人员应注意保暖防冻，老弱病患者尤其应预防因气温骤降引发或加重呼吸道、心血管等方面的疾病。

(2) 清扫积雪。主动清扫自家或单位附近道路和屋顶的积雪，或在道路上撒融雪剂，防止路面结冰。

(3) 防滑防砸。行人上路时应选择防滑性能好的鞋，不宜穿高跟鞋或硬塑料底的鞋；尽量避免骑自行车外出；非机动车上路，应给轮胎少量放气，以增加轮胎与路面的摩擦力。

要远离建筑工地、临时搭建物、广告牌和老树等，避免被砸伤。路过屋檐、涵洞、桥下等地方时，应谨慎通行或绕道通过，以免冰凌融化脱落伤人。

(4) 减速缓行。冰雪天气时尽量减少自驾车外出。机动车在冰雪路面上应减速慢行，并与前车保持距离；避免急转弯、急刹车。必要时要安装防滑链，驾驶员佩戴色镜。

发生交通事故后，应及时在现场后方设置警示标志，以防连环撞车事故发生。

(5) 报警求救。若被积雪围困，要尽快拨打110、119等报警求救电话。若发生断电事故，要及时报告电力部门。

温馨提示

温馨提示

(1) 谨防中毒。冬季要提防煤气中毒，尤其是采用煤

炉取暖的居民。

(2) 冰面勿玩。教育小孩不要在结冰的湖面、河道上玩耍，以免落入水中。

2、雷电

雷电是联合国确定的 10 种最严重的自然灾害之一，也是我市一种较为严重的自然灾害，主要发生时间为每年 3 至 10 月。

预防 / 预警

【室内避雷】

(1) 收听预报。注意收听、收看天气预报，提前做好防护准备。

(2) 关闭门窗。提前关好门窗，以防侧击雷和球状雷侵入。

(3) 切断电源。切断家用电器的电源，拔掉电源插头，防止雷电从电源线侵入。

(4) 慎用电器。不要使用带有外接天线的收音机和电视机等电器，远离带电设备。

(5) 远离金属。不要接触煤气管道、铁丝网、金属门窗等金属物品。

(6) 不打电话。不要接、打固定电话和手机。

(7) 勿用喷头。不要使用喷头洗澡，切忌使用太阳能热水器。

(8) 勿打赤脚。不要赤脚站在泥地或水泥地上。

【户外避雷】

(1) 避雷场所。到有避雷针或钢架的建筑物里藏身，不要靠近防雷装置的任何部位；也可寻找钢筋混凝土的建筑物躲避。

(2) 姿势正确。可两脚并拢，双腿下蹲，双手抱膝，降低身体重心，减少人体与外部的接触面积。

(3) 披上雨衣。及时披上不透水的雨衣，防雷效果更好。

(4) 关闭手机。身处空旷地带，应关闭手机。

(5) 摘下饰品。应摘下身上佩戴的金属饰品，如项链、发卡等。

(6) 分开站立。如果多人一起在野外，相互间应间隔几米。

(7) “蚁爬” 趴下。头、颈、手处有蚂蚁爬走的感觉，头发竖起，表明将发生雷击，应赶紧趴在地上，减少遭雷击的危险。

(8) 蹦离“高压”。高压电线遭雷击落地时，不要靠近，当心地面“跨步电压”的电击。正确的逃离方法是双脚并拢，溯着离开危险地带。

【户外避雷“十不”】

金属物体不要碰，摩托“单车”不骑行；

球杆锄头不高举，旷野雨伞不要撑；

手机电话不能打，电杆孤树不靠近；

山巅楼顶不要上，水渚船边不留停；

草垛柴堆不能近，孤棚独亭不要进。

应急要点

烧伤“无电”，无须顾虑。遭雷击烧伤的人，身体是不带电的，抢救时不要有顾虑。

失去知觉，舒展平卧。若伤者失去知觉，但有呼吸和心跳，应使其舒展平卧，休息后再达医院治疗。

心跳停止，心肺复苏。若伤者呼吸和心跳停止，应立即实施心肺复苏术，并拨打120急救电话。

3、高温（中暑）

日最高气温达35℃以上的天气称之为高温天气。高温天气会影响人体健康，甚至导致中暑，还会给交通、用水、用电等带来较大影响。

预防 / 预警

（1）收听预报。

（2）饮食清淡。多喝凉白开水、冷盐水、白菊花水、绿豆汤等防暑饮品；多吃新鲜瓜果蔬菜，少吃油腻食品。

（3）睡眠充足。

（4）户外防晒。减少白天户外活动时间，外出最好打伞、戴帽、戴太阳镜、涂防晒霜，避免强光灼伤眼睛和皮肤。

（5）作业谨慎。在高温环境下作业的人员，应采取有效防护措施，温度上升到一定高度时应停止作业。

（6）老弱慎动。老人、体弱者和高血压、心肺疾病患者应减少活动，如有胸闷、气短等症状应及早就医。

（7）药品常备。常备防暑降温药品，如清凉油、十滴

水、人丹等。

应急要点

【轻症中暑】

(1) 注意先兆。头晕、心悸、胸闷、大汗、口渴、乏力、低热等为中暑的先兆。当出现大汗口渴、胸闷头晕、恶心呕吐、身体乏力、体温在 38℃ 以上等症状时，表明已轻度中暑。

(2) 休息降温。及时离开高温环境，到阴凉、通风处休息。

(3) 服药补水。轻度中暑时，服用十滴水或解暑片等药物，并注意多饮水（最好是淡盐水）。

(4) 宽衣擦汗。出汗多的病人应松解衣，服擦于汗水。

【重症中暑】

(1) 抬至阴凉处。当出现昏迷、高热、头疼、心衰等症状时，表明已重度中暑。此时，应立即将患者抬到阴凉处，解开其衣服，使其静卧休息。

(2) 冷水敷头部。用冷水敷头部和腋窝，使头部皮肤温度迅速降下来。

(3) 服用解暑药。及时使用行军散、人丹、清凉油、十滴水、解暑片等解暑药。

(4) 穴位要记住。对昏迷的病人，可用手指拍人中、涌泉等穴。

(5) 心肺复苏术。若中暑者心跳骤停、呼吸不规则或停止，应及时进行心肺复苏，直至医护人员到来。

温馨提示

(1) 调节情绪。高温天气下，人容易烦躁、发怒，应注意调节情绪。

(2) 降温适度。使用空调，温度不宜过低。

(3) 汗后慎浴。大汗淋漓时，不要用冷水洗澡，应先擦干汗水，稍事休息后再用温水洗澡。

4、大风

大风往往会吹倒房屋、大树，并衍生雷电、冰雹等剧烈的天气，造成明显的灾害和损失。

预防 / 预警

(1) 听预报。

(2) 关电、气。大风来临前，应切断电源，关闭煤气、天然气阀门。

应急要点

(1) 横向逃离。在野外遭遇大风时，应以最快速度朝与大风前进路线垂直的方向逃离。

(2) 防砸防压。室外遭遇大风时，应远离大树、电线杆、简易房等，以免被砸、被压或触电。

(3) 速趴洼地。来不及逃离时，迅速找低洼地趴下，脸朝下，闭上嘴巴和眼睛，用双手、双臂抱住头部。

(4) “地下”安全。躲避大风最安全的地方是混凝土建筑的地下室或半地下室。简易住房内和楼顶上都很危险。

(5) 躲进小房。大风来时，应躲到小房间内抱头蹲下。

(6) 远离外墙。如果在室内，要避开门、窗和房子的

外墙。

5、暴雨

大范围的大暴雨或特大暴雨，往往会在短时间内导致山洪暴发、山体滑坡或城市内涝，威胁居民生命财产安全。我市是我省暴雨严重的省份之一。

预防 / 预警

(1) 四色警报。暴雨预警信号分四级，IV级（一般）、III级（较重）、II级（严重）、I级（特别严重），依次用蓝色、黄色、橙色和红色表示。

(2) 畅通水道。不要将垃圾、杂物丢入下水道，以防堵塞，积水成灾。

(3) 修好屋顶。家住平房的居民应在雨季来临之前检查房屋，维修房顶。

(4) 关掉电源。室外积水若漫入室内，应立即切断电源，防止积水带电伤人。

应急要点

(1) 挡门口，防内涝。为防止降暴雨时居民住房发生小内涝，可因地制宜，在家门口放置挡水板或堆砌土坎。

(2) 多观察，防触电。暴雨来袭，要远离电线、电器等设施，以防触电致人伤亡。

(3) 水中行，避井坑。积水中行走，要注意观察，防止跌入窨井、地坑等。

(4) 遇积水，车绕行。路面或立交桥下积水过深时，

车辆应尽量绕行，不要强行通过。

温馨提示

山区河道，警惕山洪。山区暴雨来临前，要做好防范山洪的准备；暴雨时节外出办事或者旅游，要了解目的地及所经路段是否有山洪和泥石流发生。在山区旅游扎营露宿，要选择在山脊线附件，避开河流、冲沟、陡坎和水库、水池下流；突遇暴雨时，要尽快离开溪沟等地。

6、山洪

山洪常发生在山地丘陵地区，是指荒溪或干沟中发生的暴涨暴落的洪水。因其所流经的沟道陡峻，地质条件复杂，山洪具有历时短、流速快、冲刷力强、挟带凡石多、破坏力强等特点。

预防 / 预警

(1) 危险地，慎建房。在地质基础脆弱的地方，如植被稀疏、易塌易陷、岩石风化、山谷陡坡等处，不宜居住和生产。在山洪多发地带建房，应请水文、水利、防汛或地质等方面的专家帮助选址。

(2) 听预报，看征兆。山洪易发地区降暴雨时，应及时收听、收看天气和水文预报，并密切观察溪、河水位和山体有无异常情况。河道上游来水突然混浊、水位上涨较快，是山洪暴发的信号。

(3) 有险情，发警报。观测到可能发生山洪险情，要立即采取鸣锣、放铳、广播、电话等方式报警，并向有关部

门报告。

(4) 查山塘，防水库。降大暴而时，应加强对山塘、水库的巡查与加固。如发现异常情况，要及时转告并组织抢险，迅速转移受威胁人员。

(5) 离河沟，勿逗留。大雨来临时，不要在山地、河内等地方逗留。

应急要点

(1) 河水涨，上高处。河、溪洪水迅速上涨时，不要沿着河谷跑，应向两岸高处撤离。平时不要使用简易过河通道，以免行至河中间时，河水突然上涨，发生危险。

(2) 爬屋顶，抓浮物。住宅被淹时，可爬上屋顶，并及时利用竹木等漂浮物转移到安全地带。

(3) 勿侥幸，不恋财。不要心存侥幸，不要因保护个人财产而丧失逃生机会，更不要捞取水中漂浮的财物。

(4) 互照应，求救援。同行人员应保持联络，相互照应。若发现有人失踪，应及时向外界求援。

7、洪水

洪水是由暴雨、风暴潮等引起江河湖库水量迅速增加，水位迅速上涨的流水现象。洪水在我省出现频率高，涉及范围广，破坏性大。

预防 / 预警

(1) 听警报。注意收听、收看洪水警报、水位报公，了解洪水可能影响的区域。

(2) 看征兆。若出现持续不断的大雨和风暴，应引起警觉，及早远离水道和低洼地区。

(3) 备衣食。储备一定数量的食物、饮用水和保暖衣物等；逃生前，多吃糖、甜点等高热量食物。

(4) 关电、气。洪水到来前关闭电源总开关、煤气阀门等。

应急要点

(1) 上高处，抓浮物。迅速跑向高地、楼房，必要时可爬上高树；也可抓住木盆、木椅、木板等有浮力的物品。不要爬到土坯房的屋顶，这些房屋浸水后容易倒塌。

(2) 制木筏，离险处。若水情严重，应考虑用床板、门板、箱子等制作木筏，也可使用汽车轮胎的内胎制成简易救生圈，船桨也必不可少。

(3) 发信号，求救援。逃生前保护好通讯设备，备好哨子、手电筒、颜色鲜艳的旗帜或床单等，以便在紧急情况时发出求救信号。

(4) 先逃生，勿恋财。情况紧急，首先逃生，不要恋财。

(5) 勿涉险，待救援。水情不明时，不要涉险渡水，应留在安全地带等待救援。

温馨提示

(1) 查电、气。洪水过后应检查、烘干电器。查看房子时，勿用明火，以防点燃泄露的煤气引发火灾。

(2) 防病毒。洪水过后，腐烂的动物尸体和水污染可能引发疾病。应用干净的水，并将房子彻底消毒，包括室内

的空调、供暖管道和过滤器等。

（二）地震与地质灾害

1、地震

地震灾害往往会造成重大的人员伤亡和财产损失，地震中的伤亡主要由建筑物倒塌造成。遭遇地震时，应保持镇定，是逃是躲，要因地制宜，果断行事。

应急要点

【室内避险】

（1）平房。平房内遇地震，若室外空旷，应迅速头顶保护物跑到屋外。来不及逃出，可躲在桌下、床下、坚固的家具旁或紧挨墙根的地方，并用毛巾或衣物捂住口鼻防尘、防烟。

（2）楼房。楼房内遇地震，迅速关掉电源和气源，选择厨房、卫生间等开间小的空间避震；也可躲在坚固的家具旁、内墙根、墙角等易于形成三角空间、支架空间的地方。远离外墙、门窗和阳台；不要使用电梯，更不能跳楼。

（3）教室。教室内遇地震，应用书包护头躲到桌下或桌旁，震后在教师指挥、引导下有序撤离。

（4）工作场所。工作场所内遇地震，应迅速关掉电源和气源，就近躲藏在坚固的机器、设备或办公家具旁。

（5）公共场所。商场、展厅、地铁等公共场所内遇地震，应躲在坚固的立柱或者墙角下，避开玻璃窗、广告灯箱、

高大货架、大型吊灯等危险物；体育馆、影剧院等场所内遇地震，应护住头部，蹲、伏到座椅下面。同时注意防火、防电、防踩踏。

【室外避险】

(1) 市区。市内遇地震，应注意保护头部，迅速跑到空旷场地蹲下。尽量避开高大建筑物、立交桥，远离高压电线、化学物品及煤气等危险设施。

(2) 野外。野外遇地震，应避开山脚、陡崖，以防滚石和滑坡；如遇山崩，要向远离滚石前进方向的两侧跑。

(3) 海（湖）边。海（湖）边遇地震，或海（湖）水快速进退时，应迅速远离海（湖）岸，警惕地震引发的海（湖）啸。

【车辆避险】

(1) 驾车遇地震，司机应迅速躲开立交桥、陡崖、电线杆等，并尽快选择空旷处停车。乘客不要跳车，震后有序撤离。

【被困自救】

(1) 保持清醒。被埋压人员应保持清醒。听到外面有人时，可大声呼叫，或敲击管道求救；若不知外面是否有人，应间断地发出声音，以减少体力消耗。

(2) 清除覆盖。一时不能脱险，应设法将手脚挣脱出来，清除压在身上特别是腹部以上的覆盖物。

(3) 捂住口鼻。被困时，应用毛巾、衣服等捂住口、鼻，防止吸入烟尘，引起窒息。

(4) 防止坠落。被埋压人员应设法支撑可能坠落的重

物，确保安全的生存空间，最好向有光线、空气流通的方向移动。

(5) 声响求救。用石块或金属物品敲击水管、墙壁等，与外界联系。

(6) 寻找饮食。若难以脱险，在可活动的空间内，设法寻找水、食品或其他可维持生命的物品，耐心等待营救。

(7) 勿用火、电。若闻到煤气味，不要使用火柴、打火机，也不要使用电话、电源开关或任何电子装置。

【震后搜救】

(1) 搜救原则。学校、饭店、医院等人员密集的地方是抢险的重点；先抢救被困于建筑物废墟边缘、房屋底层或未遭到完全破坏的地下室中的人员。及早展开互救，能最大限度地减少伤亡。

(2) 关注“三角”。震后搜救时，要特别关注倒塌物堆成的“安全三角区”或支架空间。

(3) 留意声响。要特别留意被困人员呼喊、呻吟和敲击器物的声响。

(4) 小心挖掘。应小心挖掘，不可使用利器刨挖，以免伤人。

(5) 保护支撑。挖掘时，要注意保护周围的支撑物。

(6) 先露头部。发现被困者后，应首先帮其露出头部，迅速清除其口腔、鼻腔中的灰土。

(7) 送气送水。被困人员一时难以脱险，应首先向其输送新鲜空气、水和食物，然后再想其他办法救援。

2、滑坡、崩塌

斜坡上的岩土体受到河流冲刷、地下水活动、地震及人工切坡等影响，在重力的作用下，沿着一定的软弱面（或软弱带）整体或分散地顺坡下滑，称为滑坡，俗称“走山”。

陡峭斜坡上的岩土体在重力作用下突然脱离母体崩坍、滚动，堆积在坡脚或沟谷的地质现象，称为崩塌。

预防 / 预警

（1）水突变。大滑坡或崩塌发生前，可能出现断流多年的泉水“复活”，泉水、井水突然干涸，井（或钻孔）内水位突变等异常现象。

（2）动物惊。可能出现猪、狗、牛等家畜惊恐不安，老鼠乱窜不进洞等现象。

（3）树木枯。可能会出现树木枯萎或歪斜等异常现象。

（4）坡脚凸。滑坡发生时，前沿坡脚处的土体会出现上隆（凸起）的现象。

（5）裂纹现。在滑坡体中部或前部出现横向及纵向放射状裂纹，标志着滑坡体已进入临滑状态。

（6）裂缝扩。滑坡体后缘的裂缝急剧扩展，并从裂缝中冒出热气或冷风。

（7）岩石裂。大滑坡发生前，会有岩石开裂或被剪切挤压的声音。

（8）岩体塌。临滑之前，滑坡体四周岩体（土体）会出现小型坍塌或松动现象。

（9）山势陡。山体坡度大于45度，或山坡呈孤立山嘴、

凹形陡坡等形状，以及坡体上有明显的裂缝，都容易形成崩塌。

应急要点

（1）两侧逃。感到地面震动，应以最快速度向两侧稳定区域逃离。向滑坡体上方或下方跑都很危险。

（2）缓坡停。无法逃离时，应找一块坡度较缓的开阔地停留。

（3）险地离。不要进入有警示标志的屑坡危险区。滑坡发生时，要远离房屋、围墙、电线杆等。

二、事故防范应对

(一) 火灾事故

1、家庭火灾

火势初起，应及时灭火，同时呼救、报警；若火势太大，应果断撤离；如果被困火场，则应冷静自救；积极求援。

预防 / 预警

(1) 防“燃头”。香烟、蚊香、蜡烛、油灯等“燃头”，稍有不慎就可能引发火灾，平时应提高警惕，加以防范。

(2) 查线路。不乱接、乱拉电线；定期检查电路；及时更换损坏、老化的电线；导线接头及插座要紧密连接。电力线路、开关、插座和插头不过负荷（过载）。

(3) 查开关。家中长期无人时，应关闭电源总开关和燃气进气阀门。

(4) 不堵道。火灾发生时，阳台、过道、楼梯等是逃生通道或避难场所，不要堆放杂物。

(5) 不焚烧。不可在家中焚烧废弃物。垃圾中可能藏有易燃易爆品，如液化气残液、鞭炮等，焚烧时易引发火灾。

(6) 不积物。有些物品，如湿稻草、麦草、棉花、豆饼等堆积的时间过长，在一定条件下可能自燃，引发火灾。

(7) “五件宝”。家庭应备灭火“五件宝”：即家用灭火器、灭火毯、防烟面具、应急逃生绳和手电筒，并学会正确的使用方法。

应急要点

【及时灭火】

(1) 棉物用水灭。家中的棉被、衣服、沙发等着火，用水灭火效果好。若窗帘着火，首先应将其扯下，然后用水浇灭。

(2) “油火” 不用水。油锅起火时，可迅速盖上锅盖或向锅内倒入切好的蔬菜，也可用防火毯、湿棉被等捂压。不能用水浇，以防溅出的油引燃其他物品。

(3) “电火” 先断电。家用电器起火，应先切断电源，再用防火毯、湿棉被等捂压灭火。如电视机、电脑等起火，应从侧面靠近，以防显像管爆炸伤人。

(4) “酒精” 杯碟盖。给火锅添加酒精时起火，不要用嘴吹，可用小菜碟等盖在酒精罐上灭火。若火势蔓延，用防火毯、湿棉被等捂压。

(5) “煤气” 湿被压。煤气着火可用防火毯、湿棉被等捂压，在火熄灭的同时关闭阀门。

(6) “室火” 慎开窗。密闭的房间内起火，不要轻易开窗，以免空气对流加速火势蔓延。

(7) 报警要及时。在灭火的同时，应及时呼救、报警。报警时要讲清地点，说明起火的原因，留下姓名和联系电话，最好能派人提前到事发地附近标识比较明显的地点，如路口或巷口，等候并指引救援人员。

【正确逃生】

(1) 湿毛巾，捂口鼻。身处火区，应迅速戴上防烟面具，或用湿巾捂住口鼻，以防中毒、窒息。

(2) 湿衣裹，贴地行。很多人在火灾中不是被火烧死的，而是被浓烟、毒气呛死的。

逃离火场时，应用湿衣物裹身，身体尽量贴近地面穿过烟区。因为火灾发生后，靠近地面的地方往往残留着未被污染的空气。

(3) 火上身，快打滚。若身上衣物着火，应就地打滚或用水喷淋，或就近跳入水中。

(4) 不恋财，快逃生。身处险境，应尽快撤离，不可因留恋财物、怕羞而耽误逃生时机。

【火场自救】

(5) 火封门，湿被挡。当大火封门无法逃离时，应关紧迎火门窗，用湿毛巾、湿布堵塞门缝，用湿被单或湿棉被封门，防止烟火侵入。

若火源在室内，离开房间时，应关上房门，把火焰、浓烟控制在一定的空间内。

(6) 出不来，上阳台。无法逃离时，应尽量在阳台、窗口等易被发现的地方等待。

(7) 发信号，救援到。被困人员可用手机、电话等向外求援；也可用敲击出声、打亮手电筒、摆动衣物、向窗外扔物品等方式发出求救信号。

2、高楼火灾

高层楼房楼层高、人员多、过道窄，发生火灾后不易逃生，常因通道阻塞、毒烟熏呛或相互踩踏，导致人员伤亡。

预防 / 预警

(1) 牢记逃生路线。牢记高层建筑的逃生通道，熟悉周围环境：一旦发生火灾，能选择正确的逃生路线。

(2) 牢记逃生用品。人住后，记住防烟罩、手电筒及逃生绳的摆放位置。

应急要点

(1) 火初起，及时灭。

(2) 火蔓延，速逃生。若火势无法控制，应用湿毛巾捂住口鼻，湿衣裹身，身体贴地，快速向楼下有序撤离。

(3) 结绳索，把命保。利用应急逃生绳，通过窗口、阳台、下水管等滑下逃生，或用缓降器逃生；也可临时用布匹、床单、地毯、窗帘等结成绳索逃生。注意要将绳索系牢，以免中途断开。

温馨提示

(1) 勿乘电梯。电梯受热会变形，供电系统在火灾中可能受损，将人困在电梯里。同时，电梯井如同烟囱直通各楼层，有毒烟雾会直接威胁被困人员生命，火灾发生时勿乘电梯。

(2) 跳楼有备。情况紧急时，可往高楼下的救生气垫中部跳；若无救生气垫，不要轻易跳楼。

3、人员密集场所火灾

商场、超市、体育场馆、酒店、影剧院等人员密集的场所一旦发生火灾，除因烟呛、火烧造成伤亡外，还常因拥挤、

踩踏导致群死群伤的严重后果。

预防 / 预警

(1) 熟悉环境。进入人员密集场所，应熟悉安全疏散指示标志和逃生通道示意图，留意消防救生设施。

(2) 慎用明火。遵守相关动火规则，不随意使用明火。特别是营业时间，严禁动火或动焊。

(3) 规范用电。人员密集场所高功率电器较多且电路复杂，往往会因电器长时间超负荷运行，以及电路短路、接触不良等引发火灾。应定期进行电器检测。

(4) 不堵通道。不要将用于疏散的楼梯口、防火门堵塞、锁死，以保持逃生通道畅通。

(5) 事故广播。人员密集场所应配备事故广播系统，保证事故广播的使用性能。

应急要点

(1) 有序撤离。保持镇定，有序撤离。让老人、妇女、儿童先撤离；不相互拥挤，以免踩踏导致伤亡。

(2) 多方逃生。可利用消防通道、楼梯等逃生；还可利用排水管、室外突出部分、各种门窗以及避雷网等逃生。

4、汽车火灾

汽车火灾不仅会造成车辆损毁，影响交通秩序，还会威胁司机和乘坐人员以及周围群众的生命安全。

预防 / 预警

(1) 电与油，勤检查。电线破损、老化，或电路接触

不良、短路、漏电、接口松动，以及油料渗漏等，都可能导致汽车火灾。

(2) 油擦车，防火花。使用汽油擦拭车辆时，应先切断电源。不能使用涤纶丝等物品擦拭，以免擦出火花引发火灾。

(3) 易燃品，小心放。不要将气体打火机、空气清新剂、香水、摩丝等易燃物品放在车内易受阳光直射的地方，或接触车内高温部位。

(4) 灭火器，不能忘。小汽车至少应配备一个中型灭火器（可选用 3-5 升的干粉灭火器），大型客、货车则应按规定配备灭火器。

应急要点

(1) 疏散乘客。汽车在运营途中一旦起火，应立即疏散乘客及周围人员、车辆，并报警。

(2) 驶离险地。车载货物起火，应尽快驶离人员集中的场所和油库、化工厂等危险地带。

(3) 断电灭火。发动机起火，应切断电源，然后用随车的灭火器灭火。

(4) 车、货分离。货物着火，应先将货物推下车，再用随车灭火器灭火。

(5) 上风灭火。使用灭火器时，应选择上风位（背对着风吹来的方向）站立，以免风吹火焰伤人。

(6) 脱衣打滚。衣服着火，应迅速脱下，就地打滚，或就近跳入水中。灭火时，应脱去化纤衣服。

(7) 跳车速离。火势无法控制时，可用衣物、手臂护

住头部，从车门逃生，或打碎玻璃从车窗跳出，并迅速离开危险地。

5、森林火灾

森林火灾突发性强，破坏性大，救援困难。大规模的森林火灾不仅会造成巨大的经济损失，还会严重破坏生态环境，甚至导致人员伤亡。

预防 / 预警

(1) 关注“旱”、“风”、“雷”。干旱、大风和雷击天气易引发森林火灾，此时进入森林应多加小心。

(2) 严禁“烟”、“火”、“鞭”。严禁在森林里违规使用各种明火，如吸烟、烧烤、点篝火、上坟烧纸与燃放鞭炮等。

应急要点

(1) 湿毛巾，捂口鼻。

(2) 衣蒙头，逆风行。穿越火线时要用衣服蒙住头部，迅速逆风冲过火线。

(3) 在山腰，向下逃。切不可往山上跑，因为火势向上蔓延的速度比向下蔓延快。

(4) 烧过处，可卧倒。被困火场难以逃出时，应选择已被火烧过的地段，或草木稀疏、地势平坦的地方卧倒。

(5) 互关照，早呼救。同行人员应保持联络，如发现有人掉队，应及时向消防人员求援。

6、危险地带火灾

加油站、油库、地下煤矿、天然气管道、化工厂等危险地带一旦发生火灾，火情更加复杂，而且有可能发生爆炸或释放有毒气体，极易造成重大财产损失和人员伤亡，甚至引发重大环境污染事件。

预防 / 预警

(1) 险区勿近。不要在危险地带及其附近玩耍、逗留；其他建筑物应与危险设施保持一定距离。

(2) 险物勿带。不携带易燃易爆物品进入危险地带。

(3) 手机勿打。不在加油站等危险地带打手机。

(4) 明火禁用。发现有油、气泄漏现象，应立即通风，熄灭火源，并通知相关部门检修。任何情况下都严禁使用明火试漏。

(5) 电器禁开。油、气泄漏时，严禁开启电器，以免擦出火花引发火灾。

应急要点

(1) 火初起，及时灭。

(2) 危险地，快疏散。危险地带发生火灾后，应立即疏散人员。

(3) 速报警，不等待。

(4) 观火势，上（侧）风逃。及时观察火势蔓延的方向，向上风或侧风方向逃生。

(5) 找掩护，快转移。若已形成大面积立体燃烧态势，可利用安全检修楼梯、管道、建筑物等迅速转移到安全区域。

注意利用不易燃烧的物品（如湿衣被等）掩护自己，还可用灭火器材局部灭火，开辟通道，冲出火场。

（6）有爆炸，快卧倒。若发生爆炸，要往坚固遮蔽体处躲避，并尽可能卧倒。

（7）火上身，快打滚。若衣服着火，应尽快脱下衣服，就地打滚，或就近跳入水中。

（8）防复燃，防污染。大火被扑灭后，应对现场进行彻底清理，消除复燃隐患。周围居民应特别留意大气、水体是否被污，染并关注政府权威部门发布的公告。

7、灭火器的使用方法

灭火器是扑灭初起火灾的有效器具。常见的有手提式泡沫灭火器、手提式干粉灭火器、手提式二氧化碳灭火器等。

【使用方法】

（1）提往火场。用手握住灭火器提把，平稳、快捷地提往火场。

（2）5米拔销。在距离燃烧物5米左右的地方，拔出保险销。人应站在上风方向。

（3）握住喷管。用一只手握住喷管，将灭火器喷嘴对准火源根部。手应握在胶质喷管处，以防冻伤。

（4）开启压把。用另一只手按下压把。不要将灭火器的盖与底对着人，以免弹出伤人。

（5）根部喷射。对准火焰根部，左右摇摆喷射。喷射时由外向内，由近而远。

【注意事项】

(1) 先断电源。若是电器引发的火灾，扑救时应先切断电源，以防触电。

(2) 勿与水喷。不要与水同时喷射在一起，以免影响灭火效果。

(二) 电、气、水事故

1、用电事故

预防 / 预警

【居家用电“八戒”】

(1) 戒私拉乱接。戒私自乱拉、乱接电线，不要将导线直接插入插座孔，不要请非专业人员作业，更不要请非专业人员“带电”作业。

(2) 戒假冒伪劣。戒使用假冒伪劣及破损的插座、电线与电器等。

(3) 戒“保险”乱用。戒违规更换、选用保险丝。不可用铜丝、铁丝、铝丝代替保险丝，也不可随意加粗。

(4) 戒“防护”缺失。居家用电必须要安装漏电保护器、防触电装置等保护设施，如有漏电或跳闸，必须查明原因，修复后再合闸；同时要正确接地线。

(5) 戒湿手用电。戒用湿手、湿布接触开关、插头、插座等。

(6) 戒电炉离人。戒使用电炉、电熨斗时离人，也不要再在电加热器上烘烤衣服。

(7) 戒险物近电。戒将易燃、易爆物品，如煤气、汽油、香蕉水等放置在发热电器周围。

(8) 戒超负荷用电。戒电力线路、开关、插座和插头超负荷。空调、烤箱、电热水器等大功率电器应使用专用线路。

【室外防电“七禁”】

(1) 雷雨天气禁“高压”。禁止在雷雨天气接近高压电线杆、铁塔、避雷针及其接地线、接地体等。雷百天气，禁止在外施工。

(2) 电力设施禁攀爬。禁止攀爬电线杆、输电铁塔、变压器台架以及电力设施的保护围墙。

(3) 电网危险禁私设。禁止私设电网防盗、狩猎、捕鼠和捕鱼等。

(4) 电线附近禁渔猎。禁止在架空电线和配电变压器附近钓鱼、打鸟、放风筝。

(5) 电杆电线禁晾晒。禁止在电线杆、电线（包括绝缘导线）及拉线上晒衣服，禁止利用电线杆及拉线拴家畜等。

(6) 高压线断禁靠拢。禁止靠近断落的高压电线。不管是否带电，都不得擅自处理，应远离电线落地点 8.5 米以上，并及时通知电力部门。

(7) 供电设施禁围覆。禁止将电线杆围在建筑体中，禁止将供电线路包覆在店铺门面、广告牌和建筑物内。

应急要点

(1) 发现异常，电断开。发现电线、电器有焦糊味、冒烟、放电现象，以及有人触电时，立即用绝缘电工钳或带

绝缘手柄的工具切断电源，也可用于干燥木棒、竹竿等挑开电线。

(2) 电器起火，“干粉”灭。电器或插头在燃烧，又无法切断电源时，应用于干粉灭火器等专用灭火器灭火。不能用泡沫灭火器或水灭火，更不能用手去碰电器开关。

(3) 电视着火，湿被盖。电脑或电视机着火，应立即切断电源，用湿棉被、湿毛毯、防火毯等盖压。灭火时，应从侧面靠近，以防显像管爆炸伤人。

(4) 报警呼救，援助来。进行扑救的同时，应紧急呼救、报警。

(5) 火势失控，快离开。若火势难以控制，应果断撤离。

温馨提示

(1) 拔插头、断电源，省心又省钱。用完电器后，应及时切断电源，拔掉插头，这样既安全又省电。

(2) 教小孩、勿玩电，安心有安全。教育小孩不随意玩弄电器、插座等，最好使用带有保护装置的插座、插头等。

2、燃气事故

使用管道燃气、瓶装液化气和燃气热水器，应按照安全规范进行安装、操作和检查；在燃气调压站、调压箱、燃气井盖等附近，应禁止使用明火和燃放烟花爆竹，以免引起煤气中毒、火灾和爆炸等严重事故。

预防 / 预警

【用气通则】

(1) 关阀开窗，防火花。使用燃气时，必须保持室内空气流通。若发现火焰呈黄色，燃烧异常，或闻到异味，应立即将灶具阀、管道阀（或气罐阀）关闭，并打开门窗通风换气。动作应轻缓，以免金属猛烈摩擦产生火花。此时，禁止开灯，禁用打火装置。

(2) 注意关阀，睡前查。用气完毕，要关闭阀门。临睡前，应检查确认燃气管道、液化气罐和灶具阀门已经关闭。

(3) 烧水煮汤，成人看。使用燃气烧水煮汤，应有成人看管，以防汤水溢出熄灭炉火，导致涌气。使用燃气热水器时，也应有成人看管。

(4) 专用胶管，及时换。必须使用专用耐油橡胶管，长度在 1.2- 1.5 米左右，最长不超过 2 米。橡胶管不得穿墙越室，老化或损坏应及时更换，使用期限不应超过 18 个月。

(5) 控制高度，用喉夹。灶前橡胶管不得高于灶面，以防被炉火烧着引发火灾。在橡胶管与灶前阀、燃气具进气管的连接处，均须用喉夹夹紧，确保不泄漏。

【管道燃气】

(1) 管道燃气，专业安装。管道燃气设施，必须由专业人员负责安装，不得私接私装。

(2) 首次点火，专人负责。首次点火，应由供气单位派人进行，用户不得自行点火。

【瓶装液化气】

(1) 通风干燥，禁止密封。液化气瓶应放在容易搬动、

通风干燥、不易腐蚀的地方，禁止放在密封厨柜内。

(2) 严禁暴晒，勿近明火。严禁火烤、暴晒、用开水浇，或靠近明火或温度较高的地方。

(3) 直立使用，禁止倒、卧。要直立使用。禁止倒立、卧倒，禁止摔、踢、滚和撞击。

(4) 并排放置，禁止“垂放”。要与灶具并排放置。瓶与灶的最外侧距离不得小于 80 厘米，禁止灶台下垂直放瓶。

(5) 瓶体漏气专业修理。一旦发现瓶体、角阀涌气，立即告知燃气公司，严禁私拆私修。

(6) 小心残渣，谨防火灾。液化气罐中的残渣不能随意倾倒，应由专业人员处理，以免引起火灾。

【燃气热水器】

(1) “直排”已禁，不能用。国家已明令禁用直排式燃气热水器，不要使用。

(2) “气、器”匹配，遵“说明”。购买与气种相匹配的燃气热水器，按使用说明书使用。

(3) 浴室之内，不安装。严禁将燃气热水器安装在浴室之内。

(4) 险物勿近，不遮挡。汽油、挥发剂、黏合剂等易燃物不得靠近燃气热水器；安装处必须无任何遮挡物，如窗帘、家具等。

(5) 烟道重要，安装好。使用燃气热水器，必须安装烟道，烟道安装必须由专业人员进行。

(6) 及时更换，要记牢。燃气热水器使用年限为 8 年，应及时更换。热水器应定期清灰，一般一年一次。全自动燃

气热水器应定期更换电池。

应急要点

(1) 异味明显，断气通风。发现室内有煤气等异味、燃气突然中断以及没有燃气时，应立即将灶具阀、管道阀（或气罐阀）关闭，并打开门窗通风换气。

动作应轻缓，以免金属猛烈摩擦产生火花，引发爆炸。

(2) 异味道不浓，皂液检查。若异味不明显，可在管道的接头、开关、软管、阀门等处涂上肥皂液等，若有气泡产生则表明燃气有泄漏。

严禁用火柴、打火机等明火检查。

(3) 电器设备，禁开禁关。燃气泄漏时，千万不要开启或关闭任何电器设备，以免产生火花，引发爆炸。

(4) 迅速离开，以防中毒。若室内煤气等异味较为明显，应迅速撤离，以防窒息、中毒。

(5) 气罐着火，湿被扑压。液化气罐着火时，迅速用浸湿的被褥、衣物、防火毯等扑压，并立即关闭阀门。

(6) 及时报警，抢险抢修。出现险情，应立即拨打供气单位抢修电话、119火警电话，以利于及时抢险、抢修。

(7) 错误避险，反酿大祸。不要在充满燃气的房间内拨打求助电话，也不要打开抽油烟机或排风扇，以免擦出火花，引发火灾。

温馨提示

(1) 教育小孩，不要“碰气”。注意教育儿童不要随意玩、碰燃气具。

(2) “两阀”同闭，保持联系。家中长期无人，应检查

确认灶具阀、管道阀(或气罐阀)都已关闭，并给物业部门留下联系方式。

3、饮用水污染事故

预防 / 预警

(1) 饮水异常，应当警觉。若饮用水颜色浑浊，有悬浮物、异味，或者水温明显异常时，很可能发生了水污染，应引起警觉，停止使用。

(2) 事故公告，应当留意。注意收听、收看政府或其他权威部门发布的关于饮用水污染事故的公告。

应急要点

(1) 及时报告，留样本。当自来水出现问题时，应立即停用，及时向有关部门报告，同时告知居委会、物业部门和周围邻居，且用于净的容器留取 3- 5 升水作为样本，以供检测。

(2) 家中就餐，防疾病。大规模水污染事件一旦发生，在紧急停水期间尽量不去外面餐饮，以防感染传染性疾病或食物中毒。

(3) 出现不适，快就医。不慎饮用了被污染的水，要密切关注自己和家人的身体状况。出现不适，立即就医。

(4) 险情解除，再用水。接到政府部门解除险情的公告后，才能恢复使用自来水。

(三) 特殊伤害事故

1、灾难性化学事故

危险化学品主要是指具有爆炸性、易燃性、毒性、腐蚀性的化学物品。化学物品泄屈或爆炸后，若接触到化学品或其产生的有毒气体，可引起人体皮肤、组织糜烂，呼吸困难，惊厥、昏迷等，严重者可导致死亡。

预防 / 预警

(1) 注意警戒。设有危险品警示标志地段，不要逗留，更不要吸烟，以防发生火灾或爆炸。

(2) 乘车不带。乘坐车、船、飞机时不要携带危险化学品。

(3) 妥善储藏。家中不得存放危险化学品。储藏危险化学品，应做到标答完整，密封保存，避热避光，远离火种。

(4) 按章使用。使用危险化学品，应了解其性能，不盲目操作，不违章使用。

应急要点

(1) 发现，速报告。发现被遗弃的化学品，施工过程中挖掘出有异味的土壤时，不要捡拾，应立即拨打报警电话，说清具体位置、包装标志、大致数量以及是否有气味等。

(2) 爆炸，速卧倒。若发生化学品爆炸，应利用地形、地物，就近隐蔽。无遮蔽物时，立即俯卧，脚向爆炸方向，双眼紧闭，双手交叉，额头枕在臂肘处，尽量不让皮肤裸露。

(3) 撤离，上风逃。迅速判断毒源与风向，沿上风或

侧上风路线，朝着远离毒源的方向撤离。

(4) 毒气捂口鼻。若遭遇毒气，应戴上防毒面具或用湿毛巾捂住口鼻，遮住裸露的皮肤，同时戴上防护镜。

(5) 沾染，流水洗。若皮肤、眼、鼻和口腔黏膜沾染有毒化学物品，应立即用大量清水或流水冲洗，时间不少于半个小时。对受污染的衣物等也应进行清洗。

眼睛被化学物品灼伤后，必须立即进行冲洗，分秒必争，并注意不要溅及未受伤的眼睛。冲洗后，用清洁敷料覆盖伤眼，迅速前往医院。不要用手揉伤眼。

(6) 待援，少运动。中毒人员应及早送往医院治疗。在等待救援时应保持平静，避免剧烈运动，以免加重心肺负担，致使病情恶化。

(7) 隐蔽，慎通风。确认安全之前，周边居民不要开窗，在人防工程等掩体内隐蔽的人员应防止因通风而中毒。

(8) 饮食，要谨慎。不可随便动用污染区域及周边地区的食品和水源。

温馨提示

易燃品，防火花。易燃品，如汽油、苯、酒精等发生泄漏时，应防止出现火花，以免引起火灾。

2、放射源辐射事故

放射源是指用放射性物质制成的能产生辐射照射的物质或实体。除核设施外，放射源在石油、纺织、电力、制药、造纸等工业领域和科研院权、医疗机构都有广泛应用。

放射麻发射出来的射线可以破坏细胞组织，对人体造成伤害，严重时会导致肌体损伤，甚至致人死亡。

预防 / 预警

(1) 距离防护。尽可能远离放射源。距离越远，接触的射线就越少，受到的伤害就越小。

(2) 时间防护。尽可能减少受照射的时间。受到照射的时间越短，受到的伤害越小。

(3) 屏蔽防护。使用适当的屏蔽材料，如铅、铁、钢筋混凝土等，可有效减少放射源对人体的伤害。

应急要点

(1) 见警示，速远离。迅速离开有放射性警示标志的危险地带。国家规定，所有放射性工作场所及放射源的包装容器上都必须有警示标志。

(2) 遇险物，不要移。标有电离辐射标志的物体，用铅、钢、石蜡等制成的圆柱形或球形物体，无人管理的闪闪发光的金属链等不明物体，都有可能是放射源。千万不要擅自移动、打开，更不要捡回家或卖给废品收购站。

(3) 若失窃，速报告。发生放射源丢失、被盗等事故，应立即向警方或环保部门报告。

(4) 有疑物，早警示。发现可疑物品，应在附近设立警示标志，同时立即向警方或环保部门报告。

三、意外伤害防范应对

1、溺水

溺水者往往会因呼吸道遇水刺激发生痉挛、收缩而梗阻，或吸入水中异物、泥沙等引起阻塞造成窒息，出现脸部青紫肿胀、眼睛充血、口吐白沫、四肢冰凉等现象，必须急救。

【落水自救】

(1) 镇定第一。落水后应保持镇定。胡乱举手挣扎反使身体下沉、呛水而淹溺。

(2) 仰泳露具。可采取头向后仰、面部向上的仰泳法，使口鼻露出水面进行呼吸。

(3) 深吸浅呼。吸气要深，呼气要浅。

(4) 缓解“抽筋”。若肌肉痉挛(“抽筋”)，用手握住痉挛肢体的远端，反复做屈伸运动。

(5) 保存体力。会游泳者在落水自救的过程中，应注意防止“抽筋”，并保存体力。

【救助他人】

(1) 巧用绳竿。发现溺水者后，可充分利用现场器材，如绳、竿、木板、救生圈等救人。

(2) 背后托举。下水救人时，应绕到溺水者的背后或潜入水下，用手从其左腋下绕过胸部，然后握其右手，以仰泳姿势将其拖向岸边，也可以在其背后抓住腋窝拖带上岸。

(3) 防止抓抱。下水救人时，不要从正面接近，防止

被溺水者抓、抱。若被抱住，应放手自沉，溺水者便会放开。

(4) 谨慎下水。施救者若不熟水性或不了解现场水情，不应轻易下水，应呼救或报警。未成年人不宜下水救人。

【现场救急】

(1) 控水处理。使溺水者保持头低脚高姿，势倒出呼吸道内的积水，以解除呼吸道阻塞。若溺水者口鼻中有泥沙等污物，应迅速清除。

控水方法：施救者一腿跪地，另一腿屈膝，使溺水者俯卧，将其腹部放在施救者的膝盖上，使其头部下垂，然后按压溺水者的背部，促其吐出腹、肺中的水。这一过程应尽快完成。

(2) 心肺复苏。控水处理后，使溺水者仰卧，立即实施心肺复苏术。若积水、污物未造成呼吸道梗阻，应直接实施心肺复苏术。

心肺复苏应争分夺秒，不要等心跳、呼吸全停了才进行。

(3) 持续施救。溺水者呼吸、心跳在短期恢复后有可能再次停止。心肺复苏应持续进行，直至专业救护人员到来。

(4) 侧卧保暖。去掉溺水者的湿衣，用于净的衣物为其保暖，并采取侧卧位，或将溺水者的头偏到一侧，以利于呕吐物的引流，防止舌根后坠，阻塞气道。

2、触电

电击可引起组织烧伤、心室停持以及中枢神经损害、呼吸麻痹等。触电后，电流在人体通过时间越长，后果越严重。

预防 / 预警

(1) 断电源。发现有人触电后，立即关闭开关、切断电源。

(2) 速绝缘。若无法切断电源，可用于干燥木棒、皮带等绝缘物品挑开与人接触的电线，或用木棒将人推开，还可用绳子套住触电人将其拉开，使其脱离电源。抢救者万不可直接接触摸触电者。

(3) 宽衣带。将触电者转移到干燥通风的平地，使其仰卧，松开触电者的紧身衣服、裤带等。

(4) 清口腔。检查触电者的口腔，清理口腔黏液。若有假牙，应取下。

(5) “复苏”快。若触电者呼吸、心跳不规则或已停止，应立即实施心肺复苏术。抢救应持续；不可中断。

(6) 包伤口。若有电烧伤伤口，应进行包扎。

(7) 速就医。触电引起的局部烧伤、心律紊乱、休克等即使得到初步救治，仍有必要送医院进一步检查治疗。

3、电梯困（伤）人

电梯是高层建筑中重要的运载工具，一旦出现困人、起火、停运、坠落等故障，易造成人员恐慌，甚至危及人身安全。

预防 / 预警

(1) 出现异常，即刻警觉。乘坐电梯时，若电梯运行速度不正常、有异响等，应即刻警觉并及时报修。

(2) 紧急情况，禁用电梯。发生火灾、地震、电梯进水等紧急情况时，应选择消防通道或楼梯逃生，严禁使用电梯。

应急要点

(1) 速度异常，弯腿前倾。当电梯运行速度不正常时，应两腿微微弯曲，上身向前微倾，以应对可能受到的冲击。

(2) 电梯突停，不强扒门。电梯突然停运，受困人员不要强行扒门出梯，以防电梯突然开动，危及人身安全。

(3) 电梯进水，开到顶层。运行中的电梯发生进水时，应将电梯开到顶层，并通知维修人员。

(4) 乘梯起火，就近停靠。乘电梯时发生火灾，应立即在就近楼层停靠，并迅速利用消防通道逃生。

(5) 被困电梯，及时呼救。被困电梯内，应保持镇定，用电梯内的警铃、对讲机或手机呼救。

(6) 无人回应，镇定第一。若无人回应，应保持镇定，可间歇性地呼叫或用手、鞋子拍打电梯门。要注意保持体力，等待营救。

(7) 电梯下坠，立即下蹲。发生电梯失控、快速坠落，应采用下蹲动作，以减轻对人体的伤害。

温馨提示

小孩勿闹，老弱应陪。教育小孩不要在电梯内玩耍，老弱病残孕乘电梯应有人陪伴。

4、烧（烫）伤

受伤面积不超过 9%的为轻度烧（烫）伤，10%以上的为中重度烧（烫）伤（儿童 5%以上），严重时可能危及伤者生命。

应急要点

（1）脱离热源。应迅速脱离热源现场，立即脱去燃烧、灼烫的衣服。无法脱去时，应用冷水浇灭或用棉被捂灭。若衣服粘在皮肤上，不要强行撕脱，可用剪刀剪开。

（2）冷却伤处。烧（烫）伤部位紧急用冷水浸泡或冲洗 30 分钟，可防止烧（烫）伤面积扩大和损伤加重。

（3）吸附冲洗。若被化学品烧伤，先用消毒的纱布、棉签或于净的毛巾等吸附，清除残留后，再用流动冷水冲洗 30 分钟。注意不要沾染其他部位。

（4）慎涂药膏。冷却处理后，轻度烧伤可在局部涂烧伤膏等，但不能涂抹酱油、食用油或其他性质不明的药膏。中、重度烧伤，不可刺穿水泡，不涂任何油剂、药物。

（5）包扎伤口。就医前，可在伤创面上覆盖消毒纱布后再包扎，以防伤口感染。

（6）及时就医。

5、切割伤

一旦皮肤损伤，细菌等微生物会进入人体，引起感染。所以，对切割伤早期的正确处理非常重要。

应急要点

(1) 止血。若伤口出血，应立即诊断，及时止血。

(2) 清创。创伤较小，应挤出伤口内少量血液，不要触摸伤口。伤口污染较重，应用纱布拭去污染物，伤口内异物不要轻易取出。

(3) 消毒。伤口较小者，应用 75% 的酒精擦拭伤口周围消毒。

(4) 冲洗。伤口污染严重者，应用 0.9% 浓度生理盐水冲洗伤口，但不要一般水冲洗，也不用消毒剂，不要乱上药。

(5) 包扎。用无菌或干净纱布、手绢、毛巾、绷带等包扎伤口，注意包扎的方法，应使伤口闭合、止血。

(6) 制动。伤口较大、较深可能损伤深部神经、血管、肌腿等器官时，应注意控制肢体活动。

(7) 就医。除较小、较浅的切割伤，其他均需在 6-8 小时内就医，以避免感染。若是生锈铁器或沾染泥灰的利器造成的切割伤，应由医生决定是否注射破伤风针。

6、呼吸道梗阻（吸入异物）

多种食物或异物可引起儿童呼吸道梗阻，常见的有玩具、糖果、果冻、花生术、塑料笔褶、眼药瓶盖、螺丝母、小钉子等，严重的可导致儿童伤残或死亡。

【正确判断】

(1) 声行异常。婴幼儿、儿童突然发生剧烈咳嗽、喘鸣，或声音嘶哑，甚至窒息；较大的儿童还会做出特殊姿势，

如用拇指和其他手指抓住自己的颈部等。

(2) 部分阻塞。若患儿能咳嗽，并伴有喘息声，表明气道仅部分阻塞，还能继续进行气体交换，不要去干扰他试图咳出阻塞的行为，应密切观察。

(3) 完全阻塞。若患儿吸气时伴有高音调的嘈杂声，呼吸困难逐渐加重，口唇、指甲、皮肤紫钳，表明气道完全阻塞，应立即施救。

应急要点

【婴儿清醒时】

(1) 托儿。抢救者用前臂支在自己的大腿上，让婴儿脸朝下骑跨于前臂，使其头低于躯干，然后一手牢牢握住婴儿下颈，以支持其头颈部。

(2) 拍背。用另一手的掌部用力拍击婴儿后背4次，帮助松动其气道内的阻塞物。

(3) 击胸。然后，将婴儿翻转，托住其背部，用两手指猛击婴儿两乳头连线与胸骨正中线交界处下一横指处4次，驱使肺内空气向上进入气道，以排出异物。

(4) 反复。如此迅速交换婴儿体位，反复拍击其背部及胸部，直至异物排出；若无明显效果，急送医院。

【婴儿昏迷时】

(1) 人工呼吸。施行2次口对口（鼻）人工呼吸，若婴儿胸廓上抬，说明气道顺畅；若婴儿胸廓不上抬，则表明气道阻塞，需再次施以人工呼吸，直至婴儿气道顺畅。

(2) 拍背击胸。轮换着拍击婴儿背部和胸部，连续数次（方法见上文）。如抢救者手太小或婴儿太大，则可使婴

儿躺在抢救者的大腿上拍背击胸。

(3) 张口取物。拍背击胸数次后，使婴儿脸朝上，施救者将自己的大拇指放进婴儿口内舌部上面，使其口腔张开，观察口内有无异物。必须在能见到异物时才能试图将其取出。

(4) 反复进行。若婴儿症状未见缓解，应反复拍背击胸，直至医务人员到来。

【儿童（1-8岁）清醒时】

(1) 拳侧顶腹。施救者站在患儿背后，用一只手臂绕其腰部，握拳；另一手握住该手手腕，将握拳手的拳侧顶在患儿腹部正中线脐稍上方。

(2) 冲击腹部。位置确定后，快速向内、向上冲击腹部5次。每次冲击必须确切，以解除梗阻。

【儿童昏迷时】

(1) 人工呼吸。对昏迷儿童，先实施口对口人工呼吸。腹部冲击。经人工呼吸施救后，患儿气道开放，然后再施以5次脱下腹部冲击。

温馨提示

成人梗阻，也可互救。成人呼吸道梗阻可参照1-8岁儿童的急救方法。

7、烟花爆竹炸伤

应选择合法的销售网点购买烟花爆竹，一次购买数量不宜过多；乘坐车船、飞机等公共交通工具时严禁携带。燃放

时，不得向人群、车辆与建筑物等抛掷；点燃后应立即返回到安全位置；儿童燃放时应有成人看护、指导。

应急要点

【眼炸伤】

(1) 覆盖伤眼。立即用清洁敷料如医用纱布或其他于净、柔软的毛巾、布料等覆盖伤眼，立即就医。

(2) 伤眼勿揉。眼炸伤后，不要用手揉。

【手炸伤】

(参见本手册“意外伤害应对烧（烫）伤”部分，并注意包扎。)

8、毒蛇咬伤

应急要点

(1) 勿奔跑。应保持镇静，制动伤肢；不要惊慌奔跑，以免加速毒素扩散。

(2) 要“结扎”。用手帕或绳、带在伤口近心端3厘米处结扎，可防毒素扩散。结扎后，每半小时要放松1-2分钟。

(3) 放冰袋。在伤口周围放冰袋，可以降低毒素吸收的速度，同时降低毒素内酶的活力。

(4) 排毒液。可用1:5000高锰酸钾液或3%过氧化氢液冲洗伤口；也可用吸乳器或拔火罐吸出毒液。

(5) 服蛇药。常用中成药“季德胜”蛇药、半边莲等都是治疗毒蛇咬伤的良药。俗话说：“家有半边莲，可以伴蛇眠。”

(6) 速就医。

9、宠物咬(抓)伤

家养宠物日益普遍,常有人被猫、狗等动物咬伤、抓伤,要警惕由此导致的狂犬病、猫抓热等疾病。狂犬病为我国法定乙类传染病。狗为主要传染源,其他感染该病的温血动物如猫、狼、鼠、猪、蝙蝠、狐等也可传播。人被病兽咬伤后,潜伏期无任何症状,多数病例在30天后甚至4-6个月后才发病。一旦发病,病情进展迅速(多数3-5天,很少超过10天),病死率100%。

被猫抓伤后引起的疾病被称作猫抓病或猫抓热,潜伏期30天左右,主要表现为伤口难以愈合、肉芽肿,以及轻度全身症状如:头痛低热、全身不适、局部或接近伤口的向心性淋巴结显著肿大等,病程迁延。

应急要点

【狂犬病】

(1) 挤排冲洗。被犬等咬后立即向伤口方向挤捏,排出带毒液的污血,或用负压吸毒火罐拔毒,但绝不能用嘴去吸伤口处的污血,也不可加压止血,除非血流不止。

(2) 伤口消毒。没有条件的,可用大量凉开水、盐开水或清水反复冲洗。有条件的,可按以下顺序进行消毒处理:先用20%肥皂水反复冲洗。再用大量凉开水或盐开水反复冲洗,然后用75%酒精局部消毒,最后用2.5%-5%碘酒或0.1%新洁尔灭消毒。

现场处理后，尽快到医院就医。

(3) 不包伤口。局部伤口原则上不缝合、不包扎、不涂软膏、不用粉剂，以利伤口排毒，如伤及头面部，或伤口大且深，伤及大血管需要缝合包扎时，应以不妨碍引流、保证充分冲洗和消毒为前提。

(4) 接种疫苗。抗狂犬病毒血清是速效作用，力争在伤后 24 小时内使用；狂犬病疫苗是慢性作用，但作用持久。狂犬病疫苗应急接种也是越早越好，应注射在三角肌最发达的部位。

伤口较深要用破伤风抗毒素；伤口深、大，污染明显，要用抗生素，并且要足量使用、早期使用。

(5) 隔离患者。将患者严格隔离于较安静、光线较暗的单人病房，避免不必要的刺激。

(6) 严格消毒。患者的分泌物、排泄物要严格消毒处理。日光、紫外线、通风、干燥可使狂犬病毒失去感染力；高锰酸钾、3%以上浓度碘酒、1%福尔马林、70%酒精、加温到 60℃达 15 分钟或加温到 100℃达 2 分钟，可使狂犬病毒完全死亡。

【猫爪热】

(1) 清洗消毒。被猫抓伤后，应尽快清洗消毒损伤皮肤。具体方法：在凉开水内加些食盐，反复冲洗伤口数次，再用 2%碘酒消毒。

(2) 口服药物。伤口较深、较大，应口服抗菌药物，如头孢菌素、红霉素等，以预防猫抓病。

(3) 及时就医。抓伤后 1 个月左右若出现发热、伤口

局部向心性部位出现淋巴结肿大等症状，应及时就医。

（4）注射疫苗。虽然是被猫抓伤，但其爪子可能与狗类有过接触，所以建议 24 小时内注射狂犬病疫苗。

温馨提示

（1）接种疫苗，减少危险。小猫、小狗等动物出生 3 个月后，应按规定的注射程序进行免疫。接种狂犬病疫苗 2 针以上才有保护作用。狂犬病的高危人群（如兽医、动物管理人员等）应注射狂犬病疫苗。

（2）病畜肉奶，不能食用。确认患狂犬病的动物，该动物的肉不能吃，应当焚烧或深埋。疯动物和被其咬伤的家畜的奶，处理原则与肉相同。

（3）人际传播，也要提防。人与人之间一般接触不传染狂犬病，但被狂犬病患者咬伤，或移植其器官、组织，有极高的危险性。

（4）“健康”猫狗也应当心。被貌似健康的猫、狗咬伤，也不能大意。资料显示，健康狗携带狂犬病毒一的几率是 15.2%，尤其以小狗居多。

四、急救常识

1、现场救护“黄金时刻”

患者受伤或发病的最初几分钟或十几分钟，是实施抢救的重要时刻，医学上称之为“救命黄金时刻”。过去，人们将抢救危重急症、意外伤害患者的希望完全寄托在医生身上，对现场救护的重要性缺乏认识，往往使处于生死之际的患者丧失了最为宝贵的抢救机会。

在事发现场，“第一目击者”对患者正确的救护，能为医院救治创造条件，最大限度地挽救患者的生命，减轻伤残。

【现场评估】

(1) 评估事态。包括现场安全、事故原因、受伤人数等。尤其要注意自身、伤病人及旁观者是否身处险境，伤病人是否存在生命危险等。同时判断现场可以利用的资源、需要何种支援及可能采取的救护行动等。

(2) 保障安全。在进行现场救护时，应首先确保自身的安全。若对触电者现场救护，必须先切断电源后再施救。

必要时，应使用个人防护用品，如使用呼吸面罩、呼吸膜等实施人工呼吸，或戴上医用手套、眼罩、口罩等，阻止病原体进入身体。

【判断病情】

(1) 判断意识。首先应判断患者神志是否清醒。呼唤、轻拍、推动患者，患者会睁眼或有肢体运动等反应，表明其有意识；若无反应，则表明其意识丧失，病情危重。患者突

然倒地，然后呼之不应，情况多较为严重。

(2) 畅通气道。气道畅通是保证呼吸的必要条件。若患者有反应但不能说话、不能咳嗽，不能从其口鼻听到呼吸音 5-10 秒，气道可能梗阻，须立即检查、清除梗阻物。

(3) 检查呼吸。正常成人静息状态下每分钟呼吸 16-18 次，危重病人呼吸会变得很快、很慢或不规则，呈叹息状。若患者呼吸停止或不规则，应立即实施人工呼吸。

(4) 检查心跳。正常成人心跳每分钟 60-100 次，儿童每分 110-120 次。呼吸停止，心跳随之停止。检查心跳，可手触病人颈部的颈动脉(喉结旁 2 厘米处)，触摸 5-10 秒钟。

当某些心脏疾病如急性心肌梗死、心律失常等发作时，以及严重的创伤、大出血等伤情危及生命时，心跳或加快，每分钟超过 100 次；或减慢，每分钟 40-50 次或以下；或不规则，忽快忽慢，忽强忽弱，均为心脏呼救的信号，应引起重视。

(5) 察看皮肤。迅速对患者皮肤的温度、颜色进行检查。通常危重病人会面色苍白或青紫，口唇或指甲发绀，皮肤发冷等。

(6) 察看瞳孔。当患者头部受伤、脑出血、严重药物中毒时，瞳孔会缩小为针尖大小，或扩大到黑眼球边缘，对光线不起反应或反应迟钝，甚至双眼瞳孔一大一小。瞳孔的变化可显示脑病变的严重性。

(7) 察看外伤。对患者的头部、颈部、胸部、腹部、盆腔和脊椎、四肢进行检查，看有无开放性损伤、骨折畸形、活动性出血、触痛等。如有出血，立即止血。

2、急救与呼救

面对危、重、急症患者，是“先打电话”，还是紧急救护后“快打电话”？

在患者心脏骤停的情况下，应抓住“救命黄金时刻”，先进行1-2分钟的基础心肺复苏，若身边有手机或附近有电话，再“快打急救电话”。大量资料表明，任何年龄的外伤或药物过量或呼吸暂停患者，都会受益于通知医疗急救机构前接受的1分钟的心肺复苏。若多人在现场，应视情况分工合作，在实施救护的同时，立即通知医疗急救机构。

3、心肺复苏术

由各种原因所致的呼吸停止、心脏停搏，或呼吸、心跳极度不规则，均可使病人濒临死亡。一旦发现病人心跳、呼吸停止，应立即就地实施心肺复苏术（人工呼吸和胸外心脏按压），争分夺秒进行抢救。

心肺复苏术最好由两人交替进行，一人实施难以坚持较长时间，且劳累后动作不准，影响效果。

【人工呼吸】

（1）仰卧平放。将患者平放，使其仰卧，头部后仰，头、颈躯于平直，双手放于躯于两侧。

（2）仰头抬额。抢救者左手置于患者前额，使其头部后仰，右手食指与中指置于下颌骨近下颏或颌角处，抬起下颏，打开患者呼吸通道。

(3) 捏鼻开口。用左手掌的根部压住患者的前额，并用左手的拇指与食指捏紧患者鼻孔。用右手掀住患者下巴向下、向后，使其口腔张开。

(4) 包唇吹气。用自己的口紧包住患者张开的嘴，先缓缓吹两口气，以扩张患者肺脏，检验开放气道的效果，每次持续1秒钟以上。(若气道畅通，以后吹气时不必再进行)。然后侧头深吸一口气，再紧包患者口唇，用力吹气(要求快而深)，直至患者胸部上抬。每次吹气量不宜过大。

(5) 离口松员。每次呼气的同时，观察患者的胸部有无相应起伏。吹气完毕，立即脱离患者口部，并抬起自己的头，观察患者胸部，同时放松捏鼻的手，以便患者从鼻孔呼气。

(6) 侧头吸气。侧头深吸新鲜空气，以便做下一次人工呼吸。

【胸外心脏按压】

(1) 平放，露胸膛。将患者平放后，救助者跪在患者身体右侧，解开其上衣，露出前胸。

(2) 定位，交界处。按压部位为两乳头水平连线与胸骨交界处(胸骨中、下三分之一处)。

(3) 手法，掌根压。将一手掌根部放在按压部位，另一手掌根部置于前一手背上，两手手指交叉抬起，使手指脱离胸壁观。

(4) 压姿，双臂直。上半身略向前倾，双肩位于双手的正上方，双臂垂直压在病人的胸骨上，借助自身上半身的体重和肩臂部的力量向下按压，按压时不要左右摆动。

(5) 下压，5 厘米。将胸骨下压 4-5 厘米。按后放松臂力，但手掌不能离开胸骨，应紧贴在胸壁上。

(6) 每分，100 次。按压频率为 100 次/分钟。

(7) 挤吹，“30:2”。无论单人抢救还是双人抢救，均按压胸部 30 次后吹气两口，即“30:2”。吹气时暂停胸外按压。

(8) 中途，不能停。心脏按压应持续进行，中途不能停止，直到医护人员到达。但为避免疲劳，每 2 分钟更换按压者，每次更换尽量在 5 秒钟内完成。

五、报警常识

报警、求救免费打，无币、欠费也不怕。任何电话拨打110、119、120、122等报警、求救电话，均免收电话费；任何投币、磁卡电话，在没投币和无磁卡的情况下，都可直接拨打；手机在欠费状态下也可拨打。

1、110 报警电话

发生危及公共安全与个人人身、财产安全的突发事件时，及时报警是每个社会成员应尽的义务。

有危难就打110。公安机关110、119、122报警服务电话已实行“三台合一”，发现治安、刑事案件，发生火灾、交通事故，以及水、电、气、热等公共设施出现危及人身、财产安全的重大险情时，都可拨打110；发现有人溺水、坠楼、自杀、走失以及个人处于危险状态时，也可拨打110。

“110”与各职能部门已建立联动机制，对各种险情都能提供救助。

报警常识

(1) 及时报警。发生险情，应立即报警。若情况危急，无法立即报警，应在脱险后迅速报警。

(2) 保护现场。报警后，注意保护现场，以利于警方收集线索。

(3) 地点讲清。应讲清险情发生的时间、地点。若地形、地貌复杂，应告知周围标识比较明显的建筑物、公交车

站、单位名称、门牌号或明显的地貌特征等。

(4) 说明险情。应简要说明出险的原因，以及需要提供何种帮助。

(5) 留下姓名。报警人应留下自己的姓名、联系方式等。

(6) 迎候指引。了解救援人员到达的大致时间，提前到附近标识比较明显的地点，如路口或巷口，等候并指引救援人员。

温馨提示

小事不扰警，扰警有处罚。自己可以解决的问题，不要随意拨打110。乱拨打110，干扰“110”的正常工作，将会受到处罚。

2、119 火警电话

发现火灾，尽快拨打119。除火灾外，“119”还参加其他事故灾害的抢险救援工作，如地震、洪灾、空难、建筑物倒塌、危险化学品泄漏，以及群众在生活中遭遇的其他险情。

报警常识

(1) 及时报警。

(2) 地点讲清。

(3) 说明火因。拨打119火警电话时，应特别说明起火原因，如电路起火、煤气起火、汽油起火，或其他原因引起的火灾，以利于消防人员携带相应的灭火装备与物资。

(4) 留下姓名。

(5) 迎候指引。

3、120 医疗急救电话

120 是医疗急救求助电话，当身边有人突发疾病或受到意外伤害时，应及时拨。

报警常识

(1) 及时报警。

(2) 地点讲清。

(3) 说清病情。应说明患者的年龄、性别、患病时间和典型症状，如胸痛、意识不清、呕血、呕吐不止、呼吸困难等。若是意外伤害，应说明受伤原因，如触电、溺水、火灾、中毒等，并讲清伤者的伤势。

(4) 留下姓名。

(5) 迎候指引。

温馨提示

等待同时，积极施救。灾难事故发生后，应在确保不造成进一步伤害的情况下，采取有效措施对伤者进行急救，直至医务人员到来。

4、122 交通事故报警电话

发生交通事故或交通纠纷时，情节轻微，可友好协商解决；若需报警，可拨打 122 或 110 报警电话。

报警常识

(1) 及时报警。

(2) 地点讲清。

(3) 说明险情。应简要报告事故原因与人员、车辆损伤情况。

(4) 留下姓名。

(5) 保护现场。交通事故发生后，肇事者及周围群众应尽可能保护现场原貌，以利于事故处理时民警收集物证，判断事故性质；同时注意尽可能不妨碍交通秩序。因妨碍交通不得不变动现场的，先标明事故现场位置，或用手机、相机拍下事故现场位置，再将车辆移至不妨碍交通的地点。

(6) 警示标志。发生交通事故，应在车辆周围放置警示标志，以免造成二次事故。

(7) 记下车牌。若肇事车辆逃逸，应记下该车的车牌号、车型、颜色等主要特征。

温馨提示

救护伤者。交通事故造成人员受伤时，应及时救护伤者，并立即拨打 120 医疗急救电话。

5、其他求救方法

(1) 短信求救。不通过电话以通话方式报警时，可通过手机短信的方式报警求助。

(2) 网上报警。我省在各地重点网站设置有“报警岗亭”栏目，在重点论坛建有“虚拟警察”栏目，可通过这些栏目在网上报警求助。

(3) 声响求救。可通过喊叫，吹哨子，敲击盆、桶或其他物品的方式发出求救信号。喊叫时应注意停顿、休息，以保存体力。

(4) 光线求救。可用灯光、手电筒照射发出光亮，或用镜子反射灯光、阳光等方法发出光亮。3次一组，停顿片刻，再重复进行。

(5) 抛物求救。在高处遇到危险时，可向下抛掷枕头、书本、空塑料瓶等，以引起他人注意。但不宜抛掷笨重物品及玻璃制品等，以免伤人。

(6) 烟火求救。在野外遇到危险时，白天可燃烧树枝、树叶、动物粪便等发出烟雾；晚上可燃烧干柴等发出明亮的火光，向外界发出求救信号。轮胎、弹簧垫、橡胶封盖、动物脂肪、油、泥炭等都可作替代燃料。在野外用烟火求救时，一定要采取切实措施，防止引发火灾。

(7) 摆字求救。用石块、树枝、衣物、帐篷等物品，在空地上摆出“SOS”或其他求救字样，字号要尽可能大一些。字号长度超过6米，更便于空中搜救人员识别。

(8) 旗语求救。将旗子或亮艳的布料系在木棒上，持棒做“横8”字形运动，左侧长划，右侧短划。

(9) 电码求救。摩尔斯电码的SOS求救信号，是国际通用的紧急求救方式，用“三短，三长，三短”信号表示，长信号的时长是短信号的三倍。每发送一组信号，停顿片刻后再发下一组。可利用光线发出求救信号，如开关手电筒、室内照明灯、应急灯、汽车灯、矿灯或遮挡煤油灯等也可利用声音发出求救信号，如吹哨子、按汽车喇叭以及敲击等。

温馨提示

三次一组，不断重复，意在求救。几乎任何反复三次的行为都意味着寻求援助。如点燃三堆火，制造三股浓烟，发出三声口哨或三声枪响，发送三组声音或者灯光信号等。应以三次为一组，传递求救信号，每组间隔1分钟，不断重复。

六、家庭应急计划与应急物品储备

（一）制定家庭应急计划

- 1、了解住所周围疏散线路。
- 2、熟悉水、电、气总阀的位置和关闭程序。
- 3、紧急情况下，优先考虑老弱病孕等人的特殊需求。
- 4、妥善存放保单、房契、财产清单、存折等重要单据。
- 5、了解应对各种灾害事件的基本常识和急救常识。
- 6、家庭成员都要备一张信息联络卡。记录好本人姓名、住址、家庭其他成员电话、血型、既往病史等信息。

（二）核对家庭安全事项

- 1、储存家庭应急物品并准备家庭应急箱。
- 2、针对不同灾难和事件，确定家庭中的避难点或“安全房间”。
- 3、每半年给孩子们讲述一次安全知识，以免忘记。
- 4、让家人都知道电源总开关位置，确保紧急情况下会切断总电源。
- 5、家中勿堆积易燃物品。
- 6、灯具须悬挂安全，并远离窗帘、衣物等易燃物品。
- 7、检查家中电线有无老化、裸露等现象。
- 8、紧急联络人、消防队、派出所电话贴在明显处。
- 9、勿将盛水的花瓶、水杯等放在家用电器上。

10、排查家中其他的安全盲点。家庭中通常存在许多安全盲点，请逐一核对你是否都注意到了。

(三) 准备家庭应急储备箱

每个家庭都应储备一些必需的应急物品以备不测之灾。通常可按下列清单储备应急箱内的用品：

- 1、食品和水：至少供每人用 3 天。
- 2、应急工具：灭火器、逃生绳、防烟面具、哨子、手电筒等。
- 3、卫生物品及衣物。
- 4、医药包：家中或车内常备一个医药包，并保证家中成员清楚它的位置和使用方法。
- 5、特殊物品：包括婴儿或病人的特殊用品，遗嘱、保险单、合同，身份证复印件，社保卡。

根据突发公共事件的发生过程、性质和机理，突发公共事件主要分为以下四类：

一、自然灾害。主要包括水旱灾害，气象灾害，地震灾害，地质灾害，海洋灾害，生物灾害和森林草原火灾等。

二、事故灾难。主要包括工矿商贸等企业的各类安全事故，交通运输事故，公共设施和设备事故，环境污染和生态破坏事件等。

三、公共卫生事件。主要包括传染病疫情，群体性不明原因疾病，食品安全和职业危害，动物疫情，以及其他严重影响公众健康和生命安全的事件。

四、社会安全事件。主要包括恐怖袭击事件，经济安全事件和涉外突发事件等。

我国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成的损失重。在全球气候变化和我国经济社会快速发展的背景下，近年来，我国自然灾害损失不断增加，重大自然灾害乃至巨灾时有发生，我国面临的自然灾害形势严峻复杂，灾害风险进一步加剧，灾害防控应对不容忽视。为进一步提高我市居民应对突发事件能力，市减灾办编制了《潜江市防范应对一般突发事件和极端恶劣天气工作指南》，确保极端天气等各类灾害事故发生时，居民能有效防范应对，最大限度减少人员伤亡和财产损失。

由于编制时间有限，此次《潜江市防范应对一般突发事件和极端恶劣天气工作指南》只着重介绍了一般突发事件和自然灾害极端天气等突发事件防范应对，内容如有纰漏和差错，敬请批评指正。