


面对灾害，我们怎么做



面对自然灾害个人应该做些什么？

我国劳动人民在长期与灾害作斗争的过程中，积累了丰富的经验，解放后提出的“预防为主，防抗结合”的方针，就是对这些经验纲领性的总结。为了减轻自然灾害的侵袭，全国每一个成员都必需为之做出贡献。人人奉献，众志成城，既保小我，又有利大我的社会公德。面对自然灾害，每一个人都应尽量按以下 10 个字去做：

- 1、学：学习有关各种灾害知识和减灾知识。
- 2、听：经常注意收听国家或地方政府和主管灾害部门发布的灾害信息，不听信谣传。
- 3、备：根据面临灾害的发展，做好个人、家庭的各种行动准备，保护灾害监测、防护设施。
- 4、察：注意观察研究周围的自然变异现象，有条件的也可以进行某些测试研究。
- 5、报：一旦发现某种异常现象，不必惊恐，但要尽快向有关部门报告，请专业部门判断。
- 6、抗：灾害一旦发生，首先应该发扬大无畏精神，召唤群众自卫。
- 7、避：灾前作好个人和家庭躲避，抗御灾害的行动安排，选好避灾的安全地方，一旦灾害发生，个人并组织大家进行避灾。
- 8、断：在救灾行动中，首先要切断可能导致次生灾害的电、火、煤气等灾源。
- 9、救：要学习一定的医疗救护知识，准备一些必备药品，以便在灾害期间医疗系统不能正常工作的情况下，及时自救和救治他人。
- 10、保：为减少个人、家庭、企事业单位的经济损失，除了个人和单位保护以外，还要充分利用保险公司的防灾、防风险保险。

常见几种情况的自救方法：

- 1、烫伤后，应在第一时间用冰矿泉水或清水冲伤口 10 分钟以上。如烫伤较轻无伤口，可用獾油、烫伤药膏或牙膏涂在患处。如伤口严重，不可使用烫伤药膏或油剂，不可刺穿水疱。
- 2、眼睛被化学物品灼伤后，应把整个面部泡在清水里，连续做睁眼和闭眼的动作。冲洗后，应及时到医院治疗。
- 3、地铁或城铁发生事故时，不要擅自扒门，以防触电。即使全部停电，列车上还有可维持 45 分钟至 1 小时的应急通风，不必担心缺氧问题。
- 4、人被宠物抓伤、咬伤后，首先要挤出污血，用肥皂水反复冲洗伤口至少 20 分钟，并涂擦 75% 的酒精，然后到狂犬病免疫预防门诊接种疫苗。
- 5、如果衣服着火，立即躺下并用手遮住脸部，身体不断滚动以扑灭火焰——遮住脸部可预防脸部被烧伤，制止热气和烟雾进入肺部。油锅起火，要迅速关上煤气，并将锅盖平推到锅上，或将大量生菜倒在火上灭火。
- 6、微波炉工作时，人应当离开炉体 1 米以上，防止微波辐射伤人。电器起火时，要先断电，再用湿棉被、湿衣服把火压灭。电视机、电脑起火时，要从侧面靠近灭火，以防显像管爆炸伤人。雷雨天气，太阳能热水器用户切忌洗澡。
- 7、发生地震时，如果在家中，应躲在面积较小的房间内，用衣服捂住口鼻防尘防烟并保持低姿。如果在外，切勿在立交桥等高大建筑物附近停留。
- 8、如果被通知上空有毒云或可疑云团，在室外要沿侧上风方向。
- 9、如遇到了火灾，首先保持 5 秒钟的镇静，尽快选择条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。在打开门、窗之前，必须先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散，当然，最好是能到达地面。

重视防灾减灾 关注生命健康

火灾

火灾起，怕烟熏。
鼻口捂住湿毛巾；
身上起火地上滚。
不乘电梯往下奔；
阳台滑下捆绳索。
低身逃生要谨遵。

洪水

洪水猛，高处行。
土房顶上待不成；
睡床桌子扎木筏。
大树能拴救命绳；
准备食物手电筒。
穿暖衣服渡险情。

暴雪

暴雪天，人慢跑。
背着风向别停脚；
身体冻僵无知觉。
千万不能用火烤；
冰雪搓洗血循环。
慢慢温暖才见好。

台风

台风来，听预报。
加固堤坝通水道；
煤气电路检修好。
临时建筑整牢靠；
船进港口深抛锚。
减少出行看信号。

雷击

阴雨天，生雷电。
避雨别在树下站；
铁塔线杆要离远。
打雷家中也防患；
关好门窗切电源。
避免雷火屋里窜。

地震

遇地震，先躲避。
桌子床下找空隙；
靠在墙角曲身体。
抓住机会逃出去；
远离所有建筑物。
余震蹲在开阔地。

疫情

对疫情，别麻痹。
预防传染做仔细；
发现患者即隔离。
通风消毒餐用具；
人受感染早就医。
公共场所要少去。

龙卷风

龙卷风，强风暴。
一旦袭来进地窖；
室内躲避离门窗。
电源水源全关掉；
室外趴在低洼地。
汽车里面不可靠。

泥石流

下暴雨，泥石流。
危险处地是下游；
逃离别顺沟底走。
横向快爬上山头；
野外宿营不选沟。
进山一定看气候。

防化

化学品，有危险。
遗弃物品不要捡；
预防烟火燃毒气。
报警说明出事点；
运输泄露别围观。
人在风头要离远。