

防汛避险知识

雷雨天气如何做好预防

1. 室内躲避
在家关好门窗,切断电源,并远离电源和金属物品等易导电物品。
2. 户外避险
在户外勿接触天线、水管、铁丝网等,远离电线等带电设备和其他类似金属装置;
不要在高层平台、空旷地停留;
不要站在大树下避雨,立即停止一切室外的水上活动;
如无避雷场所,应蹲下并低头,双脚并拢,双手抱膝,不要用手扶地。

台风天气如何安全自救

1. 居家避险
关紧门窗、紧固搭建物;
收回窗外易掉落物品,如衣物、花盆;
检查电路、炉火、煤气设施是否安全
垫高家具,将米、面、蔬菜等放在高处。
2. 户外避险
不要在临时建筑物、广告牌、铁塔、大树等附近避风避雨,万一倒塌会很危险;
避免驾车外出,若正在开车,应立即前往停车场或隐蔽处;
风雨骤停时不要放松警惕,可能是进入了台风眼,过一会儿会有间歇性降雨,风逐渐变小,天气变晴后,台风才彻底消失。

如遇洪水、滑坡、泥石流该如何避险?

1. 山洪避险
时刻观察水位情况,做好转移准备,按照预先设计路线撤离,如无撤退路线,应尽量选择往高地逃生;
不要沿着洪道方向逃跑,不要涉水过河;
如避难的地方难以自保,要充分利用门板、木窗、大块泡沫等漂浮材料逃生;
如被困,应及时与相关部门取得联系,报告方位,寻求紧急救援。

系,报告方位,寻求紧急救援。

2. 山体滑坡

- 向垂直于滚石前进方向或滑坡方向两侧逃离;
- 可以在结实的障碍物下躲避,保护好头部,不要在滑坡的上坡或下坡避险。

3. 泥石流

- 如在上游发现泥石流,应设法立即通知泥石流下游村庄、学校等;
- 不要在树上、低洼的谷底或陡峭的山坡下躲避,停留;
- 要往与泥石流垂直方向的两边的山坡上爬。

暴雨出行——步行注意事项

1. 避开漩涡

不要贸然涉水前行,警惕井盖、下水道等,避开路面涡旋区域。

2. 重心后置

独自前行时,应双臂前伸,重心后置在后脚上,用脚尖左右扫动探路,确认前方是平地,试探前行。

3. 结伴出行

多人同行时,可一人在前探路,另一人双手抓紧前者裤腰部位,前脚虚、后脚实地跟着前进。

4. 远离电力设备

避开落地广告牌、变压器、电线杆等电力设备,涉水途中如果感到脚下发麻,应立即止步并后退。

暴雨出行——行车注意事项

1. 检查车辆

出行前如遇暴雨,应先检查发动机盖和车门封闭情况,以及雨刷器、制动器状况,及时排除故障。

2. 控制车速

行车时要降低车速,保持车距,双手紧握

方向盘,同时打开车雾警示灯后方车辆。

3. 避开积水

选择排水能力较好的大路及环线公路主路,避开积水路段。路面积水不超过半个车轮,一般可正常通过。涉水行车需放慢车速,否则可能会进水熄火。

4. 熄火需撤离

车辆在涉水行驶过程中如熄火,应在水位还未完全上涨前快速撤离危险区域。请勿在车内停留等待救援,避免水位过高电动门窗自动锁死。若被困于车中,则需用逃生锤敲碎车窗逃生。

5. 高速公路避险

高速路遇积水,不可急刹刹车,应握紧方向盘,松开油门,让车辆自行通过积水区。如雨势过大,应从高速出口驶出高速,或在休息区停留,待雨势变小后再返回高速行驶。

城市内涝,如何避险自救?

1. 选择避难场所

选择高层建筑的平坦楼顶、学校、医院等距离较近、地势较高、交通较为方便、卫生条件好的地方躲避内涝。

2. 远离电力设备

户外遇暴雨应远离电力设施,避免设施漏电引发危险。家中如遇内涝积水,应及时切断电源、煤气阀。

3. 家中常备用品

- 手机、收音机,用于接收天气、洪涝预警信息;

- 哨子,用于求救;

- 手电,用于在夜晚撤离,也可用作求救信号;

- 救生衣和救生圈,防止溺水。

为何雨不大,也会内涝?

洪涝灾害不仅与降水量有关,还受地形地貌、植被覆盖程度、河道消纳能力、排水设

施承载力等方面影响。城市内涝主要与这些因素有关:

短时雨量较大,排水系统不发达,雨水无法及时排出。

排水口堵塞。大范围降雨后,落叶或垃圾被水流带到排水口造成堵塞,影响雨水正常排出,雨水积聚,造成内涝。

地面硬化。城市地表硬底面积大,雨水无法渗透到地下,容易造成内涝。

河湖面积变小等。

暴雨洪涝过后

消毒防病工作不能少!

1. 消毒防病篇
对被淹的房屋用漂白粉进行消毒,垃圾清理后的环境用漂白粉进行处理。
2. 保障饮食饮水安全
饮用烧开水的水或符合卫生标准的瓶装水、桶装水,保护好饮用水源附近的环境卫生。不吃洪水接触过的食物,保持餐具干净,饭前洗手。饮食后出现不适症状应及时就诊。
3. 注意个人卫生、防蚊虫
尽量不接触洪水,接触时必须做好个人防护,身上有伤者建议不要下水。使用蚊帐或含驱蚊酯等成分的驱蚊产品防止蚊虫叮咬,出现发热、呕吐腹泻等不适症状应及时就诊。
4. 做好污染物处理
做好排泄物、垃圾、动物遗体、污水等污染物的管理,避免它们接近、污染水源。

科普之窗

主办:绛县科学技术协会



洪涝灾害期间 居民家庭如何做好饮水和个人卫生

1

自觉保护生活饮用水水源和生活环境,在指定地点堆放生活垃圾,倾倒垃圾和大小便。



2

不喝生水,尽量喝烧开的水、瓶装水等。



3

不喝来源不明或被污染的水,不用来源不明或被污染的水漱口、洗菜等。自己取水必须经消毒处理后方可饮用。



4

缸、桶、盆等盛水器具要经常消毒。



5

家庭成员之间尽量不共用脸盆、毛巾等物品。



6

注意手卫生,用流动水和肥皂洗手,不要用手,尤其是脏手揉眼睛。



·健康你我他·

绛县疾控中心宣