

# 大地震来时 怎么避难最科学?

A

### 地震发生后,跑还是躲?

震时是跑还是躲,我国多数专家认为:震时就近躲避,震后迅速撤离到安全地方,是应急避震较好的办法。

“不管是新式的高层建筑,还是老的平房,地震避难的一个重要原则,就是就近科学避难。”南京市地震局的赵兵处长介绍说。比如说农村、县城里的一些低矮的平房,这种房子因为建筑年代很久,所以抗震性并不好。但是这种平房的顶大多比较轻,所以地震发生后,房顶并不容易倒。所以即便有人被埋,救援的难度也会相对较小。“而对于我们南京这些高层来说,它们都是有严格的抗震设防要求的,南京的抗震级别是5级地震。”赵兵说,也就意味着,假如南京发生了5级地震,这些高层建筑也许会晃动得比较厉害,但建筑本身并不会被破坏。

地震发生的时间都很短,大地震一般持续的时间只有十几秒,最多也就几十秒。在这么短的时间内如何让自己最大程度地减少伤害?

“我们建议市民,如果来不及跑,就不要乱跑。特别是震中地区,因为晃动得非常厉害,根本无法行走自如。”赵兵表示,地震来的时候,千万不能坐电梯逃生。如果从楼梯来不及撤离,就躲在卫生间或者狭小的房间里,把头部保护好,等平静后再等待救援。

B

### 防空层可以用来震后避难吗?

在很多高层建筑里,都有一层是专门的防空层,这一层平时并不使用。就拿记者所在的49层高的新华大厦来说,大楼的30层就是防空层。昨天,记者来到防空层一探究竟。走进防空层,里面空空如也,只有一些斜的“梁”支撑在地面和屋顶之间。如果地震发生后,这里可以用来避难吗?

“其实,防空层的主要意义还是对于消防。一旦出现火灾,这里的确很适合躲避。”赵兵告诉记者,但是地震发生后,如果你不能保证在十几秒到几十秒内来到防空层,那还是以“就近避难”为准。对于地震来说,争取时间把自己安置在相对安全的区域才是最重要的。

(扬晚)

切记

千万不要跳楼!  
不要站在窗外!  
不要到阳台上去!



4月20日8时02分,四川省雅安市芦山县发生7.0级地震。灾情牵动着亿万同胞的心,人们用不同的方式为雅安地震灾区人民祈福,哀悼地震遇难同胞。

新华社发

## 地震发生后如何寻找被压埋的人?



一是问 向了解情况的幸存者询问,了解什么人住在哪些建筑内,震时是否外出,有什么生活习惯等,从中寻找可靠的线索。

二是看 观察废墟叠压的情况,特别是住有人的部位是否有生存空间;也要观察废墟中有没有人爬动的痕迹或血迹。

三是听 倾听存活人员的动静。听的方法是:要卧地贴耳细听;利用夜间安静时听;一边敲打(或吹哨)一边听。有时你敲他也敲,内外就联系上了。

四是分析 分析倒塌建筑原来的结构、用处、材料、层次、倒塌状况,判断被压埋人员的生存情况。(综合)

## 如何科学挖掘被埋压人员?

1.没有起吊工具无法救出时,可以送流汁食物维持生命,并做好记号,等待援助,切不可蛮干。

(2.救人时,应先确定压埋者头部的位,用最快速度使头部充分暴露,并清除口、鼻腔内的灰土,保持呼吸通畅。然后再暴露胸腔腹腔,如有窒息,应立即进行人工呼吸。

3.要妥善加强压埋者上方的支撑,防止营救过程中上方重物新的塌落。

4.压埋者不能自行出来时,要仔细询问和观察,确定伤情;不要生拉硬扯,以防造成新的损伤。

5.对于脊椎损伤者,挖掘时要避免加重损伤。在转送搬运时,不能扶着走,不能用软担架,更不能一人抱胸、一人抬腿的方式。最好是三四个人扶托伤员的头、背、臀、腿,平放在硬担架或门板上,用布带固定后搬运。



6.遇到四肢骨折、关节损伤的压埋者,应就地取材,用木棍、树枝、硬纸板等实施夹板固定。固定时应显露伤肢末端以便观察血液循环情况。

7.搬运呼吸困难的伤员时,应采用俯卧位,并将头部转向一侧,以免引起窒息。(综合)

## 不要惊慌理性面对 把握12秒自救机会

地震心理学上有一个“12秒自救机会”,即地震发生后,若能镇定自如地在12秒内迅速躲避到安全处,就能给自己提供最后一次自救机会。

### 在室内如何逃生



应选择室内结实、能掩护身体的物体旁,易于形成三角空间的地方,开间小、有支撑的地方,室外开阔、安全的地方。

身体应采取伏而待定,蹲下或坐下,尽量蜷曲身体,降低身体重心的姿势。同时,抓住桌腿等牢固的物体。保护头颈、眼睛、掩住口鼻。

不要随便点灯火,因为空气中可能有因燃气管线破裂泄漏的易燃易爆气体。

### 在户外怎样逃生

就地选择开阔地逃生蹲下或趴,以免摔倒;不要乱跑,避开人多的地方;保护头部;不要随便返回室内。

避开高大建筑物或构筑物楼房,特别是有玻璃幕墙的建筑;过街桥、立交桥上下;高烟囱、水塔下。避开危险物、高耸或悬挂物变压器、电线杆、路灯等;广告牌、吊车等。避开其他危险场所狭窄的街道;危旧房屋,危墙;女儿墙、高门脸、雨篷下;砖瓦、木料等物的堆放处。(据《扬子晚报》)

## 如何正确应付 地震时的特殊危险?

### 一、燃气泄漏时

可用湿毛巾或湿衣服捂住住口、鼻、不可使用明火,不要开关电器,注意防止金属物体之间的撞击。

### 二、当遇到火灾时

趴在地上,用湿毛巾捂住口、鼻。地震停止后向安全地方转移,要匍匐、逆风而进。

### 三、当遇到有毒气体泄漏时

遇到化工厂着火,毒气泄漏,不要向顺风方向跑,要尽量绕到上风方向去,并尽量用湿毛巾捂住口、鼻。

### 四、应注意避开的危险场所

生产危险品的工厂;危险品、易燃、易爆品仓库等。(综合)

大别山中第一泉·茗阳汤泉

家庭优惠卡 358元

含豪华标间一间一晚,温泉票两张,双人早餐  
可免费携带一名1.2米以下儿童(含1.2米)

各区域销售电话

信阳、罗山	莫女士: 18697709717
新县、光山	杨先生: 18697709703
固始	陈女士: 18697709721
潢川、淮滨、息县	余女士: 15939746680
商城	张先生: 18697709719
市外	胡女士: 18697709701

茗阳汤泉国际旅游度假会议中心  
地址: 河南省信阳市商城县汤泉池 电话: 0376-7588229  
官网: http://www.mytqc.com 传真: 0376-7588008