



●核心提示

入夏之后，风大、雨多、气温起伏不稳定等天气因素增加，暴雨天气出现概率会提高，有可能突然出现超量降水。

暴雨容易引发洪水，导致建筑物、道路、车辆、桥梁及供电、通信、水利设施受淹或被冲毁，有时还会引起溃坝、山体滑坡、泥石流以及城市内涝等次生灾害。及时了解掌握暴雨洪涝防范措施，提高应急处置和自救能力，掌握减灾避灾自救知识，可以有效避免或减轻生命财产的损失。



防汛减灾科普指南

暴雨天气可能引发的灾害

一、山体滑坡

山体滑坡是指山体坡面发生的大规模滑坡或滑坡的集合体。在汛期，降雨量大，地下水位上升，山体容易发生松动，导致山体滑坡。山体滑坡给周边居民和交通带来了很大的危害。

二、泥石流

泥石流是指由于降雨等因素导致的山体泥石松动而形成的滑坡或泥石流现象。

三、洪水

洪水是指由于暴雨等原因导致的水体暴涨现象。在汛期，由于降雨量大，水体容易暴涨，从而引发洪水。洪水不仅对人们的生命造成威胁，还会对房屋、农田等基础设施造成破坏。

四、城市内涝

城市内涝是指由于强降水或连

续性降水超过城市排水能力致使城市内产生积水灾害的现象。引起城市内涝的原因是降雨强度大，范围集中。降雨特别急的地方可能形成积水，降雨强度比较大、时间比较长也有可能形成积水。

五、农业灾害

暴雨会淹没农田，使农作物长时间浸泡在水中，导致根系缺氧，影响农作物的正常生长和发育，甚至导致农作物死亡。此外，暴雨还可能冲刷土壤，破坏农田的肥力和结构，造成农业减产。

暴雨来袭防范指南

1.政府及有关部门适时启动应急预案，做好暴雨预防和应急准备工作；

2.切断危险的室外电源，暂停所有户外作业；

3.处于危险地带的学校可以停

课、单位可以停业，采取措施保护到校学生、幼儿和其他上班人员的安全；

4.转移危险地带人员和危房居民到安全场所避雨，转移低洼场物资，撤离井下作业人员；

5.做好城市、农田的排涝工作，防范暴雨可能引发的城市内涝和山洪、崩塌、滑坡、泥石流等灾害；

6.在强降雨路段和积水路段加

强交通管理，保障安全。驾驶人员注意路滑和塌方，确保行车安全。

如何防范山洪泥石流

一、泥石流的危害

泥石流常与山洪相伴，其来势凶猛，在很短时间里，大量泥石伴着洪水横冲直撞，冲出沟外，所到之处成为一片泥石海洋，掩埋房屋、庄稼、人畜等，摧毁各种设施，冲毁道路，堵塞河道，甚至淤埋村庄、城镇，给生命财产和经济建设带来极大危害。

二、如何判断是否发生了山洪泥石流

首先应及时了解掌握是否有暴雨的天气预报，在此前提下，还可以根据山洪泥石流的前兆来判断。

看：如果观察到河（沟）床中正常水流突然断流或洪水突然增大并

伴有较多的柴草树木，可确认河（沟）上游已形成山洪泥石流。

听：如果听到深谷或沟内传来类似火车轰鸣声或闷雷声，哪怕极其微弱，也可认定山洪泥石流正在形成。另外，沟谷深处有轰鸣声或轻微的振动声，也说明沟谷上游已发生山洪泥石流。

三、面对山洪泥石流如何自救

1.在山洪泥石流多发地区的居民要随时注意暴雨预警预报，选好躲避路线，留心周围环境，特别警惕远处传来的土石崩落、洪水咆哮等异常声响。积极做好防范山洪泥石流的准备。

2.在上游地区的人，如果发现了山洪泥石流征兆，应设法立即通知泥石流可能影响的下游村庄、学校、

厂矿等，以便及时躲避。

3.在山洪泥石流易发地区的居民，不要留恋财物。要听从指挥，迅速撤离危险区。

4.在沟谷内逗留或活动时，一旦遭遇大雨、暴雨，要迅速转移到安全的高地。不要在低洼的谷底或陡峻的山坡下躲避、停留。

5.发现山洪泥石流袭来时，千万不要顺沟方向往上游或下游跑，要向与山洪泥石流方向垂直的两边山坡上面爬，且不要停留在凹坡处。

6.千万不要在山洪泥石流中横渡。

7.在山洪泥石流发生前已经撤出危险区的人，千万不要返回收拾物品或锁门。

8.尽快与有关部门取得联系，报告自己的方位和险情，积极寻求救援。

如何防范城市内涝

内涝经常会在城市的低洼地带，如城区低洼地区、下凹式立交桥、地下轨道交通、地下商场与车库等地下空间。

一、遭遇内涝，如何避险？

防范预警
1.注意接收有关部门发布的暴雨和预警信息。

2.接到预警后，地势低洼的小区、商场、车库等提前做好防护措施，可用门板、沙袋等筑起挡水带。

3.暂停室外大型集会和高空、户外作业。

4.各单位要确保厂区电气设备、线路及防雷设施的安全运行。

5.危险化学品生产企业要加强敞开式和半露天式库房的防风措施。

6.在建工地要做好深基坑、塔吊等安全检查，落实应急排水、设备加固等防范措施。

转移避险

1.避难场所一般选择较近、地势较高、交通较为方便的地方，如：高层建筑的平坦楼顶，地势较高或有

牢固楼房的学校、医院等。

2.一旦室外积水漫入屋内，要及时切断屋内电源与气源，并赶紧逃生。

3.如果地铁站外积水涌入站内，不要惊慌，在工作人员的帮助下安全有序撤离。

4.地下商场要清晰标示紧急状态下人员转移的路线标识，一旦发现暴雨洪水倒灌到地下商场时，不要惊慌，按照标识转移至地面地势较高的地方。

5.尽量不要在有积水的道路上行走，注意路边防汛安全警示标志，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。

6.遇到大暴雨时，最好找遮蔽处避雨，且尽量往地势较高的地方避险，不要停留在涵洞、立交桥低洼区、地下通道等地势较低的地方。

7.尽量不要在有积水的道路上行走，注意路边防汛安全警示标志，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。

8.要避开广告牌，远离临时搭建设物、危旧墙体、路边的大树等，防止倒塌、高空坠物等危险。

三、暴雨来临驾车涉水如何避险

驾车出行遇积水路段，切忌冒险涉水，强制通行，应牢记“一看二探慢通过”原则。

看：涉水观察水面状况。水面有碎水花一般水很浅，可驾车通过；水面产生波浪表明水深已超过20厘米，切勿贸然涉水。

探：可利用长树枝、长柄伞等物体探测实际水深，再结合水深对比车辆作出判断。如水深超过轮胎的一半，水就有可能灌入发动机的进气口，此时不建议驾车涉水。

慢慢通过：涉水时要慢行，应用最低挡位匀速通过。建议涉水行驶时，全程车速不超过每小时10公里，中途尽量不要停车、不要换挡、也不要急转弯。

防室内霉变

卫生间、厨房场所用水后要及时除水，拖干地面水渍。家具、橱柜里使用木炭、竹炭或一些颗粒型除湿剂帮助吸附水分。保持厨房碗筷、案板、毛巾等干爽，可以用专门

暴雨天居家注意事项

1.暴雨期间尽量不要外出，注意及时通过广播、电视、手机或网络等渠道关注天气预报，掌握暴雨最新消息。

2.检查电路、炉火等设施，当低楼层住户有积水侵入室内时，立即切断所有电源，防止积水带电伤人，关闭各级燃气开关，避免燃气泄漏。

3.低楼层的人员应立即做好转移的准备。如果水暂时没有漫

进单元，可以利用这个时间，做人员转移的准备，整理需要携带转移的物品。

4.提前准备好老人、儿童和病弱人士使用的必要用品，老弱病人等需提前进行转移。如果可能，申请借住到高楼层的邻居家中。如果不便，可以暂时在高楼层过道、楼梯上进行安置。

5.在家中准备一些食物，如饼

干、方便面等。如果家中有游泳圈、充气艇、哨子、手电等物品，可带在身边。可随身携带水果刀、打火机、创可贴、外用消毒药物、抗生素以及家人日常使用的药物等。如果有救助用的绳索之类的，也一并带好。

6.在社区的组织下，可以组织起一个善于使用工具的团队，制作一些加固或者防水设施。

发生暴雨洪涝后的健康防护

消毒柜消毒或热水煮沸消毒，一旦天气转晴应该将所有物品置于阳光下暴晒。

防雨水浸泡
身体部位出现皮炎

如果双腿长期浸泡在积水中，浸泡部位可能会发白、肿胀，严重时也可能造成感染和溃疡。如果涉水了，回家后要及时用清洁的水及

肥皂清洗过水部位并擦干，在趾间等皱褶部位撒上爽身粉保持清洁干燥。

雨天外出建议穿雨靴。应每天换袜子，常刷鞋。

不管什么情况，如果脚部出现瘙痒、红斑等症状要及时就医，家中也可备一些含有抗真菌成分的复方制剂药膏。

(本版编辑综合整理)

