

遇到泥石流 山体滑坡 该怎么自救？

一、避险知识：发生泥石流 如何逃离？

泥石流是在较大的水流冲刷下，山坡上散乱的碎石、泥土、树枝等被冲到沟谷中，混杂在一起向下游快速移动的一种特殊洪流，它暴发突然、来势凶猛，破坏性很大。持续的强降雨容易引发泥石流。

专家提示：发现沟谷中的正常流水突然断流或洪水突然增大并夹杂树木柴草时，可以确认沟谷中有或者已经形成泥石流；听到沟谷中有类似火车轰鸣声或闷雷声，可以认定泥石流正在形成，要迅速离开沟谷跑到侧面的山坡上；沟谷深处变得昏暗并伴有轰鸣声以及轻微的地面震动，说明沟谷上游已经发生泥石流。对于泥石流的避让，要在迅速判别后，选择两侧山坡逃离，千万不能顺着泥石流行进方向或者爬上树躲避。

自然资源部地质灾害技术指导中心教授级高工陈红旗：当我们发现泥石流的时候或者遭遇泥石流的时候，我们一定要向泥石流的两侧跑，不要顺着它行进方向去跑，这样我们逃生的概率就会更大。但总的来说，我觉得还是要早避险早预防，假如我们住的地方是在沟谷、林沟，或者在景区，在沟谷里边玩耍，当我们遇到降雨天气要来的时候，尽早做好避险准备，这才是防范泥石流的最有效的措施。

二、避险知识：遇到山体滑坡怎么办？

山体滑坡因其突发性强、破坏力大，给人民生命财产安全带来严重威胁。那么如何防范避险呢？

山体滑坡是由于暴雨、地震等自然因素或者开挖山体坡脚等人为活动影响，斜坡上的土地或者岩体沿着一定的软弱面或软弱带，整体向下滑动的现象。我们常说的垮山、地滑、土溜、山剥皮等就是滑坡的通俗叫法。

自然资源部地质灾害技术指导中心教授级高工陈红旗：滑坡从字面可以理解成斜坡滑动或者说是滑动斜坡，那么当一个山体的斜坡滑动的时候，它一定会有一些前兆，比如说掉土块、开裂，坡面出现一些鼓胀，或者发现树木歪斜，这些都是我们判断滑坡的前兆。

专家提示：强降雨之后，由于地质活动相对活跃，应减少进入山谷、沟谷，尽量不在比较陡的山坡停留。如果感觉到地面有震动时，要马上向开阔的地域逃离。假如遇到滑坡后，大家要向垂直于滚石前进的方向或者滑坡方向的两侧逃离，尽快在周围寻找安全地带；躲避在结实的障碍物下，注意保护好头部，千万不要将避灾场地选择在滑坡的上坡或者下坡。

暴雨常识

• 暴雨来临前的准备措施 •

密切关注气象部门关于暴雨的最新预报，低洼地区房屋门口应放置挡水板或堆砌土坡，及时清理室外排水管道设施，保持排水畅通。

暴雨、洪涝来临时，危房周围、高墙旁、洪水淹没的下水道、电线杆及高压线周围、地下商场、地下通道等地势低洼处都是需要警惕的危险区域。

• 暴雨驾车出行注意事项 •

如在驾车时遭遇暴雨，应远离高压线、围墙、广告牌等危险物，绕开涵洞、桥下等地势低洼处。要保持视线清晰，减速缓行，打开前照灯和防雾灯，提醒其他车辆注意。切勿快速转动方向盘，路上的雨水与路面浮土混合成的泥浆使路面非常湿滑，方向盘转太快容易造成翻车事故。在涉水过程中应使用低速挡，尽可能不停车、不换挡。驶出积水区后还要低速慢行一段时间，逐步将水排出。

洪涝常识

• 洪涝来临前的准备措施 •

应密切关注政府部门、媒体等发布的暴雨、洪涝信息；危旧房屋或地势低洼处的居民，应及时转移到安全的地方；备足食品、饮用水、药品等应急物资；搜集木盆、门板、大件泡沫塑料、轮胎等适合漂浮的材料，以备急需。如果需要撤离，撤离前应关闭燃气阀、电源总开关和门窗。

• 洪涝发生时的自救逃生方法 •

可向高处转移，切记不可攀爬带电的电线杆。被困时，可利用通信设备联系救援，也可使用哨子、色彩鲜艳的衣服等发出求救信号。除非水冲垮建筑物或漫过屋顶，否则不要冒险涉水逃离。如被卷入洪水中，一定尽可能抓住固定的东西。



陇南市融媒体中心

来源：央视新闻客户端 国家应急科普宣传