

地震后的照护及注意事项

切勿饮用受污染的水,或以之作个人清洁用途。饮水的来源应必须是包装水,过滤水,或经过煮沸的水。饮用贮水时,须注意要取用上层水,不可翻搅槽内饮水避免混浊。

小心处理排泄物,避免弄污食水以及其它水流,能有效防止传染病蔓延。排便应存放在干地里,并以泥土原全覆盖排。排便处应被清楚列明,并设在居住及水源 50 米以外。便后或处理食物前必须彻底清洁双手。此外,要格外留意肠胃及呼吸道不适。

地震后常有火灾,因此要不时留意检查周遭是否有火种或火灾,一旦发现,应迅速扑灭或防止火势蔓延。同时,建筑物梁柱如果遭受破坏,切勿逗留室内。

余震发生时,马上采取「躲、盖、抓」动作。过后,检查你自己是否有受伤,在完成初步的急救包扎之后,再帮助、照顾别人。为保护自己免于再受伤,应穿上长裤、长袖衬衫、坚固的鞋子、工作手套,避免被东西割伤。

随身携带储电式手电筒及电收音机以便察看环境或收听灾情报导。

将电话用量减至最低,通话量留供报案救灾之用途,以免电话线不胜负荷。

地震发生时:

地震时请打开门,以免门压坏而无法逃出,但若为强烈地震,请由窗户出入若无法及时逃出,请躲在建筑物的生存机会最大的活角: 1.地下室 2.贴近钢骨梁柱附近的墙面附近。因为建筑物崩塌时,受到结构力学形成的三角空间,令人存活的机会较大。此外,可尽量用手盖面以保护眼睛。

地震发生后:

1. 慎防余震。
2. 经检查确定安全无虑后,才可使用电梯。
3. 经检查确定安全无虑后,才可开启电源瓦斯。
4. 在无危及安全情况下,确实关闭震坏的瓦斯、电线、水管总开关,排除危险外泄之化学、辐射物品,并通知专业人员或单位检修。
5. 检查屋内巨型家具物品是否松动危险;屋外冷气机、盆栽及凸出物是否牢固。
6. 若受困时,保持镇静、清醒,等待救援。
7. 地震过后,在无危及安全情况下,迅速检查建筑物及实验室,遇有明显灾情,应速通报。



救生包

(为余震需准备的救急包，须包括)

1. 手电筒
2. 牛仔长裤长袖(以保暖和避免被碎裂物刮伤)
3. 干粮
4. 水(小瓶矿泉水)
5. 哨子
6. 帽子
7. 收音机
8. 钱及重要证件
9. 绷带及日用携带式药品
10. 保持冷静的头脑