

当“泰坦尼克号”现实版来临

我们该如何自救?



7月5日,泰国普吉岛附近海域的两艘共载有127名中国游客的游船在返航普吉岛途中,突遇特大暴风雨,分别在珊瑚岛和梅通岛发生倾覆,截至10日,事故共造成45名中国游客死亡,2人失踪。在这次事故中,河南信阳的一对情侣张皓峰和孟影,也亲历了游船倾覆,惊魂瞬间,小伙演绎现实版“泰坦尼克”。但他比电影《泰坦尼克号》的主人公杰克幸运多了,在救下女友及另外3人后,他在海上漂浮12个多小时后最终获救。

海轮翻船,飞机坠毁,近年来,类似的灾难事件时有发生。意外无法预知,但我们在境内外出游之前,应有个风险预知,并在紧急事故发生时,学会自救。

恐慌容易导致推挤,践踏,从而导致他人受伤,譬如骨折和脑震荡。研究表明,70%的受伤者是由于海上事故发生时惊慌失措导致的,15%的乘客举止反常,而只有15%的乘客在事发时保持冷静和警觉。较大的船沉没需要较长的时间,乘客有充分的时间转移到救生艇上。因此,如果你是在游轮上,保持冷静至关重要。

在沉船上如何自救

1. 注意聆听船上的沉船警报及实时广播

沉船警报信号是国际统一的:1分钟连续鸣7短声1长声。船长及船员在遭遇沉船时也会通报实时情况及撤离路线等信息,注意聆听这些救命信息有助于迅速撤离。

2. 最快速度穿好救生衣

乘客应以最快的速度穿好救生衣,若没有救生衣、救生圈,则应以船身或其他能浮动的物体作为救生用具。

3. 被困船舱要找漂浮物

如果乘客被困船舱,尽可能寻找帮助漂浮或可以抓靠的牢固物体,并寻找逃出方法。大型船只船舱的进水速度较慢,有可能在较小的密闭空间内形成大气泡,这种气泡可以为乘客提供更多的生存时间。

4. 远离内部船舱及船只中央区域,尽快上到甲板

当船只开始进水的时候,如果身处内部船舱区是十分危险的。人在这些区域一旦被大量海水淹没,自救或被救生还的可能性都极低。上到甲板后,尽快赶往最近的紧急集结区域。如果没有的话,看到哪儿有船员在组织疏导乘客就往哪儿去。

5. 逃往甲板时最好不要乘坐电梯

前往甲板时,要注意可能坠落的物体砸中自己,最好不要乘坐电梯。

6. 尽快找到并登上救生艇

遇到沉船时最好的生还情况就是成功登上救生艇。如果船上的救生艇已经放下,就寻找合适的地点登上或跳上去。如果没有救生艇,尽快找到一个救生圈或类似的助力漂浮物。做好紧急情况下跳船的准备,如果你落水后周围有救生艇,要尽快游过去并大声呼救以得到船上人员的救助。

跳船后如何应急自救

1. 跳船的正确位置是船尾

不到万不得已不要选择跳船,因可能撞上水下不明物体。一个人在水中目标过小,不利于搜救。如果不得不跳水时,一定要远离船边,跳船的正确位置应该是船尾,并尽可能地跳得远一些,不然船下沉时涡流会把人吸进船底下。人被抛入水中,应该立即抓住船舷并设法爬到翻扣的船底上。

2. 跳水时应压住救生衣,双手捂住口鼻

跳水时双臂交叠在胸前,压住救生衣,双手捂住口鼻,以防跳下时呛水。眼睛望前方,双腿并拢伸直,脚先下水。不要向下望,否则身体会向前扑摔进水里,容易使人受伤。如果跳法正确,并深屏一口气,救生衣会使人在几秒钟之内浮出水面,如果救生衣上有防溅兜帽,应该解开套在头上。

3. 没有救生衣,脱衣服做浮袋

具体方法为:要在踩水的状态下,进行如下活动,用皮带、领带或手帕将衣服的两个手腕部分或裤子的裤脚部分紧紧扎住,然后将衣服从后往前猛地一甩,使其充气。为了不让空气漏掉,用手抓住衣服下部,或者用腿夹住,然后将它连接在皮带上,使它朝上漂浮。如果用裤子做浮袋,将身子卧在浮袋上,采用蛙泳是比较省力的;如果穿着裙子,不要把它脱下来,要使裙子下摆漂到水面上,并尽力使其内侧充气。

还有一些你需要知道的

首先,登船后检查救生衣及救生艇位置所在,不论你是乘船短途旅行,还是长期巡航,每次登船时都注意确认救生衣及救生艇的具体位置,同时要记得熟悉救生衣的穿戴及使用方法。

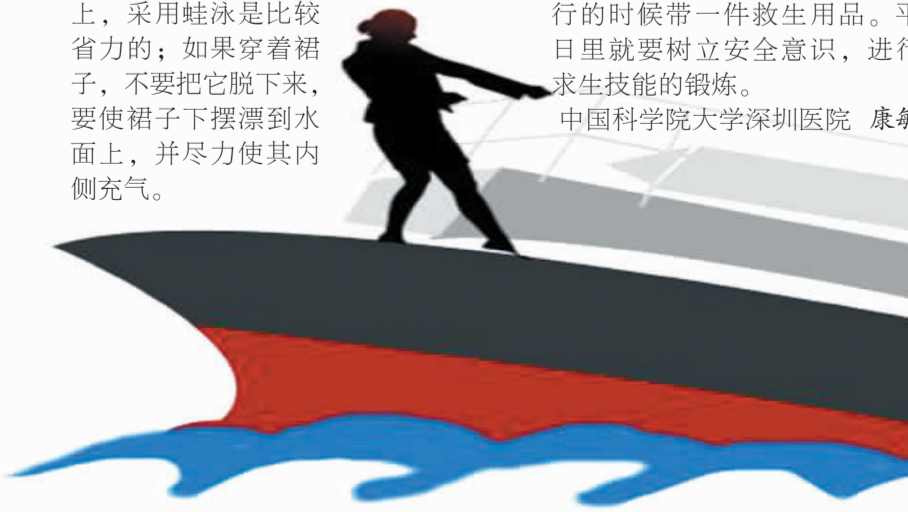
第二,在救生艇上依旧保持冷静、跟从指挥、等待救援。登上救生艇后很多人会因为漂浮在汪洋之上而精神遭受极大压力,这时候保持冷静与耐心是最重要的。一旦登上救生艇你的获救几率已经极高,这时候所需要的就是耐心等待。

第三,如果海上遇难,要注意勿喝海水。因为海水中含有大量盐分,而人体内需要的盐分很少;如果体内盐分过多,多余的盐由肾脏以尿形式排出。水分排出过多,就有可能造成严重脱水。这时应努力寻找淡水来源(如雨水、岛上的淡水池等),以补充人体需要。

第四,充饥的食物也不可忽视。海洋中能充饥的食物很多,如鱼、海鸟蛋、海龟、海蛇等,应想方设法捕捉。

第五,对于经常坐船的人来说,平常最好学会游泳,出行的时候带一件救生用品。平日里就要树立安全意识,进行求生技能的锻炼。

中国科学院大学深圳医院 康敏



妙用过期化妆品

化妆水 爽肤化妆水含酒精,可以用来清洁镜子、梳妆台、餐桌、瓷砖、抽油烟机;保湿化妆水可以用来保养皮鞋、皮包、皮沙发等。

睫毛膏 用完的睫毛膏不要丢掉,用卸妆水将刷头清洗干净,可以做眉刷或睫毛刷,用来晕染眉毛,或者清理刷睫毛时产生的“苍蝇腿”。

乳液 过期的乳液可以用作润发乳,对头发同样具有良好的滋润效果。洗完头发后,将乳液均匀涂抹在发丝上,等待5分钟冲洗干净,头发会更柔顺。

面霜 除了擦手、擦脚外,涂在发梢上可代替护发素;用来护理皮具效果也非常好。将过期面霜涂在皮钱包、皮手包、皮鞋、皮沙发上,有保养皮革的作用,而且适用于各种颜色的皮制品。需要注意的是,不要有增白功效的。

香水 喷在洗手间、房间、汽车里充当清新剂,或者为洗完的衣服增加香气;喷在化妆棉上擦拭可去除胶布留下来的痕迹;用来擦拭灯具,既能去污,通过灯具发热助香气散发,又有香薰之效。

口红 可以擦拭银首饰,或者修复皮具。将口红涂在餐巾纸上,反复擦拭银器或首饰变黑的地方,能让它们焕然一新。

洗面奶 可以用来洗手、洗脚,做剃须膏,或者当清洁剂刷洗衣领、衣袖、旅游鞋等。

指甲油 透明的指甲油



可以用来修复勾丝的丝袜。指甲油可给同色系皮具上的小刮擦进行修复,然后抹点蛋清保护。干稠的透明指甲油可以当做胶水,粘贴手机壳上的立体装饰品、发卡上的小水钻之类的。

洗发水 可以作为羊毛制品清洗剂、衣领净用。因为洗发水中含有毛发柔顺剂,可使毛衣等羊毛制品柔软清香;还可以清洗衣领、帽子、枕巾等与头发密切接触的衣物。

聂勇