

做好 防雪崩准备



FEMA

FEMA P-2262/2018 年 6 月

陷入雪崩的人员会因窒息、外伤或体温过低而死亡。美国每年冬天平均有 28 人死于雪崩。

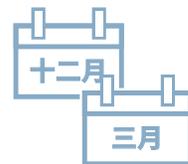
雪崩是指大量积雪从山上（通常沿着 30-45 度的斜坡）快速下滑。被雪崩压在大雪下的人可能无法挖雪逃出来。



起因可为人员、新雪 和 风势



可以 60-80 英里/小时的速度移动



高峰期为一月至三月

保护自己免受雪崩伤害

接受培训, 了解如何识别危险状况以及应避免地点。



使用适当的设备。这包括头盔, 和在被困时可以做成空气袋的材料。

了解如何正确使用安全设备。



利用设备来支持救援工作。

注册接收有关当前雪崩危险的警报。



使用熟悉该地区的向导。始终结伴而行。

网络攻击逼临时， 如何保持安全

现在做好准备

了解您当地的雪崩风险。

注册接收您附近的美国森林服务局国家雪崩中心 (U.S. Forest Service Avalanche Center) 发布的警报。您所在社区可能也设有当地预警系统。

了解雪崩的征兆以及如何使用安全和救援设备。

参加急救培训，以识别窒息、体温过低、外伤和休克并进行急救。

与熟知应避免地点的向导同行。始终结伴而行。

遵循道路上的雪崩预警。道路可能被封闭，或有建议车辆勿停在路边。

了解危险增加的迹象，包括新近雪崩和陡坡上的龟裂。

避开风险增加区域，如坡度超过 30 度的斜坡或陡坡下方区域。

期间求得生存

佩戴头盔有助于减少头部受伤，同时佩戴雪崩信标可以帮助其他人定位你的位置。

使用雪崩安全气囊，可能有助于避免被完全掩埋。

携带可折叠雪崩探针和小铲子，以帮助救援他人。

如果您的同伴或他人被掩埋，请拨打 911，然后开始搜救。

为他人实施窒息、体温过低、外伤或休克急救。

事后注意安全

了解体温过低的迹象和治疗方法。

体温过低是指体温异常低。体温低于 95 度为紧急情况。

- **征兆:** 颤抖、筋疲力尽、神志不清、双手笨拙、失忆、言语不清、昏昏欲睡
- **应对措施:** 前往温暖房间或避难场所。首先温暖身体中心部位——胸部、颈部、头部和腹股沟。保持人员身体干燥，用温暖毯子包裹身体，包括头部和颈部。

主动掌控您的安全

请前往 Ready.gov/zh-hans/avalanche。请下载 FEMA 应用程序以获得更多有关做好防雪崩准备的信息。要了解您所在地区当前的雪崩情况，请访问 www.avalanche.org。

