

## 1 家庭中的应急措施

烫伤、被蛇咬、被蜜蜂蜇时的应急措施

## 2 心肺复苏术

心肺复苏术实施方法、自动体外除颤器的使用方法

## 3 灭火器的使用方法

干粉灭火器、投掷型灭火器、室内消火栓使用方法

## 4 预防紧急情况

预防紧急情况清单及应急包、应急用生活必需品清单

## 5 疏散到避难所

发生紧急情况时的注意事项、需在室内避难的情况、在紧急情况避难所需遵守的准则

## 6 预防天气变化

室内暖气设施、恶劣天气、打雷·闪电、洪水、酷暑时的安全准则

## 7 预防水管、电、煤气泄漏

断电、煤气泄漏、水管发生问题时的安全准则

## 8 预防建筑坍塌事故

建筑坍塌·爆炸事故、被困在废墟中的情况、参与救援活动时的安全准则

## 9 预防火灾事故

发生火灾时的安全准则

## 10 预防一氧化碳

一氧化碳中毒、使用一氧化碳时的安全准则

## 11 预防有害物体泄露

化学物质泄漏、放射性物质泄漏时的安全准则

## 12 预防流感、恐怖活动等

流行性感冒、恐怖活动发生时的安全准则

## 13 预防特殊情况

为老人·残疾人士的安全准则、地铁发生火灾时的安全准则、养宠物时的安全准则

## 14 主要机构紧急联络方式



# 家庭内的 应急措施

## 对于烫伤的应急措施

- 迅速用自来水浸湿或浸泡烫伤部位。
- 若烫伤部位并不是很大，用干净的自来水冷却伤口。
- 最好用消毒纱布覆盖烫伤部位。
- 不要弄破水泡，最好不要撕开烫伤部位上的皮肤及其它物质。
- 请勿涂抹膏药、油等物体。
- 致电至119求助后，需将患者紧急送往医院。

## 被蛇咬时的应急措施

- 首先将患者移到没有蛇的安全地区。
- 向119求助后平息患者情绪。让被咬的伤口低于心脏。
- 用肥皂与水清洗伤口部位。
- 若患者觉得晕眩就要让患者平躺，若开始呕吐则让患者的身体侧身倾斜。

## 被蜜蜂蛰时的应急措施

- 首先将患者移到没有蜜蜂的安全地区，向119求助。
- 若被蛰的部位留有蜂针，需使用钢针、刀或信用卡等去除。
- 为预防二次感染，用肥皂和水清洗。
- 若疼痛加剧的话，用布料包裹冰块后（不应直接接触到皮肤）敷在伤口处。
- 让患者平躺，若开始呕吐则让患者的身体侧身倾斜。







# 心肺复苏术

- 心肺复苏术 = 胸部按压 + 人工呼吸
- 胸部按压：人工呼吸 = 30：2
- 不断反复实施心肺复苏术直到患者恢复意识或119到达



## 心肺复苏术实施方法

### ① 确认心脏停搏

- 轻拍患者的肩膀，大声呼叫说“没事吧？有意识吗？”。
- 确认患者的反应，仔细观察呼吸与否及呼吸是否正常。

### ② 求助及要求拨打119

- 患者没有任何反应时，应大声向周围的人求助。
- 若周围没有人的话，需拨打119报警。

### ③ 实施30次的胸部按压

- 两手相扣后，将掌心后侧放在患者乳头连线中央。
- 两肘关节伸直，以身体重量垂直按压胸部。
- 按压频率为每分钟100~120次，按压深度应该在5-6厘米，需用力并迅速的进行按压。

### ④ 实施两次人工呼吸

- 仰起患者的头并且举起颏来开放患者的气道。
- 捏紧鼻孔，吹气时让胸部升起并维持1秒。
- 若无法进行人工呼吸，则持续实施胸部按压。

### ⑤ 反复胸部按压及人工呼吸

- 反复实施30次的胸部按压及2次的人工呼吸，直到119消防队员到达。

### ⑥ 恢复姿势

- 患者发出声音或身体有所动作的时候，确认呼吸是否恢复。
- 呼吸恢复的话，让患者侧身躺卧以防气道阻塞。

## 自动体外除颤器使用方法

### ① 自动体外除颤器到达

- 在实施心肺复苏术时，自动体外除颤器到达的话应马上使用。

### ② 打开电源

- 将自动体外除颤器放在不影响实施心肺复苏术的位置后，按下电源按钮。

### ③ 贴上两张电极板

- 电极板 1：右侧锁骨下面
- 电极板 2：左侧乳头外侧

### ④ 分析心律

- 若发出“分析中……”的语音提示，就应该停止心肺复苏术，不应接触患者。
- 若需要除颤的话，会发出“需要除颤”的语音提示，自动体外除颤器将开始用设好的能量进行充电。
- 若无需除颤，会发出“无需除颤”的语音提示，这时该立即重新开始心肺复苏术。

### ⑤ 实施除颤

- 在需要除颤的时候，除颤按钮会开始闪烁。这时按下除颤按钮，实施除颤。

### ⑥ 立即重新实施心肺复苏术

- 实施除颤后应立即以30:2的比例进行胸部按压及人工呼吸。

### ⑦ 每两分钟分析一次心律后反复实施

- 应该在每两分钟进行一次心率分析及反复实施直到患者恢复或119队员到达为止。



# 灭火器 使用方法

## 干粉灭火器使用方法

- 将灭火器搬移至着火的地方。
- 去除手把上的封印绳，拔出安全销。
- 背对着风（站在上风向），将喷嘴对准火焰。
- 用力压下压把，好像用灭火药剂扫地一样，均匀喷射。
- 灭火器应保管在不受阳光直射及没有湿气，并且显眼、容易使用的地方。

## 投掷型灭火器使用方法

- 拆除包装。
- 取出药剂。
- 投向火点。

## 室内消火栓使用方法

- 按下火警按钮后，打开消火栓门，取出枪头和水带。
- 另一个人帮忙展开水带的折叠处，准备好后转开消火栓阀门。
- 握紧枪头，喷向火点。







# 预防紧急情况

## 制定“备用生活必需品”清单

- 应该备好至少可以自立生活3天的足够的生活必需品。
- 尽量将这些用品放在容易寻找的另外的容器或橱柜中。
- 应事先告知家人这些生活必需品是应急用的。

## 制定预防危机情况清单

- 事先定下避难后与家人见面的在家附近和较远的地方各一处。
- 平时需熟悉从家里可以逃出去的紧急通道。
- 优先照顾老人、残疾人、儿童及外国人等。
- 如事先加入住宅火灾保险等的话，室内家具器材的损失可以得到补偿。
- 确认工作单位、儿女的学校、幼儿园等的建筑有没有紧急情况应急措施。

## 预防紧急情况，准备“应急包”

- 准备并收好家人所需用品的应急包。
- 尽可能按照家人的人数准备应急包。
- 应急包应该为背包形态，既轻便又牢固。
- 为了能够随时带出，应该放在显眼的地方。

## “备用生活必需品”清单

- ✓ 粮食（15~30日份量）
- ✓ 适量的加工食品（方便面、罐头等）
- ✓ 炊具餐具（Kocher）、燃烧器、丁烷
- ✓ 重要的文件（保管在可防水的塑料袋中）
- ✓ 寝具（毛毯），被服（保暖的衣服、雨衣）
- ✓ 水（每人每日3.8升的饮用水）
- ✓ 应急药品、个人卫生用品（肥皂、牙膏、牙刷、毛巾等）
- ✓ 收音机、背包、手机
- ✓ 手电筒、蜡烛、火柴（打火机）
- ✓ 肥皂、盐巴、女性卫生用品、电池
- ✓ 鞋子、手套、灭火器、其他物品等

## “应急包”物品清单

- ✓ 急救食品、饮用水、应急药品
- ✓ 手电筒、收音机、电池、火柴、打火机
- ✓ 吹哨、备用手机电池
- ✓ 携带式收音机
- ✓ 应急服装、内衣、开瓶器、卫生纸、毛巾
- ✓ 急救用品、生活用品、生理用品、纸尿布
- ✓ 贵重品（现金、保险证书）、重要的文件（放进可防水的塑料袋中保管）
- ✓ 备用车钥匙、家中钥匙组合
- ✓ 信用卡、储蓄卡及现金
- ✓ 舒适的鞋子、轻便的雨衣、薄毛毯、保温性能好的衣服等
- ✓ 包含家人联系方式、行动纲领、地图的灾难地图或笔记本





# 疏散到 避难所

## 紧急情况发生时的注意事项

- 根据情况可能需要疏散到家或附近地区。
- 灾难要员将通过新闻媒体或直接警告来告知避难时机。
- 疏散将视为在对公共安全产生重大威胁的时候的最后手段。
- 离开的时候需要安全地锁好门窗。
- 锁上窗户和门，拔掉家用电器材的电源插头。
- 穿上牢固的鞋子、既舒适又能保护身体的衣服。
- 携带自己的应急包后进行避难。
- 在避难时若没有特别指示，不应使用电梯。
- 确认根据当时情况是否需要变更疏散路线。

## 需在室内疏散的情况

- 疏散到离自己家最近并且合适的建筑（学校、图书馆等）设施的室内当中。
- 尽量将窗户较少的房间用作避难所，并且关闭所有门和窗户。
- 可能有紧急电话，因此尽量不要使用手机。
- 将收音机和电视设在紧急频道，了解最新信息。
- 使用应急包及应急生活用品。

## 在紧急情况避难所需遵守的准则

- 应了解平时居住地区内的避难所位置。
- 若情况允许，应携带衣服和寝具类、卫生用品、医药品等疏散到避难所。
- 禁止携带酒类、枪炮类、毒品等非法物品。
- 除导盲犬等的宠物以外，其他宠物不可带入避难所。
- 请携带各自的应急包移动到避难所。







# 预防天气变化

## 室内暖气设施安全准则

- 便携式暖气设施仅可以在使用许可的地方使用。
- 使用炊具来取暖是十分危险的行为。
- 家具、窗帘、洗好的衣服等易燃物不应放在暖气设施一米之内。
- 不应在儿童单独在室内时开启暖气设施。
- 在多功能移动插座上连接过多电子产品十分危险。

## 恶劣天气时的安全准则

- 暴风雨来临之前应关闭所有窗户。
- 暴阳台花盆、庭院的垃圾桶等可能被风吹起，造成伤害。
- 暴若有严重的暴风雨，最好隔断电与煤气。
- 暴经常有洪灾的地方，应事先检测排水泵的状态。

## 打雷、闪电时的安全准则

- 因有触电危险，不应触碰金属、家电、电话等。
- 立即到室内疏散，趴在地板或躲在树木下面是十分危险的行为。
- 不应接近短路的电线。



## 洪水时的安全准则

- 河流的水位突然上升时，应该立即疏散到地势较高的地方。
- 不应开车驶过积水处。
- 若河流高过膝盖，则绝不应该试图横跨河水。

## 酷暑时的安全准则

- 12点到17点最炎热的时间段应避免外出、户外活动、作业等。
- 应该在凉快的地方休息，避免使用煤气灶等。
- 就算不觉得口渴也应该定期通过喝水或果汁来维持体内的水分。
- 用窗帘或布料尽量遮住照进室内的阳光。
- 用凉水淋浴或泡澡。
- 摄取水分较多的水果或容易消化的沙拉等食物。
- 穿上宽松且颜色鲜亮的衣服。
- 不应将孩子和宠物单独放在关上门窗的车内。



# 预防水管、电、 煤气泄漏

## 断电时的安全准则

- 断电时应立即告知韩电客服中心（拨打123）或119。
- 断电时无线及网络电话可能无法使用。
- 恢复供电时自动启动的家电应关上电源。
- 为预防断电情况，最好准备好无需连接电源的电话机。
- 为避免食品腐烂，应尽量避免打开冰箱。
- 掉在地上或悬在空中的电线十分危险，绝不应该触碰。
- 在室内不应该用煤炭生火或用炊具取暖。
- 在室内启动发电机的话，一氧化碳浓度可能升至危险水平。

## 煤气泄漏时的安全准则

- 煤气味道非常浓的时候，应立即远离并向119报警。
- 泄漏程度不严重时应立即关上煤气阀门、打开门窗进行通风。
- 应该灭掉周围的火种，绝不可靠近烟火。
- 若打开家电插座或电源按钮可能会产生火花，产生爆炸。
- 应立即联络所属地区的服务中心或城市燃气公司取得安全措施。

## 水管发生问题时的安全准则

- 道路上开始积水或怀疑水管爆裂时，应该立即向119报警。
- 公寓楼断水或水压较低的时候，应先咨询物业管理处。
- 若饮用水的水质有所问题，政府会发表另外声明。
- 若旱灾情况越来越严重，可能采取定量供水或断水措施。







# 预防建筑坍塌事故

## 建筑坍塌、爆炸事故时的安全准则

- 若看到建筑存在坍塌迹象，应立即躲避到疏散通道。
- 应远离玻璃窗、置物架等容易损坏的地方和有易爆易燃物体的地方。
- 用坚固的物体保护头部，为避免涌入疏散通道，移动时应保持冷静。
- 在公共建筑时，应该从离出入口较近的人开始疏散。
- 不应携带妨碍疏散的物品。
- 应疏散到没有二次坍塌、煤气爆炸危险等的安全地区。
- 若处于很难立即逃离的建筑，应临时疏散到楼梯处等有较坚固墙壁的地方。

## 被困在建筑废墟时的安全准则

- 需使用干手帕或衣服捂住口鼻。
- 为了避免对人体有害的灰尘，应尽量避免晃动身体。
- 应尽量使用手电筒了解周围的地形及事物。
- 应敲打钢管或墙壁、吹哨子等让救援队员能够了解位置。

## 参与救援活动时的安全准则

- 应穿上坚固的手套与鞋子。
- 应将木材、电器器材分类收拾。
- 短路的电线十分危险，应避免接触。
- 体积大并且沉重的残骸应寻求周围的人帮助，共同收拾。



# 预防火灾事故

## 发生火灾时的安全准则

- 发现有地方着火应大喊“着火啦”来告知周围的人们，按下火灾警铃。
- 尽量使用楼梯疏散到楼下，若不行则应该疏散到屋顶。
- 通过火焰的时候，应该用弄湿的毯子或毛巾包裹身体和脸部。
- 产生浓烟的时候，应该一只用手用湿毛巾等来捂住口鼻，低姿势爬行。
- 开房门之前应该先用手背触碰房门，若房门不是很烫便应该慢慢打开房门逃出。
- 若很难逃离的话，为了阻挡浓烟进入，应该用湿浸的衣服或被子挡住门缝，等待救援。
- 衣服着火的时候，应该立即站住并躺在地板上翻滚，直到火灭掉为止。
- 在高楼大厦中，除非是自己的家，不然室内会比走廊更安全。
- 若火灾发生在公寓较低楼层，应马上关闭所有窗户。
- 若判断处于危险情况，应该在窗外摇晃衣服和毛巾来求助。
- 详细信息请向首尔消防灾难本部官网（[fire.seoul.go.kr](http://fire.seoul.go.kr)）或119咨询。





# 预防一氧化碳

## 一氧化碳中毒时的安全准则

- 在不通风的地方开暖炉或烟囱堵住的时候很容易发生。
- 症状跟感冒很相似，会有头疼与呕吐的症状，严重时可能导致死亡。
- 若怀疑一氧化碳中毒，应迅速打开门窗。
- 应迅速移动至可以呼吸新鲜空气的地方。
- 向119或煤气公司报警。

## 预防一氧化碳中毒的安全准则

- 安装一氧化碳警报器，定期确认警报器状态。
- 应确认室内暖气系统的通风设施是否正常运行。
- 在室内使用石油气暖炉或用炊具取暖十分危险。
- 在室内绝不应该使用煤炭。



# 预防有害物体泄露

## 化学物质泄露时的安全准则

- 用雨衣等来包裹皮肤、用毛巾等捂住口鼻后应该逃至远处。
- 有毒气体大部分要比空气重，因此应该尽量往高处疏散。
- 应该迎风逃离，如果从疏散方向有风吹来应该向直角方向移动。
- 若疏散到室内应关上窗户等，并且停止通风系统的运转。
- 若开车驶过事故现场应迅速关上窗户，停止空调等运转。
- 疏散到安全地区后，应该用肥皂水冲洗身体，换上干净的衣服。
- 若暴露在化学物质当中，应及时到医院接受医生诊断。

## 放射性物质泄漏时的安全准则

- 时间：放射性物质随着时间流逝，毒性会渐渐变弱。  
应该一直停留在室内，直到安全要员进行安全通报。
- 距离：离放射性物质越远越安全。  
安全要员有权命令远离事故地区。
- 屏蔽：关上窗户、隔断缝隙后停止运转通风系统。  
通过污染地区的时候应该穿戴防毒面具、口罩等来保护呼吸器官。







# 预防流感、 恐怖活动等



# 预防特殊情况

## 发生流行性感冒时的安全准则

- 咳嗽或打喷嚏的时候应该用纸巾或衣袖捂住嘴巴，尽量戴上口罩。
- 避免跟人的接触，最好不要外出到人多的地方。
- 平时用肥皂或有酒精成分的洗手液经常洗手。
- 应该通过电视或收音机来留意保健局发表的内容。

## 发生恐怖活动时的安全准则

- 恐怖活动最大的目的是让人们感到恐惧，因此获得准确的情报非常重要。
- 要警戒周围的可疑行动，若发现威胁因素应立即报警。
- 应听取政府、新闻媒体等可信赖机构的情报，不应该受流言蜚语迷惑。
- 可疑的包裹或信决不可拆开，需向112或119报警。
- 发现出入限制区域等可疑的人物，应立即向119或112报警。

## 为老人的安全准则

- 老人的视觉、听觉、运动神经较为迟钝，因此更需要留意生活安全。
- 浴室的垫板、垫子等应该使用经过防滑处理的产品。
- 为了在进出浴缸的时候能够保持身体平衡，应该安装扶手。
- 最好让老人使用离洗手间较近的房间，不应在通道上放置物品。
- 为预防紧急情况，应该在浴室中安装可以让家人或其他人知道的警铃。
- 在楼梯处应该安装较亮的灯，以便看清楼梯台阶及台阶边缘。
- 应该安装煤气泄漏警报器或火灾警报器，以便在任何地方都可以听到警报铃声。
- 应该调亮做饭或使用刀具的地方的灯光。
- 在冬天应该避免独自外出，特别要小心路上结冰之处。

## 为残疾人士的安全准则

- 残疾人士因为行动不方便而暴露在社会危险之中。  
特别是在火灾等灾难事故当中，身体上的危险要比平常人高很多。
- 残疾人士在家中最经常发生事故的地方就是水迹较多的浴室。
- 玄关的地板很滑，可能大小也对于残疾人穿鞋与脱鞋不太方便。
- 很容易暴露在厨房中的隐患，很可能发生意想不到的安全事故。
- 在最为舒适的房间和客厅也偶尔会发生安全事故。



## 地铁发生火灾时的安全准则

- 按下位于爱心座位旁边的紧急按钮来联络乘务员。
- 若情况允许，应使用各车厢备有的2个灭火器来灭火。
- 若列车门没有自动打开的话，应按照指示手动打开列车门。
- 若屏蔽门没有自动打开，应推开门上的红色把手出去。
- 用手帕、衣袖等来捂住口鼻后，应立即通过紧急出口逃离现场。
- 停电时应跟着疏散诱导灯或墙、盲道等前进。
- 若无法疏散到外面，应随着列车进行方向向隧道疏散。

## 养宠物时的安全准则

- 宠物应该登记在区厅等机构，若不进行登记将被处罚100万以下的罚款。
- 要留意不要因宠物而让他人受害，若对他人造成伤害就要进行赔偿。
- 能否喂养宠物根据公寓楼有所不同，需确认所属公寓楼的“管理章程”。
- 现在推出了宠物的治疗费用、赔偿损失、葬礼费等各种动物保险。
- 外出时必须收拾宠物的排泄物，否则将被处罚10万韩元以下的罚款。
- 需对宠物打预防针，若在室外徘徊，可能被扣留或宰杀。
- 抛弃宠物时将被处罚100万韩元以下的罚款，虐待宠物将被判1年以下的监禁。

**Q** 列车门怎么能够手动打开呢？

- A**
- ① 打开列车门旁边的座位下面或墙面上的小盖子。
  - ② 拉开盖子中的紧急扳机或将红色的紧急把手以顺时针方向转动。
  - ③ 等待3~10秒直到空气泄露的声音停止为止。







# 主要机构

## 紧急联络方式

负责业务	电话号码	负责机构	官方网址
综合灾难信息 (火灾,救援,救急)	119	首尔消防灾难本部	fire.seoul.go.kr
		首尔综合防灾中心	119.seoul.go.kr
首尔市综合信息	120	首尔市交通情报中心	topis.seoul.go.kr
		茶山呼叫中心	120dasan.seoul.go.kr
犯罪举报	112	网络警察厅	www.police.go.kr
天气预报	131	气象厅	www.kma.go.kr
全国交通信息	1333	韩国道路公社	www.ex.co.kr
水管故障申报	121	上水道事业本部	arisu.seoul.go.kr
电气故障申报	123	韩国电力公社	kepco.co.kr
煤气事故申报	1544- 4500	韩国煤气安全公社	www.kgs.or.kr