

<<灾难求生>>

图书基本信息

书名：<<灾难求生>>

13位ISBN编号：9787111376385

10位ISBN编号：7111376382

出版时间：2012-4

出版时间：机械工业出版社

作者：王子鱼，李音武 编著

页数：178

字数：219000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<灾难求生>>

前言

灾难面前生存几率有多大地球不平静我们不得不承认生存环境越来越恶劣，越来越多的自然灾害越来越频繁地出现在生活中：2004年12月26日，印尼海域8.9级地震并引发海啸导致至少28万人死亡；2005年9月，在美国卡特里娜飓风中上千人死亡，失踪人数超2万；2005年10月8日，巴基斯坦7.6级地震导致8万人丧生；2006年12月，菲律宾暴雨引发洪水，1158人死亡，891人失踪；2008年5月10日，智利埃滕死火山突然喷发，烟柱高达1.2千米；2008年5月12日，中国汶川发生8.0级大地震；2010年1月12日，海地7.3级地震导致22.25万人丧生；2010年2月27日，智利发生8.8级地震；2011年3月11日，日本发生里氏9.0级地震并引发海啸及核泄漏……灾难来临时能瞬间夺走人类的生命。

但有关重大灾难的研究数据表明，大多在灾难中丧生的人，是因为对灾难的恐慌、意志崩溃，以及极度缺乏灾难紧急自救常识。

因为这些原因让我们的幸存者名单上少了很多人的名字。

上帝给了我们机会会有这样一个富含哲理的笑话：在某个小村落，下了一场非常大的雨，洪水开始淹没全村，所有人都在想办法逃生，只有一位神父在教堂里祈祷。

第一次，一个救生员驾着舢板来到教堂，对神父说：“神父，赶快上来吧！

不然洪水会把你淹死的！

”神父说：“不！

我深信上帝会来救我的，你先去救别人好了。

”第二次，又有一个警察开着快艇过来，对神父说：“神父，快上来，不然你真的会被淹死的！

”神父说：“不，我要守住我的教堂，我相信上帝一定会来救我的。

你还是先去救别人好了。

”第三次，一架直升机缓缓地飞过来，飞行员丢下了绳梯之后大叫：“神父，快上来，这是最后的机会了，我们可不愿意见到你被洪水淹死！

”神父还是意志坚定地说：“不，我要守住我的教堂！

上帝一定会来救我的。

你还是先去救别人好了。

上帝会与我同在的！

”洪水滚滚而来，固执的神父终于被淹死了……神父上了天堂，见到上帝后很生气地质问：“主啊，我终生奉献自己，为什么你不肯救我！

”上帝说：“我怎么不肯救你？

第一次，我派了舢板来救你，你不要，我以为你担心舢板危险；第二次，我又派一只快艇去，你还是不要；第三次，我以国宾的礼仪待你，派一架直升机去救你，结果你还是不愿意接受。

所以，我以为你急着想要回到我的身边来好好陪我。

”虽然这只是一个笑话，但是它却告诉我们，上帝救自救者。

事实上在所有重大灾难来临之前，我们都有时间做出选择和反应。

当然选择和反应的时间不会很长，也许只有几秒钟。

比如，地震发生时我们有12秒逃生时间；火灾发生时我们有90秒逃生时间；水难和海啸发生时我们有5分钟逃生时间，极端气象灾害发生时我们有15分钟逃生时间……也就是说，在这样短短的时间内，要第一时间做出反应，几乎是一种本能，因为你没有时间回想和思考。

所以，应让灾难求生的常识成为身体的本能，熟悉到几秒钟内你就知道自己该做什么，怎么做。

可惜的是，我们恰恰对这种可以保命的生存技能、方法知之甚少。

所以我们需要这样一本书，让它成为我们生活的一部分，成为储存在自己身体里的“超人”，灾难来临之际，自己拯救自己。

老百姓手边的救命书你会认为暂时不需要这本书，活得好好的，学什么求生？

可是不得不纠正大家，当你需要它时其实已经到了不需要它的时候了。

难道我们要等到房屋颤动的时候再去学习躲在哪个地方才能保命？

难道我们要等到大火扑面而来的时候再去学习如何保护呼吸道和寻找氧气？

<<灾难求生>>

难道我们要等身体血流如注的时候再去学习如何包扎止血？
难道我们要等没有食物没有水源的时候再去学习如何绝境求生？
当然不能。
生命如此脆弱，但意志和智慧却如此强大。
在很多国家，灾难求生知识是必修课。
现在，让我们补上这一课吧。
为了生存下去，为了家人、爱人和自己，珍爱生命。

<<灾难求生>>

内容概要

有调查称，在重大灾难中，86%的遇难者是因为恐惧和盲目逃窜错过了最佳逃生机会。自然灾害研究专家们特别强调，所有重大灾难发生时，都有至少12秒的逃生时间。在这12秒内，做出正确的反应就有机会脱离险情。

《灾难求生》这本书将为您提供一堂全面、专业的灾难求生课，它就是您手边的救命书。

<<灾难求生>>

作者简介

王子鱼，李音武，痴迷各种生存技能，从美国的求生大片，到生存手册，再到全球知名特种部队的生存训练，都有广泛了解。

曾参与灾区震后《青少年安全避险常识》及《地震避险自救常识》的编写。

<<灾难求生>>

书籍目录

序言：灾难面前生存几率有多大

第一部分 12秒：地震

家庭震前准备：家庭应急案与应急箱

震前重大预兆

地震瞬间：保持冷静判断形势

“生命三角”掩蔽法

12秒内逃到安全地点

被掩埋时的自我救助

次生灾害：严酷环境与物资短缺

第二部分 90秒：火灾

判断形势：迅速展开自救

自我密闭保护：皮肤、呼吸道

掩蔽法则：防止暴露

迫不得已时可以选择跳窗

车辆着火

迫不得已时穿越火线

第三部分 5分钟：水难和海啸

海啸：5分钟撤离时间

暴雨、雷电

洪水

撤退技巧

第四部分 15分钟：极端气象灾害

极度严寒

体温流失

雪地围困

雪崩

酷热环境

第五部分 24小时：战争及城市特殊时期应对

潜在城市危机

核泄漏的预防和判断

恐怖袭击

战时储备：必要储备与使用方法

空防警报的种类和判断

空难应急措施

地铁遇险自救技巧

化学战和生物战：简易防护工具制作

城市特殊时期的生存法则

第六部分 48小时：核爆炸求生要领

核爆炸的预防和判断

核爆瞬间求生要领

<<灾难求生>>

隐蔽48小时

做好在隐蔽所待几天的准备

核冬天：最严酷环境下的生存法则

第七部分 72小时：漂流

暴风雨、碰撞、坠海

决定弃船

水中漂浮

救生筏漂浮

晕浪

悲观恐惧与幻觉

海上淡水收集

海中危险生物

获得食物

流落海岛

登陆并获得救援

<<灾难求生>>

章节摘录

版权页：了解你的处境海啸是一种带有强大破坏力的波浪，在地震发生时，海底地层发生断裂，地壳突然上升和下沉，引起从海底到海面整个水层的剧烈运动。

这与我们平时看到的由风吹起的波浪显然有很大的区别。

海啸蕴含惊人的能量，并且波长很大，可以传播几千公里而能量损失很小。

它的速度可以达到800公里/小时，可以与波音747飞机的飞行速度相同甚至比它更快。

海啸在深水中并不危险，但是一旦靠近海岸，这种高达数十米的水墙就会将沿海地区一一淹没，给人类的生命和财产带来毁灭性的危害。

海底地震引发海啸需要具备以下三个条件：·海底地震震级达到里氏6.5级以上·震源一般在海底5000米以内·海底出现了垂直断层人们可以预防和减小海啸带来的损害，但却不可能阻止海啸的发生。

所以，如果你在海边生活、工作或者游玩，只要你所处位置的海拔平行于海平面或者是低于海平面，那么，就有遭遇海啸的危险。

一旦发现有发生海啸的征兆，你可能就只剩下5分钟的逃生时间。

在深海中，海啸在海面上的高度可能不到1米，这对经历过大风大浪的水手们来说，根本不值得一提，正在航行的船只甚至很难察觉到这种波动。

但是在海滩上的你却可以感觉到大地的震颤，一旦发现有什么异常，就要马上远离海岸，登上高处。

不要为了钱财等耽误了你的逃生时间，如若不然，你丢掉的将是性命。

利用你能利用的海啸的预警信号由于海啸发生的时间特别短，强大的冲击波能够迅速穿过海洋，到达海岸。

所以，当猛烈的地震发生之后，如何准确、迅速地判断出是否会发生海啸是很重要的。

1.海啸预警信号之一：地震海啸是由海底地震引起的，如果你处在沿海区域，一旦发生地震就要做好应对海啸的准备，虽然说不可能每次地震都能引发海啸，但是每一次地震都有引发海啸的可能，决不能掉以轻心。

如果你感觉到较强烈的震动，就要远离海岸或江河的人海口。

因为海啸的传播速度非常快，海啸有时候会在地震发生几小时后到达离震源上千公里远的地方，所以，也要注意附近有关地震的报告。

2.海啸预警信号之二：大规模海水撤退海啸发生之前海水往往会先撤离到离海岸很远的地方，此时的沙滩看起来特别大，特别美。

但是这时候却不是欣赏美景的时候，因为海啸来临前，海啸冲击波的波谷会率先抵达岸边。

波谷是波浪中最低的部分，它一旦登陆，海水自然会大面积下降、倒退。

再过一段时间，波峰就会到达。

所以，在看到海水倒退以后，就要迅速离开海面，切不可贪恋一时的风景或手边的财物。

3.海啸的预警信号之三：泡沫。

2004年的印尼海啸，使13个印度洋周边国家都在这次的惊涛骇浪中遭受到重创。

但在泰国普吉岛海岸却因为一个十岁的英国小女孩缇丽斯运用在地理课上学到的关于海啸的常识，挽救了数百人的生命。

在海啸来临前，因为海水的波动，海水中会出现大量泡沫，并且伴有滋滋的声响。

一旦发现这些现象，就要赶紧撤离到安全地带，同时发出警告，帮助其他人一起撤离。

4.海啸预警信号之四：动物反应。

在海啸发生之前，很多动物都会有所感知，陆地上的动物会表现得狂躁不安，它们会拼命向高处逃窜；而海中的生物在海啸来临前几天就会有反应，渔民每天打鱼的数量会猛增。

在海水迅速退落后，会露出没有见过天日的海底，鱼虾蟹贝等海洋生物纷纷在海滩上挣扎。

5.海啸预警信号之五：海啸警告。

地震纵波的传播速度要比海啸的传播速度快20~30倍，通过分析地震波资料与预先布设在可能产生海啸的海域中的压强计的记录，可以分析出该地震是否会引发海啸以及此次海啸的规模等，具有很强的科学性。

<<灾难求生>>

所以，当听到海啸预警系统发出警告的时候，一定不能对其产生怀疑。

日本本州岛附近海域发生9.0级的强震引发了强烈的海啸，损失惨重。

这次灾难更加唤醒了人们对自然灾害的防范意识。

地震、海啸都是不可避免的，危害性也是巨大的。

如何在这些突如其来的灾难中生存下来，是人类必须了解的知识。

自救求生灾难可能瞬息将至，在海啸来临前，即便是短短的几秒钟也异常珍贵。

所以，在出现上文所提到的征兆时，应该迅速做出行动，千万不要以为应急服务机构没有发出警告就是安全的，应该相信自己看到的。

在逃生时要注意以下几方面内容：1.远离海岸即使是很小的海啸对于人类来说，危害也是相当大的，并且海啸的波浪会随着时间的变化持续不断变大。

在小的海啸过后，通常会有大的海啸到来。

如果在靠近海滩的地方活动则会被卷入大海的漩涡中，如果在靠近海啸的建筑中，则会被海水淹没。

如果你看到巨大的海浪出现时，那就证明你已经离海啸太近了，但是不管怎样，也要努力向内陆或更高的地方逃离。

你可以选择汽车或者请求他人带上你——最好不要用脚跑，但是万不得已时跑也比不跑好。

撤离的目标很重要，你一定要知道自己要往哪个地方跑，无论是最近的高地或者城市密集区，你只记住逃往尽可能高的地方。

海啸的速度很快，可能没有足够的时间让你跑到一个非常安全的地方，这时应该选择进入比较高、坚固的建筑物并努力向高处攀爬。

海边的酒店，一般都比较坚固，这是逃生的安全场所，切记不可选择低矮的房屋或者是没有什么抵抗力的建筑物。

这些建筑物不是被淹没就是被摧毁，不会起到任何作用。

如果找不到比较合适的建筑物，而时间又非常紧迫，那么粗壮、高大的树也是比较好的选择，虽然树也可能在海啸中被摧毁，但这是紧急情况下的唯一办法。

如果你没有来得及逃跑，被卷入了水中，首先应该做的是，寻找一切能够漂浮的物体。

如：救生圈、门板、树干等，这样可以使你漂浮在水面上。

一旦发现有可以让自己停住的地方就要抓住一切机会使自己停下来。

2.把船驶向开阔海面海啸在深海中并不危险，在开阔的海面上一次单个波浪的长度就可以超过海啸所引发的波浪，海啸在深海中也就相当于30厘米左右的小波浪，正在航行中的船只基本上感觉不到，所以，海啸在深水中可以忽略不计。

3.在外要停留数小时，直到得到准确的信息海啸不会很快过去，它可能要持续撞击海岸达数小时之久，也不会一个大浪过去就没事了，可能会有更多的大浪接踵而来。

还要尽量找到可以和外界联系的媒介，保持与外界的联系，不要轻信谣言，一切以应急服务机构的消息为准。

4.准备一个急救包无论你是否是在海边生活、工作还是游玩，急救包是必不可少的。

里面应该准备足够72小时用的药物、饮用水和一些必需品。

如果在海啸中受伤或者不能很快得到救援，这些东西可以帮到你。

<<灾难求生>>

编辑推荐

《灾难求生》是手边救命书系列丛书之一。
该书从地震、火灾、海啸、极端气象等灾难着手，重点强调灾难到来之前、到来时及被困时，受难者应该怎么做，才能顺利脱险，赢得生存下来的机会。
海报：

<<灾难求生>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>