



撞车、失火、落水……怎么办？

遇到交通事故 不妨如此自救

刚过去的国庆长假，自驾出游成了众多市民出行的首选。出门在外，伴随着日益增多的行车大军，如何确保安全当然最为重要。这里，除了车辆自身的安全性能外，驾驶者的驾驶习惯和突发情况下的应急处理其实更为重要。那么，一旦遇到车辆发生事故，我们如何才能更好的自救逃生呢？下面，《警周刊》整理了一些交通事故中的自救技巧，给大家提个醒。

沈欣

【情景1：车辆发生碰撞时】

应对：两脚一前一后向前蹬

如果发现撞车已经不可避免，作为驾驶员要保持冷静，掌握好方向盘，尽可能将自己及他人伤害降至最低限度。如冲向能够阻挡的障碍物，使车辆逐渐减速直至停车。

如果没系好安全带，在倒向冲撞点的瞬间应尽量早地远离方向盘，双臂夹胸，手抱头。如果坐在副驾驶室的话，首先要抱住头部躺在座位上，或者双手握拳，用手腕护住前额，同时屈身抬膝护住腹部和胸部。后座

的人最好的防护办法是迅速向前伸出一只脚，顶在前面座椅的背面，并在胸前屈肘，双手张开，保护头面部，背部后挺，压在座椅上。发生碰撞时，也可迅速用双手用力向前推扶手或椅背，两脚一前一后用力向前蹬。

在事故中，如果被方向盘撞到胸部后，伤者感觉到剧痛和呼吸困难，可能是肋骨骨折并刺伤肺部。此时千万不要贸然移动身体，避免碎骨对内脏造成新的伤害。应尽快电话求救，或者呼喊求助。

【情景2：车辆冲出路面时】

应对：按次序下车不要惊慌

车辆冲出路面时千万不要惊慌乱动，应等驾驶员把车子控制好停稳之后，再按次序下车，以免造成翻车事故。千万注意，这个时候保持车辆的平衡稳定是最为关键的。

不要让乘车人员在车身不稳时下车。前轮悬空时，应先将前面人员逐个下车；后轮悬空时，则应先让后面的人员逐个下车。车上的人一定要沉着稳定。汽车冲下路基时，首先应使车子保持平衡，防止

翻车，同时还要切断汽车电路，防止漏油发生火灾。汽车冲出路面发生翻滚时，乘车人员在意识丧失以前，应用双手紧握并紧靠后背；驾驶员可紧握方向盘，与车子保持同轴滚动。

在事故中，如果颈椎或腰椎受到了冲击，不恰当的搬动可能会造成二次受伤。因此，遇到这样的情况，如果没足够把握就不要乱动，可在原地等待救护人员处理。

【情景3：车辆落水时】

应对：把握两个自救时间点

车辆落水后自救的最佳时间点有两个：车辆刚落水的第一时间；车厢全部充满水，里外水压一样时。

如果是在密闭车窗的情况下落水，水不可能一下子灌满车厢。一般来说车辆落水的短时间内蓄电池还能继续使用，这时候可以启动门窗升降系统，把车窗

先打开一部分，让水先进入车内，等车内外水压平衡后，再把门窗全部打开。

如果车门窗已经无法电动或手动打开时，要尽可能找出铁锤之类的尖锐器械，把侧窗玻璃敲开。需注意要先敲打玻璃的四个角与边缘，再敲打最牢固的中间部位，车窗才容易破碎并逃生。

【情景4：车辆起火时】

应对：短时间灭不了火要远离

当车辆发动机部位发生火灾时，驾驶员应迅速停车，让乘车人员打开车门下车，然后切断电源，取下随车灭火器，对准着火部位扑灭火焰。一般来讲，私家车3分钟内的火灾可自行扑灭，如果燃烧时间超过3分钟，危险太大，还是应远离车辆并及时报警求助。

当车厢货物发生火灾时，驾驶员应将汽车驶离危险区域，及时取下随车灭火器扑救。如果乘车人员衣服被火烧着了，应当采取以下措施：可以迅速脱下衣服，用脚将火踩灭。如果来不及脱下衣服，可以就地打滚，将火滚灭。切忌着火人乱跑，或用灭火器向着火人身上喷射。

公民防范恐怖袭击宣传图③



遇有匿名威胁爆炸或扬言爆炸怎么办？

- (1) 信：“宁可信其有，不可信其无”，不能心存侥幸。
- (2) 快：尽快从现场撤离。
- (3) 细：细致观察周围发生的可疑人、事、物。
- (4) 报：迅速报警，让警方了解情况。
- (5) 记：用照相机或者摄像机等将现场记录下来。



在地铁车厢内发生爆炸起火怎么办？

- (1) 迅速报警。迅速按下列车报警按钮，使司机在监控器上获取报警信号，并拉下紧急制动，避免列车失控。
- (2) 及时灭火。利用车内的消防器材进行灭火，身上着火不要奔跑，就地打滚或用厚重衣物压灭。
- (3) 谨慎行动。在情况不明，列车还在运行期间，不要有拉制、砸窗、跳车等行为；最好先保护头部，原地蹲下。
- (4) 有序撤离。在隧道内疏散时，听从指挥，沉着冷静、紧张有序地通过车头或车尾疏散门进入隧道，向临近车站撤离。
- (5) 科学防护。寻找简易防护物，如衣服、纸巾等捂鼻，采用弯腰姿势撤离。视线不清时手摸扶墙壁撤离。
- (6) 冷静判断。受到火势威胁时，不要盲目跟从人流相互拥挤、乱冲乱撞，要注意朝明亮处、迎着新鲜空气跑。
- (7) 协助调查。注意观察现场可疑人、可疑物，协助警方调查。
- (8) 熟悉环境。乘坐地铁时要留意地铁的消防设施和安全装置。



在大型体育馆发生爆炸怎么办？

- (1) 有序撤离。迅速有序远离爆炸现场，避免拥挤、踩踏造成伤亡；撤离时要注意观察场馆内的安全疏散指示和标志，从看台到疏散口再撤离到场馆外；场馆内部的组织官员、工作人员及运动员，应根据沿途的疏散指示和标志通过内部通道疏散。
- (2) 不要贪财。不要因顾及财务浪费逃生时间。
- (3) 谨慎行动。在情况不明时，不要扎堆，不要围观，不要向人流反向跑，先到空旷地带，再寻找同伴。
- (4) 自救互救。到达安全地带后，先检查自己和同伴是否受伤，及时进行自救互救；协助医护人员救治、搬运伤员。
- (5) 协助调查。客观详细地向警察描述看到的情况。

李鑫文 张莉 刘雪真 整理

“您的医保卡出现异常！”

此类诈骗电话让不少市民上了当

据了解，近期我市公安机关已接到多起市民报警，称接到不法分子冒用人力资源社会保障系统的服务号码057412333电话进行诈骗，在此提醒请广大市民提高警惕，谨防上当。

典型案例：

9月20日下午，家住鄞州的张女士在家中接到一个自称是医保中心的电话，来电显示号码为057412333。“您的医保卡出现异常，将在几小时内冻结。”张女士接人工服务询问情况，对方表示在2014年6月20日，外地某医院一笔理赔金15680元是用张女士的身份信息办理的，这笔钱是非法的，对方表示可以帮忙转接辽宁省公安厅。

随后，一位自称是辽宁省公安厅的人表示张女士涉嫌一洗钱案，金额为200多万，收利21.6万，现在需要查资金来源，需要张女士把所有的钱转到对方提供的

一个工商银行卡号里。张女士按照对方要求转了3万多元，随后发现被骗。

警方提示：

一旦接到公安局、法院、检察院、卫生、社保等单位来电，特别是涉及“洗黑钱”、“邮包有违禁品”、“医保卡违规消费”、“社保卡违规消费”等事项时，一定要保持清醒头脑，可先将电话挂断，再回拨相关单位公开电话进行确认。公安民警在侦查办案过程中，需要市民配合调查取证的，将依照法律规定，请市民到指定公安机关进行，一般不会在电话中取证。凡要求将资金转账到“安全账户”的，均为诈骗电话。以“重新开卡”、“开通网银”为借口索要密码、验证码的，均为诈骗电话。如被骗，要记清骗子的账号，可通过拨打客服电话，以连续输错密码的形式，将账户临时锁定，并及时报警。

李鑫文 姚志强