

夏季溺水事件多发,如何自救或救人? 消防员教你如何“拖延”时间

随着气温的逐渐攀升,因游泳、漂流、钓鱼、划船等各种原因引发的溺水事件多了起来。溺水悲剧,年年让人悲痛,却年年上演,“防溺水”安全教育任重而道远。

日前,宁波市消防救援支队特勤大队针对暑期高发、频发的溺水事故开展水域系列实验,围绕自救他救、水中浮力、水中危险等要素逐一展开,并邀请会游泳的4名小学生及家长作为志愿者,一起参与到实验中,还原最真实的溺水救援情景。

救人

应该拥有怎样的“泳技”? 下水施救也要量力而行

实验现场的展板上,列举了近年来的一些溺水事故,引起了小学生志愿者和家长的注意。“好可惜,为什么他把人救上来了,自己却在水里上不来?”9岁的小学生志愿者悠悠指着展板上的案例,疑惑地问道。

会游泳的人下水施救,究竟需要多大的“能力”呢?接下来的实验来到河里进行,水域救援专业的消防员通过反复示范让大家直观地看到:只有在水中不断“踩水”并且双手举起,身体露出水面的部分越多,下水施救的能力才越强。

随后,两名家长在消防员的保护下分别进入河中,在水中不停地用力“踩水”。可是,她们只有头露出了水面,并且只有一只手勉强举

了起来。从以往的溺水案例来看,这种情况下,想要下水救别人是很危险的,甚至可能发生“双溺”的悲剧。

“结果很直观,救援能力是因人而异的,施救的时候,要保证两人同时保持立姿所需的浮力,救援才可能成功。”朱一凡介绍说。随后,消防员还对激流救生衣、10L的矿泉水瓶等器材进行了试验。

“除了专业的救生衣之外,一些大容量的矿泉水瓶也能派上用场,但是会游泳的人要量力而行,视自身能力下水施救。”此外,在一件宽松的衣服上系上6-8个甚至更多的普通矿泉水瓶,也能自制简易救生衣,起到明显的效果。



志愿者在河里体验“踩水”



消防员演示“仰漂”

自救

水中自救必备姿势 “仰漂”更省力更方便自救

“我游泳还算好的,也会踩水、蛙泳、仰泳,但还真不知道掉到水里后用什么姿势自救才最省体力,因为平时都是在游泳馆游,比较安全。”现场一名志愿者刘女士说。

实验在一个直径1.6米、高1米的水桶中进行,志愿者们在水中分别摆出“踩水”与“仰漂”的姿势,通过测量比较这两个姿势所需的浮力大小,来观察什么姿势最适合溺水自救或等待他人救援。

几组实验过后,结果很明显:人在“踩水”时,至少需要50N(约5公斤)的力来保证脸露出水面正

常呼吸,而“仰漂”的姿势只需要15N(约1.5公斤)的力。这就为溺水自救提供了思路——溺水时保持“仰漂”的姿势,更节省体力,也更方便自救。

“人一掉进水里,本能反应是挣扎,可是挣扎不仅会消耗体力,反复扑腾更会令自己更快沉入水底。如果大家不小心掉进水里,一定要保持冷静,尽可能保持仰漂的姿势,让面部露出水面换气,进行自救或等待他人救援。”宁波市消防救援支队特勤大队一站副站长朱一凡表示。

自救必须辨别水中危险 防失温、拖延时间很重要

除了学会自救,学会辨别水中的危险也很重要。比如,如果在水中被“吸”住,该如何脱身?因此,在随后进行的“吸力”实验中,模拟了“穿着救生衣的人”被一个宽22cm、高25cm、深75cm的洞穴吸住的情景。

在现场,一名家长尝试了约半分钟后,都没能“挣脱”洞穴。直到一名年轻消防员上阵,用16公斤的力(160N)才为她解了围。值得注意的是,根据体温计的测试,该名家长在实验前体表温度为35℃,而开始实验半分钟后她的体温就降到了30℃。

“这就是失温,大家应该听说过前段时间的甘肃马拉松事故,那还是在地表,在水下失温也很可怕的。”朱一凡介绍说,这是许多市民



参与者记录各种实验数据

比较容易忽视也不甚了解的,“记住一条,溺水除了造成体力不支,还会有失温的危险,大家要重视。”

4种施救手段 伸、抛、划、游



4种施救手段中的“抛”

根据“中国消防”官方微信公众号发布的数据,落水者溺水后,不超过5分钟就会失去意识,10分钟左右就会导致死亡。而那些捡回一条命的人,六成以上会有严重的脑损伤。所以,溺水急救,时间就是生命。

“如果身边能有趁手的工具,能够切实起到救人的作用,那就节省了很多时间,成功率大大提高。”海曙消防救援大队南门站站长期略说,具体到日常生活中,除了救生圈、救生衣、安全绳等专业救援设备外,竹竿、绳子、泳圈以及一些有浮力的物品,也都能拿来一用,“至少可以保证落水者不那么快沉

下水、呛水乃至溺水。”

这里,就涉及普通市民施救最常见的4种手段,朱一凡将其归纳为四个字“伸、抛、划、游”。

“千万不要以为溺水者还会挥手、大喊大叫,实际上,真正的溺水者非常安静,看起来和玩水差不多。不会游泳的人,落水后只会扑腾几下,2到3分钟就会出现溺水反应。”一名有着多年水域救援经验的消防员介绍,落水者的手臂忙着划水,根本不可能伸出水面挥手,鼻子嘴巴时浮时沉,想呼救也很难发出声音。

那么在保证自身安全的情况下,究竟该如何救助他人呢?朱一凡介绍:“按伸、抛、划、游四种顺序,优先考虑‘伸’,伸出有一定长度的物体像竹竿等,把落水者救回来。在没能很好地实施这种救助手段的时候,考虑‘抛’,抛去身边大浮力物品给被救者,让被救者抱住浮力物品,实在没办法才考虑划和游。”

“水域救援的黄金时间是5分钟,专业救援人员5分钟内其实很难到达现场。要想尽办法增加溺水者的生存时间,只要人的脸部能浮出水面、保持呼吸就有获救希望。”在场的水域救援专家说。

记者 马涛
通讯员 尹莹棋 朱海波 文/摄