

# 红十字会应急准备

## 暴风雪安全检查表

一场中等强度的降雪可能在几个小时之内就演变成持续数日、飞沙走石、铺天盖地的暴风雪。有的暴风雪可以大到会影响几个州，另一些则只影响一个社区。许多暴风雪都伴有危险的低温天气，有时伴有强风、冰冻、冰雹和冻雨。

### 辨别差异

#### 暴风雪预测

暴风雪条件可能在接下来的 2 到 5 天内形成。

#### 冬季天气忠告

冬季天气条件会造成明显的不便，并可能存在危险。使用此警报表示这些情况不会威胁生命。

#### 暴风雪预警

暴风雪条件可能在 36 到 48 小时之内形成。在预警区内的人应当回顾暴风雪计划并留意天气变化信息。

#### 暴风雪警告

威胁生命的严寒冬季条件已经形成或将在 24 小时内形成。在警报区的人应当立即采取防范措施。

### 我该怎么办？



- ❑ 穿上多层轻便衣物，戴上连指手套和帽子（最好能盖住耳朵）。
- ❑ 穿防水、保暖的靴子以保持足部暖和干燥，并在冰雪中保护您的双脚。
- ❑ 尽量减少外出。如需外出，请在车上放置应急准备包。
- ❑ 收听 NOAA 气象广播或其他当地新闻频道，以了解国家气象局 (NWS) 发布的重要新闻。
- ❑ 给您的车加上防寒设备并在油箱加满油。加满的油箱可以保证输油线路不冻结。
- ❑ 安装暴风雪护窗或用塑料从内侧盖住窗户，以阻止冷空气进入，为您的家庭做好保暖。
- ❑ 维护取暖设备和烟囱，每年进行清洁和检查。
- ❑ 在冬季天气中，将宠物/伴侣动物带入室内。将其他动物或家畜移到有遮蔽的地方，并放上未冰冻的饮用水。
- ❑ 保持水流，即使是滴水，都有助于防止水管冻结。
- ❑ 所有的燃烧设备都应当向外通风并保持通风孔畅通。

### 严寒相关的急救

- ❑ **霜冻**和**体温过低**是两种危险且有可能为威胁生命的紧急情况。学习急救课程，了解如何应对这些紧急情况。

### 我需要哪些储备？



- ❑ 水——至少 3 天的储备；每人每天约 3.79 升（1 加仑）
- ❑ 食物——储备至少 3 天用量的不易变质、易烹饪的食品
- ❑ 手电筒
- ❑ 用电池供电或手摇式收音机（可能的话，收听 NOAA 气象广播）
- ❑ 备用电池
- ❑ 急救箱
- ❑ 药品（7 天用量）和医疗用品（有备用电池的助听器、眼镜、隐形眼镜、注射器和手杖）
- ❑ 多用途工具
- ❑ 卫生设备和个人卫生用品
- ❑ 私人文件副本（药品清单和相关医疗信息、家庭地址证明、房契/租约、护照、出生证明、保险单）
- ❑ 手机和充电器
- ❑ 家庭成员联系方式和紧急联系方式
- ❑ 备用现金
- ❑ 婴儿用品（奶瓶、代乳品、婴儿食品、尿布）
- ❑ 宠物用品（项圈、皮带、宠物身份证、食物、宠物包、碗）
- ❑ 保护住房的工具/用品
- ❑ 沙子、岩盐、不凝结泥土猫砂用于人行道和台阶防滑。
- ❑ 为所有的家庭成员准备保暖外套、手套或连指手套、帽子、靴子和备用毯和保暖服。
- ❑ 充足的备用取暖方法，如壁炉或燃柴或燃煤的炉子。

### 暴风雪过后我该怎么办？



- ❑ 如果您家在严寒时期断电或断热，请到指定公共避难所。
- ❑ 结冰、冻雨或小雨、下雪或有浓雾时，请不要开车。
- ❑ 在处理繁重的任务前，请考虑您的身体状况、天气因素和任务性质。
- ❑ 为了保护您自己免于霜冻和体温过低的侵袭，请多穿几层保暖、宽松、轻便的衣物。尽可能呆在室内。
- ❑ 帮助那些需要特别救助的人，如独居的老人、残疾人士和儿童。
- ❑ 检查您的动物，确保它们的水和食物不会被雪堆、冰或其他障碍物所阻隔。如果可能，请把它们带入室内。

### 注意：一氧化碳会致命

- ❑ 切勿在住宅、车库、地下室、低矮的空间或任何部分密闭的区域内使用发电机、烧烤架、手提油炉或其他以汽油、丙烷、天然气或木炭为燃料的设备。将设备放置在远离门、窗和通风口的地方，防止一氧化碳气体进入室内。
- ❑ 在使用电力、加热或烹饪的替代能源时，需要防范的主要危险就是一氧化碳中毒、电击和火灾。
- ❑ 在住宅内的每一层以及户外睡眠区的中心位置安装一氧化碳报警器，以便对不断聚集的一氧化碳做出及早报警。
- ❑ 如果一氧化碳警报装置报警，迅速转移到空气新鲜的地方或打开的门窗附近。
- ❑ 在空气新鲜的地方打电话寻求帮助，并在原地等待急救人员到来帮助您。

## 让您的家人知道您平安无事

如果您的社区正遭受严重的暴风雪或其他灾害，可登录 [RedCross.org/SafeandWell](https://www.RedCross.org/SafeandWell)，访在美国红十字会的“平安无恙 (Safe and Well)”注册，向家人和朋友报平安。如果您不能访问互联网，拨打 **1-866-GET-INFO** 登记您和您的家庭信息。