

# 提高灾害防治能力 构筑生命安全防线

习近平总书记指出:“人类对自然规律的认识没有止境,防灾减灾、抗灾救灾是人类生存发展的永恒课题。”今年5月12日是第十一个全国防灾减灾日,5月又是宝鸡市第十一个防震减灾宣传月,为深入贯彻习近平总书记关于防灾减灾救灾的新思想新理念新战略,全面落实“两个坚持”“三个转

变”的重要论述,围绕“提高灾害防治能力、构筑生命安全防线”的活动主题,宝鸡市地震局聚焦主责主业,积极开展群测群防,提升地震监测预报能力;夯实建设工程抗震设防基础,提升震害防御能力;加强地震应急准备,提升科学防震、有效减灾能力;持续开展防震减灾知识图片巡展、防震减灾知

识短片播放、地震科普知识手机信息群发、地震应急疏散演练、地震科普体验、防震减灾示范创建宣传、防震减灾知识培训等系列活动,大力普及防震减灾科学知识,切实提高社会公众应急避险能力,努力形成全社会共同防御地震灾害的合力,为推动我市“四城”建设提供更加有力的安全保障。

## 地震科普知识

### (1) 为什么会有地震

地球一直在运动着,除了绕太阳公转、地球自转之外,其内部也在一刻不停地运动着。

喜马拉雅山上的海洋生物化石、地下深处由植物生成的煤层、陡峭山崖上显示的地层弯曲与错动……都记载着地球内部运动的历史变迁。但是,地球内部运动并非都是缓慢的,有时会出现突然、快速地运动,引起地球表层的强烈振动,这就是地震。

地震也是地球内部运动的一种表现形式,与刮风、下雨一样,是一种自然现象。



2亿年前的地球大陆是一个整体

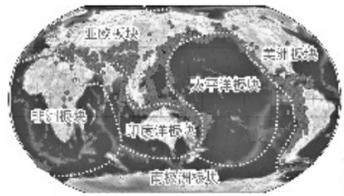
### (2) 大地震常常发生在哪儿

现有的太平洋板块、亚欧板块、非洲板块、美洲板块、印度洋板块和南极洲板块一直在不断运动着,这是引起地震的主要原因。

全球有85%的地震发生在6大板块的边界上,其余则发生在板块内部。全球地震主要分布在环太平洋地震带、亚欧地震带和海岭地震带上。环太平洋地震带上绝大多数地震发生在板块边界,亚欧大陆内部的地震多发生在板块内部。板块内地震既与板块之间的运动有关,也与局部地质条件有关。

我国处于亚欧地震带和环太平洋地震带之间,地震频发。

我国境内主要有23条地震带。地震活动较为强烈的地区是:青藏高原和云南、四川西部,华北太行山和京津唐地区,新疆及甘肃、宁夏,福建和广东沿海,台湾地区等。

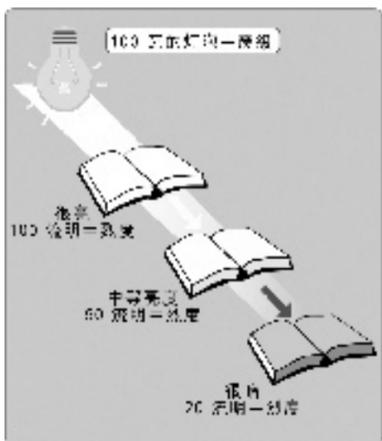


### (3) 地震震级和烈度不是一回事

地震烈度是衡量地震影响和破坏程度的一把“尺子”,简称烈度。烈度反映的是地震的后果,一次地震后不同地点烈度不同。烈度与震级不同。震级反映地震本身的大小,只与地震释放的能量多少有关。震级好比一盏灯泡的瓦数,烈度好比某一点受光亮照射的程度,它不仅与灯泡功率有关,还与距离远近有关。因此,一次地震只有一个震级,而烈度则各地不同。

一般而言,震中地区烈度最高,随着震中距加大,烈度逐渐减小。例如1976年唐山地震,震级为7.8级,震中烈度为XI度,天津市区烈度为VIII度,北京市多数地区烈度为VI度,再远

到石家庄、太原等地烈度就更低了。一般来说,3级以上地震,震中区人会有感觉;5.5级以上地震,会造成一定程度的破坏。



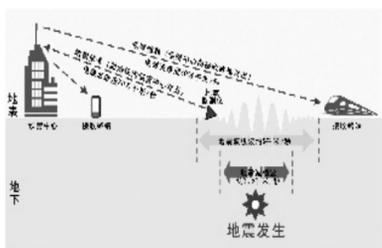
### (4) 地震预警不是地震预报

地震预警是在地震发生前告诉大家,某地某地可能会发生地震。地震预警是指大地震已经在某地发生了,抢在地震波到达之前,也就是严重灾难形成之前发出警告,并采取紧急措施。原理主要利用电磁波(30万千米/秒)和地震波(4-6千米/秒)的传播速度不同所产生的时间差。

这其实类似闪电和打雷,内电和打雷是同时发生的,只不过光速比声速快得多,远处的人们先看到闪电,后听到雷声。近处的人们就难以感觉到二者的时间差了。

2022年底我国将建成地震预警系统,虽然预警的时间只有几秒至几十秒,但是可以采取切断天然气、核电站反应堆停止工作、高速列车紧急制动、医院发电机自动开始运转等应急措施,防止次生灾害。

随着科技的进步,地震预警系统会做得更好,提供更多的服务。



### (5) 地震谣言不能信

地震谣言的危害性是非常大的,它不仅会影响我们的学习、生产和生活,而且会扰乱社会安定秩序。

#### 谣言的特点:

- ①不是政府部门正式发布的;
- ②“预报”的地震震级很大,发震地点、发震时间很具体;
- ③说外国人、某知名专家或某地震机构作了预报;
- ④带有封建迷信色彩或离奇传说的预报。

切记:我国发布地震预报的权限在政府,其他任何单位和个人都无权发布地震预报消息。对待地震谣言,要坚决做到“不相信、不传播、及时报告”。

## 震前应急准备常识

### (1) 怎样用科学的态度对待地震?

用科学的观点认识地震,用正确的方法防御地震。对个人来说,就是要树立防震减灾意识,并为之尽一份责,献出一份爱。

①正确认识地震现象,不怕地震。地震不以人的意志而发生,怕是没有用的。对待自然灾害,尽力研究它、防御它才有用。

②消除恐慌心理。学习防震减灾科普知识,了解地球、认识地震,不信谣、不传谣。



③立足于长期防御,克服侥幸心理。掌握地震应急、避险、震时自救互救的原则和技能,以便于地震时做出正确抉择、科学避险。

④支持防震减灾部门工作。发现地震宏观异常、地震谣言等情况,及时向防震减灾部门报告。

⑤建房、装修等必须考虑抗震设防。房屋是生活、工作停留时间最多的地方,也是地震时造成人员伤亡的主要地点。

⑥积极参与防震减灾活动。防震减灾活动由政府组织领导,大家要积极地参与其中,依法履行法定义务。



### (2) 怎样做好地震日常应急准备?

要形成“宁可千日不震,不可一日不防”的危机意识,一定要做好地震应急日常准备。

## 震时应急避险常识

### 怎样在地震时有效避险?

#### (1) 避险的主要原则

- 镇静! 防护! 疏散!
- ①临危不乱,要保持镇静,不惊慌、不盲目;因地制宜,根据建(构)筑物的抗震能力、所处位置、体能、室外环境等情况,选择合适的避险方法;
- ②沉着冷静,按预案和所掌握的知识,做好个人防护,果断、快速行动;
- ③有序疏散,避免因拥挤、踩踏或慌乱导致不必要的伤亡。

#### (2) 避险的主要方式

- ①紧急撤离。前提是发生强震,且居住在抗震能力弱的单层房屋或楼房的一、二层。保护头颈、眼睛、口鼻等重要身体部位。用书本、书包等其他结实物品护住头部;听从指挥,快速有序疏散。提防高空坠物,防止拥挤踩踏,不能跳楼。



②就地避震。前提是居住在抗震能力强的建筑物或楼房三层及以上。

伏地! 遮挡! 手抓牢!

蹲下,蜷曲身体,降低身体重心。保护头部,额头置于膝盖间。

抓住桌腿、床腿等身边固定物,防止摔倒或身体移位。

③掌握防震减灾知识:学习和掌握防震减灾知识(地震知识、应急避险、自救互救等),以及医疗救护常识、急救药品和消防设备的使用方法等。



④熟悉周边环境:熟知自己家庭和 workplaces 的应急避险环境,如疏散通道、水电和燃气开关、消防设备、应急避难场所等,周围环境是否有电、火、气、化工等危险源。

⑤合理放置家具物品:清理杂物,让门口、楼道畅通;固定大家具和家电,加固悬挂物品等;固定住墙上的悬挂物;将易碎物品放置于低处。

⑥制订家庭地震应急预案:准备必要的应急物品,如装有急救绷带、食品、饮用水、哨子、手电筒等应急物品的家庭防震包,并放在震时易拿到的地方;和家人商议地震对策,让家庭成员熟知遇到地震时,水、火、电、医疗急救等处置措施,约定联系方式等。



⑦积极参加防震减灾演练:平时找好紧急避险的地方,如卫生间、坚固的桌子下面,进行“10秒钟”紧急避险练习;找好安全、畅通的线路进行“1分钟”紧急撤离与疏散练习;参加一些社区组织的防震减灾演练等。

⑧主动加入志愿者队伍:根据自己的特长和能力,积极加入防灾减灾应急志愿者队伍,以便在需要时能够有针对性地参与救援工作。

一般建议采取“就近躲避”的方式避险,主要原因基于三点:发生强烈地震的概率很小;新建高层建筑具备抗震措施,基本满足“大震不倒、中震可修、小震不坏”;地震时慌乱逃生,因跌倒、踩踏、高空坠物等受伤的可能性非常大。

#### (3) 避震的主要方法

①在室内,尽可能地先打开门,关掉室内的煤气、电源等,保证逃生通道畅通,消除潜在危险源。可躲在小开间、内承重墙的墙根或墙角,以及桌子、床下面。尽量避开窗户、填充墙以及高大不稳固物体和重物、易碎品等。



②在室外,可以原地蹲下或半蹲,抓住身边固定物。要避开高大建筑物,如楼房、高大烟囱、水塔等;避开高耸危险物或悬挂物,如变压器、电线杆、广告牌、玻璃幕墙;避开危险场所,如狭窄街道、危旧房屋、围墙、高压线、煤气设施等。

③在公共场所,可躲在内承重墙的墙根或墙角,以及稳定排椅、桌椅、运动器具旁或下面,提防高空坠物和拥挤踩踏。

④在野外,可蹲在空旷之处、结实的障碍物下、沟坎下或隧道内。遇到岩崩、滑坡,要向垂直于滚石前进的方向跑,切不可顺着滚石方向往山下跑;要特别注意保护好头部。要远离水库、河岸、陡崖、山脚等,远离高压线、高架桥等危险环境。

## 宝鸡市防震减灾科普教育基地简介

宝鸡市防震减灾科普教育基地于2016年3月建成,面积56平方米,设有“主题展区”和“体验小屋”两大功能区。主题展区设有多媒体地震活动构造背景、地震模拟体验、地球构造与地震成因、地震波实时演示、地震虚拟仿真场景逃生、地震灾害虚拟翻书和地震知识抢答系统;体验小屋设有地震突然发生、房屋开始剧烈震动、电灯熄灭、天花板掉落、烟雾喷发、闪电不断、书籍到处散落

等模拟地震现场的惊恐情景及相关避险常识。

该教育基地利用信息、数字多媒体、虚拟现实等现代科技手段,以模拟体验、趣味参与、互动交流的方式,将知识性、趣味性和参与性有机地融为一体,让社会公众更加深入了解地震科普知识,增强防震减灾意识,提高应急避险和自救互救能力,从而达到最大限度减轻地震灾害损失的根本宗旨。



宝鸡市防震减灾科普教育基地面向社会公众开放,欢迎大家参观体验!

地址:市行政中心南广场文化墙东侧  
联系电话:0917-3260827 3260828