



亲历郑州地铁5号线 惊险3小时 水漫胸 缺氧

7月20日，郑州地铁5号线五龙口停车场及其周边区域发生严重积水现象。雨水倒灌入地下隧道和5号线列车内，乘客困于车厢中。其间，不断有5号线列车内的消息及视频传出，视频显示，车厢内积水一度漫至成人的胸部乃至头部。

21日3时10分，地铁隧道内被困人员已全部转移至安全地带。据央视新闻报道，此次暴雨洪灾，郑州地铁共疏散群众500余人，其中12人经抢救无效死亡、5人受伤送医。

丁小佩是河南交通广播的一名记者，在完成采访乘地铁回家时，和其他乘客一起被困在了5号线上。被困后，她在社交媒体上不断发出现场视频记录和求助信息，受到各方关注。她当晚6点左右被困，至晚上9点30分左右被救出。她回忆，当时，随着车厢内的水位越来越高，上层的空气越来越稀薄，缺氧成为被困人员遇到的最紧急的问题。后来有人拿着消防器材砸车厢窗户，窗破后氧气问题得到缓解。“自救是为了后面的获救。”她说。

“前面有光了，有人来救我们了！”随着救援人员的到来，车厢内有人开始高喊。令丁小佩印象深刻的是，消防员到达现场后，现场的节奏开始变得平稳，大家主动让被困的老人小孩先离开现场。

据澎湃新闻

这样自救

收好这份避险指南 关键时刻救你一命

暴雨洪灾来袭如何应对？收好这份避险自救指南，关键时刻能救命！

个人户外自救

寻找稳固的高地

1. 地势较高的广场、坚固的多层高层公共建筑的2楼以上区域(高于水面)。

2. 避免在桥梁，尤其是河道上的桥梁上避险，因为河道形成洪涝可能会冲垮桥梁。

避免进入危险区域

1. 避免登上河堤等防汛设施，超强洪水有可能冲垮堤防或者漫过堤防。

2. 避免进入建筑物的地下部分，以免水漫入地下。

- 3. 避免进入地铁等设施。
- 4. 不要进入地下涵洞、过街隧道等。
- 5. 不要进入地下人防工程。
- 6. 不要进入地下商街。
- 7. 避免靠近老旧建筑物。

8. 远离山坡，雨太大可能会造成次生灾害，如泥石流等。

9. 不要站在树下和树旁，不要靠近广告牌。

10. 不要站在下坡道上，以及汽车后面，水冲下来，连车带水撞到，会很危险。

不要开车到处跑

1. 不要开车到处跑，暴雨之下，地面情况完全被掩盖，无法准确判断积水情况，一旦滑入低洼，十分危险。

2. 尽快离开公共交通设施。暴雨之下，公共交通设施也存在危险，无论是公交车、地铁、出租车，乃至高铁等都可能中断，在地下停运的地铁、在低洼地带的公交车，都非常危险，离开交通工具，找到安全位置。

3. 如果离开交通工具，最好保持集体行动。全车人一起撤离，最好彼此手拉手，确保无人掉队。

4. 在暴雨下，积极寻找安全位置的时候，不要急着去打电话、发朋友圈、自拍、玩手机等，雨水可能会损坏手机、太早消耗掉电，后果可能很严重。

5. 找到高地，在确保自身安全的情况下，再去使用电话和外界联系。

远离电力设施

1. 避险过程中一定要远离电力设施，远离高压线、高压电塔、变电器，远离有供电危险标志的一切物品。

- 2. 远离电线和绳索状的物品。
- 3. 远离电闸、配电箱。

4. 在无法确保身体和手干燥的情况下，不要碰触插座、开关等带电设备。

- 5. 避免站到露天的高处，避免雷击。

个人通信

1. 在户外遇险，要确保手机能支持到救援人员抵达，确保自己在得到安全后还有能力和亲友联系，因此节约用电！

2. 在离开交通工具的时候，可以给亲友发个消息，无论微信还是朋友圈，标记自己的位置、车辆的位置、自己撤离的计划，然后和大家一起撤离。

3. 到达安全位置后，再发一条信息，标记自己当前的位置和身边

人员的情况，告知大家自己暂时安全，并为了节省电力会减少和外界联系。

4. 如果周围水情已经导致自己无法离开，可以立刻向警方汇报自己所处位置、有多少人、周围水情、紧急通信方式等，然后停止使用手机，等待救援。

5. 如果周围环境支持你给手机充电，或者你手中有富余的充电宝等，可以立即充电，但是减少使用手机。

社区自救和居家自救

1. 在灾难来临时，居委会就是最基层的离你最近的政府。积极和居委会取得联系，和自己的楼长、单元长取得联系，就能快速组建居民自救集体。

2. 低楼层的人员应立即做好转移的准备。如果水没有漫进单元，可以利用这个时间，做人员转移的准备，整理需要携带转移的物资。

3. 老弱病人等需提前进行转移。如果可能，申请借住到高楼层的邻居家。如果不便，可以暂时在高楼层过道、楼梯上进行安置。

4. 提前备好老人、儿童和病弱人士使用的必要用品。

5. 断掉家中的电源，避免家中进

水导致设备短路和电线短路，造成电火灾。

6. 关闭各级燃气开关，避免燃气泄漏。

7. 随身携带手机、充电线、充电宝，确保有通信能力。

8. 关闭门窗，尽量避免进水。

9. 可以随身携带一些备用的食物，如饼干、方便面等。

10. 如果家中有游泳圈、充气艇、充气床等物品，可带在身边。

11. 可随身携带水果刀、剪刀、创可贴、外用消毒药物、抗生素，以及家人日常使用的药物等。

12. 如果有救助用的绳索之类的，也一并带好。

企事业单位自救

1. 在暴雨和洪水来临的时候，不必要求全员在岗，而应该及时组织人员撤离到安全位置，积极应对下一阶段的事态。

2. 企事业单位如确保安全，应积极启用自己手中的救援物资。做好救援物资的管理和分发，在确保自身安全的情况下，对临近地区的人员提供必要的支援。

3. 企事业单位如有确定安全的场地（如地势较高的广场、可容纳较多人员的房屋等），可积极做好开放接纳避险人员的准备。

4. 企事业单位可以组织自身的安保团队，负责自己物业和辖区范围内的秩序管理，并设法和

当地公安部门取得联系，将现场情况及时上报公安部门，获得相关的指导。

5. 在确保安全的情况下，企事业单位应该设法打通自己周边的通道，使用自己的通信设施、信息发布设施和户外设施，对外发布信息，告知自身安全情况、人员情况、可提供场地情况、可提供物资情况。

6. 在可能的情况下，设法保证提前储备好水、粮食、食物、卫生用品等。除可以确保本单位驻留人员使用外，必要的情况下还可以救助需要的人。

据央视新闻微信公众号



视频截图