

红十字会应急准备

雷暴安全检查清单

如果雷暴产生直径至少为 **2.54 厘米 (1 英寸)** 的冰雹或引起的阵风风速至少为 **25.93 米/秒 (58 英里/小时)**，该雷暴就是强雷暴。每次雷暴都会产生闪电，每年因这些闪电造成的死亡人数要多于因龙卷风或飓风遇难的人数。雷暴引起的暴雨可导致山洪暴发，强风可毁坏房屋、吹倒树木和电线杆，造成大面积的电力故障。

辨别差异

强雷暴预警——预警区域内或附近有可能发生强雷暴。如果发布了强雷暴警告，要随时了解相关消息，做好应对准备。

强雷暴警告——气象观察员已报道或雷达已显示恶劣天气情况。警告表明生命和财产即将面临危险。

每年都有很多人因忽视事先强雷暴警告而遇难或受重伤。有些人没有听到警告，而另一些人听到了警告但是没有在意。以下信息，加上及时的恶劣天气预警和警告，可能有助于拯救人的生命。

怎样做好提前准备？



- 了解当地社区的强雷暴紧急警告系统。
- 与家中全体成员共同讨论雷暴安全问题。
- 在住宅里挑选一个安全的地方，作为雷暴来临时家中成员聚集的地方。这个地方应远离可能被强风或冰雹损坏的窗户、天窗和玻璃门。
- 列出强雷暴发生时应拿进室内的物品的清单。
- 将树和灌木修剪整齐，并移除毁坏的枝条，以增强它们的抗风能力。
- 确保您的宠物在室外的窝也得到与您的住宅同样的保护，以保护宠物的安全。
- 如果您正在考虑安装避雷针，请咨询当地的消防部门。
- 接受急救训练并学习如何应对紧急事件。
- 准备一个应急准备包：
 - 水——每人每天 3.79 升 (1 加仑)
 - 食物——不易变质，容易准备
 - 手电筒
 - 电池供电或手摇供电收音机（如果可能，准备一台 NOAA 天气预报收音机）
 - 备用电池
 - 急救箱
 - 药物（可供七天使用）和医疗用品
 - 多功能工具
 - 公共卫生和个人卫生用品
 - 个人文件副本
 - 带充电器的手机
 - 家庭和紧急联系信息
 - 额外的现金

雷暴发生时，我该怎么办？



- 收听当地新闻或 NOAA 天气预报广播，来了解最新的紧急事件信息。注意风暴的征兆，如变昏暗的天空、闪电或逐渐增强的风等。
- 如果可能发生雷暴，请推迟室外活动。许多被闪电击中的人并没有处于正在降雨的区域。
- 如果发布了强雷暴警告，请到坚实的建筑物内或关闭了窗户的车辆内躲避。请不要呆在活动房屋内，它们可能被暴风吹翻。
- 如果您能听到雷声，那么您被闪电击中的危险性就很大。如果雷声响起，尽快到室内去！国家气象局 (The National Weather Service) 建议在最后一次雷声过后至少还要在室内呆 30 分钟时间。
- 避免使用电器和电话。使用电池供电的电视机和收音机。
- 安全关好窗户和外面的门。远离窗户。
- 不要洗澡、淋浴或使用抽水马桶。
- 如果正在开车，尝试安全地离开车道并停车。暴雨结束之前，留在车内并开启紧急闪光灯。不要接触金属或车内外其他任何导电的表面。
- 如果您在室外且不能到达安全的建筑物内，请远离高地、水、高大孤立的树木和金属物品，如栅栏或露天看台。野餐亭、防空洞和棚屋都不安全。

雷暴过后我该怎么办？



- 绝不能开车穿过被洪水淹没的道路。赶紧掉头，别溺水！
- 远离被风暴毁坏的区域，以免自己处于强雷暴影响导致的危险中。
- 继续收听 NOAA 天气广播或当地广播与电视台新闻，以获取最新的信息或指导，因为通向公路的道路或社区的某些部分可能被堵塞。
- 请帮助可能需要特别帮助的人，如婴儿、儿童、老人或残疾人。
- 远离掉落在地上的电线并立即将此事报告给相关人员。
- 密切注意您的宠物。要直接看管好它们。

如果不幸被闪电击中.....

如果有人不幸被闪电击中了，请遵循以下步骤：

- 打电话求助。**请拨打 9-1-1 或当地的急救电话号码。任何被闪电击中的人都需要专业的医疗救护。
- 检查被闪电击中的人是否受到烧伤或其他伤害。**如果停止呼吸，请拨打 9-1-1 并开始对其进行心脏复苏术 (CPR)。如果呼吸正常，检查其他可能的伤害，如有必要，对受伤之处进行处理。被闪电击中的人并不带电，可以安全对其进行救护。

让您的家人知道您平安无事

如果您正处在受灾区，可通过 [RedCross.org/SafeandWell](https://www.RedCross.org/SafeandWell) 访问美国红十字会的“平安无恙 (Safe and Well)”网站进行注册，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** 登记您和您家庭的信息。