American Red Cross

做好红十字会准备
Prepare so you can protect.

山体滑坡

做好准备清单

山体滑坡是指岩石、泥土和泥浆从斜坡上滚下。它们可以是突然发生，也可能是随着时间的推移缓慢出现。它们是致命的，可以冲走房屋和道路。山体滑坡可能由地震、大雨、融雪、火山爆发和野火引发。泥流、泥石流、土石缓滑和雪崩都是山体滑坡的类型。气候危机正在导致更强烈的降雨、更早的融雪、海平面上升和更大规模的野火，增加山体滑坡的风险。但我们可以采取做好准备的措施。现在就做准备，保护好您自己、您的亲人和您的家。

应该做什么：之前

知道您的风险

- 了解您所在地区的山体滑坡的风险。山体滑坡发生在美国的每一个州和领地。任何山或山坡都可能有山体滑坡。
- 之前发生过山体滑坡是再次发生山体滑坡的最大风险因素。
- 即使几英寸的斜坡移动也可能损坏您的家，破坏化粪池、下水道、水管，导致房屋的地基有裂缝。
- 知道导致山体滑坡的原因和迹象

导致山体滑坡的原因	山体滑坡的迹象 您所在地区的活动
自然原因 •大雨 •土壤水涝 •海浪或河流侵蚀 •陡峭的斜坡 •地震 •野火 **人为原因** •水排到陡峭的斜坡上 •不安全的挖掘 •化粪池放置不当 •施加在斜坡上的重量过重 •路面无排水 •不安全的填充区 •灌溉系统监控不善 •野火	•倾斜或弯曲的树木 •公用设施线下垂 •在新地方出现的泉水或突然停止流动的溪流 •地面裂缝 • 斜坡上的土丘 •凹陷或破损的道路 •街道、墙壁、地板以及门窗周围有裂缝 •管道泄漏或破损 •倾斜的地板、柱子或墙壁 •门窗突然开始粘住 •土壤朝远离地基的方向移动 •观察您家附近的雨水排水模式。注意径流水汇聚的地方。这可能表明区域容易发生山体滑坡。

降低您的风险

- 考虑咨询专业人士对您的土地进行测量。有方法降低您遇到山体滑坡的风险。
- 避免在陡峭的斜坡上挖土。
- 在斜坡上种植更多的本土树木和植物，避免砍伐它们。
- 引流落在屋顶或车道上的雨水，使其远离有山体滑坡风险的斜坡。

制定确保安全的计划

- 了解您所在地区的紧急情况回应和疏散计划。
- 为您的家庭或企业制定您自己的应急计划。

如果您认为山体滑坡可能发生

- 疏散！避开山体滑坡或泥石流的路径是您最好的保护。
- 在您安全之后：
  - 拨打**9-1-1**报告紧急情况。
  - 告知受影响的邻居。您的邻居可能没有意识到危险。

理解山体滑坡警报

- **山体滑坡警报：**警报说明某个区域发生山体滑坡的可能性。
- **山体滑坡警戒：**警戒表明山体滑坡是有可能的。山体滑坡警戒区域的人们应监测天气状况并考虑避开该区域。
- **山体滑坡警告：**警告表明正在发生山体滑坡。避免该区域。如果您在山体滑坡区域，疏散。

发生雪崩时怎么办?

雪崩是指大量的雪从山上快速向下移动。雪崩停止后，雪因压缩变得很结实。被困在下面的人可能无法从雪堆里挖出来。
人们可能会因窒息、创伤或体温过低而死亡。

雪崩发生前为其做好准备：

- 了解您当地的雪崩风险。
- 避免风险较高的区域。
- 了解危险较大的迹象，包括最近发生的雪崩和斜坡上的裂缝。
- 接受如何识别危害状况的培训。
- 注册接收 U.S. Forest Service Avalanche Center（美国林务局雪崩中心）的警报。您的社区也可能有当地预警系统。

应该做什么：期间

- 确保安全的唯一方法是在山体滑坡发生之前撤离该区域。密切遵从当地官员的指南。如果建议疏散，则立即疏散。如果您感觉自己处境危险，不要等候官方公告，立即疏散。
- 监测天气条件。请注意，猛烈、短暂的降雨可能会导致山体滑坡。
- 切勿穿过有水或泥浆流动的道路。**掉头，不要溺水！**
- 有危险时避开河谷和低洼区域。

应该做什么：之后

确保安全

- 远离该场地。有可能发生更多滑坡。
- 在不进入直接滑坡区域的情况下，检查是否有受伤和被困人员。引导训练有素的救援人员前往他们的地点。
- 如果您已经疏散，听从权威机构，了解是否可以安全返回。
- 远离受损或掉落的电线、电线杆和坠落的电线。它们可以导致您触电。
- 检查您的房屋和财产是否有损坏。在需要时咨询专业人士。
- 通过景观美化和植物来稳定您的土地。

照顾好您自己

- 灾害或其他紧急情况过后经常感觉糟糕、压力大或焦虑是正常的。
- 健康饮食、充足睡眠，以帮助您应对压力。
- 您可以在需要与他人交谈时联系免费的灾害困扰帮助热线。拨打或发送短信至**1-800-985-5990**。

美国国家红十字会版权所有 © 2023。版本1。发布于2023年3月1日

用到的危害和保护措施图标由 FEMA 提供，可在 community.fema.gov/ProtectiveActions/s/protective-actions-icons 获取