

---

## 旅游活动风险防范——野外探险

### 野外探险活动风险防范

1. 不要在沼泽旁驻扎宿营。
2. 一定使用蚊帐。
3. 少脱衣服。
4. 搭起的床离地至少 1 米。
5. 点燃的香烟，可使许多咬住皮肉的虫子松口。
6. 毒蛇咬伤后先扎止血带，后排毒。若手足部被咬伤引起肿胀时，上肢者穿刺到八邪穴，即 4 只手指指缝之间。下肢者穿刺八风穴，即 4 只脚趾趾缝之间。以加速排毒，加速退肿。穿刺方法：用钝针头粗针平刺直入 2 厘米。
7. 雪地遇险，不可用雪擦冻伤的肢体，也不可按摩。
8. 沙漠遇险，要挖沙坑，昼伏夜行，想办法积聚晨露。
9. 旅游装备用品应根据实际需要需要选择携带。特定探险旅游环境中的用品必须有极高性能指标，如洞穴探险、攀登雪山、考察原始森林等。以下列出普通野外探险旅游用品。选购时以小巧精巧为原则。
  - 1) 帐篷。  
主体、附件、缆绳、铁钉、铁锤、木锤、铲子、锯子、其他。
  - 2) 光热用品。  
然用油、火柴、蜡烛、打火机、手电筒、蓄电灯、电池。搜寻和营救人员能从很远的距离看到手电筒的亮光。它们是引起营救人员注意你自己的最好办法，且方便随身携带。如果你生火有麻烦的话，手电筒可就能帮上你的大忙。
  - 3) 寝具。  
睡袋、垫子、毛毯、其他。
  - 4) 炊事用品。  
锅、炉、盆、碗、勺、桶、刀、铲、杯、叉、筷、壶。
  - 5) 食物。  
主食、调料、饮料。出发前，你必须携带一种户外食品，探险必备，旅行常备——优易活力旅途，这个在没有食物的情况下可代替食物维持生命 5-10 天，为等待营救提供宝贵的时间。
  - 6) 个人用品。  
背囊、副囊、背包、外套、内衣、帽子、袜子、靴子、拖鞋、手套、雨具、牙膏、牙刷、香皂。笔记本、地图、指南针、现金、信用卡、相机、手表、驾照、身份证、通讯工具。
  - 7) 急救箱等医药用品。  
唇膏、防晒品、创口贴、止痛药、消食片、感冒药、消毒药、棉、纱布、风油精、酒精，带上一些速凝血（Quick Clot）或 Celox 快速止血药来处理严重出血，再带上镊子、针线、抗菌素膏、防晒霜和任何你需要的特别药品，以备急用。
  - 8) 口哨。  
当你在森林里迷路时，口哨是帮助你发出信号的最好工具。定期性地吹口哨所需的能量比叫喊少得多，而且高音调的口哨声传播距离更远。
  - 9) 塑料垃圾袋。  
塑料垃圾袋又薄又轻，可用途很多。你可以把它们用作盛装雨水的容器，或截 3 个洞当成临时性的雨布，它还可当作庇护所的防风布。

---

10. 组织野外生存生活综合训练过程中，导游（领队）应有考虑周详的安全措施。

- 1) 作好缜密完整的探险计划和充分的物质准备，包括活动目的、路线、日期、分工、纪律、装备、物品、旅游者档案等，并让每位旅游者彻底了解。
- 2) 健康管理。出发前应对旅游者进行健康检查，如有不适宜的情况，则应停止野外生存生活训练。
- 3) 组织必要的体能、技能和心理方面的培训。
- 4) 导游（领队）与旅游者直接商定参加普通意外伤害保险或特种意外伤害保险事宜，从而使旅游者获得较大的风险保障。
- 5) 组织队伍。将队伍分成 5—12 人一组，整个队伍不可拉得太长，应经常保持前后呼应的状态，要约定一些联络信号。还应安排有责任感、对活动计划十分了解、有经验的人担任留守。配备医务人员。

### 发生事故紧急处理方案

#### 1. 避免雷击

野外活动中存在遭受雷击的危险性。但是通过采取科学有效的措施可以显著地降低这种危险性：

- 1) 预知打雷和雷击。先看到乱积云变大，不久即变成雷云，赶紧到安全地方躲一躲。收音机中有刺耳的杂音、忽下大粒雨滴也是打雷的预兆。
- 2) 跑向低地。
- 3) 远离高树或密叶树林。
- 4) 远离铁塔，去除身上的金属物，装入塑料袋中。
- 5) 如在水域活动，要赶紧上岸。
- 6) 不要聚集在一起，应分散开。
- 7) 小屋内、汽车内、岩背阴处或凹处也是很好的躲避之处，但注意不要靠墙。

#### 2. 落石雪崩

- 1) 由高处掉落的一块小石头有时也会严重伤人，甚至致人死亡。因此在山间行走时，一定要注意是否有落石标志，要仔细观察，分辨浮石，一般讲在多石头的地方，浮石的颜色比周围石头新；通过易发生落石区域时，应戴好安全帽或用厚衣服蒙住头，快速通过；尽量提早发现落石，及时避让，避免意外伤害；行走中不小心踏落石头时，要立刻喊出声，通知下面的同伴。
- 2) 雪崩的威胁非常大。因此，进行野外生存生活训练时，首先要向当地住户打听哪些地方有潜在危险，以避开经常发生雪崩的地区。由地貌特征也能判断雪崩常发地区，如山坡上有雪崩大槽，山坡上方有悬浮的冰川，山脊上有雪檐等。雪崩前，有雪块、冰片落下，这时要确认冰落的方向，然后再决定逃离方向。一旦来不及逃脱而卷入雪崩，手脚要快速地像游泳一样运动，尽量使头部浮在雪上，同时抛出身上携带的一些物品作为标识物，以便别人知道你被雪埋的具体位置，及时营救。

#### 3. 防止迷失

在山林中行进，遇到竹林、草海、峭壁等地形时，轻易不要进入或攀爬。同时，要随时注意掌握方向，此时指南针和地图会有重大效用，万一没有时，可以采取以下方法辨认方向：

- 1) 寻找北极星：大熊星座是由七颗星排成勺状，勺端两颗星向前延伸约五倍距离，即北极星，也就是北方。
- 2) 观察植物：竹茎向南面的部分颜色较绿，北面较黄；顶尖在无风时垂向南方。树干的年，南侧排列较松而北侧较密。青苔和蕨类多长在北向的地方。

- 
- 3) 表景观测法：找一小棒立于手表中央，转动表的角度，使小棒投影与时针重叠，此时时针与 12 点所形成夹角的中分点，即指向北方，另一端则为南方。
  - 4) 野外行进过程中，沿途可留下记号，便于原路返回，或供同伴跟随以及为救助者提供线索。记号可以是随身携带的布条等物品，绑在树上或压在石头下，也可就地取材做成。

#### 4. 身体不适

身体不适，感到头昏脑胀时，应放松心情，躺卧下来，解开束缚身体的衣物或包袱。告诉同行者自己的症状是发冷还是发热、何处发痛？然后再考虑处理办法。如果脸色发红，呼吸急促，不出汗，这很可能是中暑，应将不适者抬到树荫下休息，并将头部垫高，身体平卧，保持安静，注意降温，同时可服用人丹、十滴水、淡盐开水等。有呕吐症状时，要取俯卧姿势，右手放在下巴下作枕头，放松身体，呕吐后应漱口，并安静休息，如症状加重，则赶快送医院。打喷嚏、发寒、头痛是感冒初期的症状，使用普通感冒药，多休息即可治愈，如果在野外露营时患感冒，应注意多吃温热食物，保暖，早睡，让身体出汗，症状就会有好转，如果迟迟不退烧，可服用解热剂。腹痛的原因很多，依部位判断，左下腹部发痛，可能是食物中毒，或者身体受凉，服用正露丸这类药品，并注意保暖腹部，放松静躺休息即可痊愈；右下腹部发痛，有阑尾炎的危险，可先服用止痛剂，并迅速送医院治疗；胃部发痛、发烧、恶心时，可服用肠胃药治疗。

#### 5. 蜇伤咬伤

- 1) 一般情况下，被蚊子、跳蚤、臭虫等叮咬，野蜂、毛毛虫等蜇伤，蜈蚣、蚂蟥等咬伤，涂上风油精、万金油，或口水、肥皂，即能起到消炎、止痒作用；被野蜂蜇伤后，会产生剧痛、眼花恶心等症状，如果发现蜂尾部的毒腺及螫针还留在伤口上，应该用小镊子或小钳子拔除，不要用手掐。随后用醋酸涂擦伤口，消肿止痛，也可用野菊花叶、夏枯草捣烂敷伤口；遭到蚂蟥叮咬时，不要使劲往外拉，以免拉断而将蚂蟥的吸盘留在伤口内，引起伤口发炎、溃烂。正确的处理方法是，用手掌在旁边拍击，蚂蟥受到惊吓会自动调下来，也可用风油精、食盐洒在蚂蟥身上，或用烟头烫；人的皮肤受到毛毛虫身上毒毛的侵害，会感到辣、痒、痛，并伴有红肿症状。这时应小心地将毛毛虫从身上清除，再用胶布粘在皮肤上，揭下时可以将毒毛去除。还可以采些马齿苋、蒲公英、野菊花等清热解毒的草药捣烂后涂擦或外敷。如果全身出现皮疹，可服用扑尔敏等抗过敏药；由于毒蝎子、毒蜈蚣等的毒性比较大，遭到袭击后应采用对付蛇伤的方法处理。
- 2) 在山野中行走时，不要随便将手插入树洞或岩石空隙等蛇在白天的休息之处。
  - a) 如何判断是否被毒蛇咬伤。从外表看，无毒蛇的头部呈椭圆形，尾部细长，体表花纹多不明显；从伤口看，由于毒蛇都有毒牙，伤口上会留有两颗毒牙的大牙印，而无毒蛇留下的伤口是一排整齐的牙印；从时间看，如果咬伤后 15 分钟内出现红肿并疼痛，则有可能是被毒蛇咬了。
  - b) 被毒蛇咬伤后的急救。咬伤后不要剧烈奔跑，以减慢人体对蛇毒的吸收和蛇毒在人体内的传播速度，减轻全身反应；记住伤口的形态，详细告知急救的医务人员，如果把蛇打死，则带上死蛇，以便医务人员及时、正确地给以治疗；被毒蛇咬伤后，应立即用柔软的绳或带结扎在伤口上方，以阻断静脉血和淋巴液的回流，减少毒液吸收，防止毒素扩散；应急排毒。立即用冷茶、冷开水或泉水冲洗伤口，有条件的话可用生理盐水、肥皂水、双氧水、千分之一的过锰酸钾溶液、四千分之一的呋喃西林溶液冲洗。施行刀刺排毒，用清洁的小苗刀、痧刀、三棱针或其它干净的利器挑破伤口，不要太深，以划破两个毒牙痕间的皮肤为原则，或在伤口周围的皮肤上，用小苗刀挑数孔，刀口如米粒大小，这样就可防止伤口闭塞，使毒液外流，刀刺后应马上清洗伤口，从上而下向伤口不断挤压 15 分钟左右，挤出毒液。如果伤口里的毒液不能畅通外流，

---

可用吸吮排毒法，采用拔火罐、针筒前端套一条橡皮管来抽吸毒液，无工具时可直接用嘴吸吮，但必须注意安全，边吸边吐，每次都用清水漱口。内服、外敷药物，具体用什么蛇药，应根据当时当地能立即采到为原则，灵活运用。

## 6. 损伤骨折

### 1) 损伤出血的急救法。

在野外，有时因意外而造成身体某部位损伤出血，小的出血无需特殊处理可以自行愈合，而严重出血常会危及生命，须采用紧急的止血措施。如果是一点伤口，用手指或清洁布块直接压在伤口上面即可止血，血渗透布块应反复替换，直到出血减弱，这时才用消毒纱布盖好，绷带固定。如果是切伤或砍伤，血流不止，这是动脉出血，危险性很大，必须用止血带止血，但注意止血带扎紧后应有间隔的松开再扎紧，以免被捆扎处以下的肢体血液循环完全中断而引起肢体坏死。另外还可用清洁的纱布或止血棉等止血剂填塞在伤口内，再用加压绷带固定。

### 2) 骨折及扭伤。

野外生存生活实践中，脚滑倒或身体失去平衡而摔倒很容易发生骨折、脱臼或扭伤。发生骨折或扭伤时，首先应保持安静休息，不要勉强走动，使伤口恶化。接着可用河水、冰、雪等冷却患部，千万不要按摩。然后用木板或代替物夹住患部，用绷带加压固定。抬高患部，超过心脏。最后送往医院，搬运时应小心谨慎，一般可采用两人做手椅、单人背负、两人搀扶、担架搬运的方法。对于脊椎受伤的患者，一定要放在平坦而坚固的担架上固定后送往医院，身体不能弯曲，否则可能会造成脊髓损伤而导致瘫痪。

## 7. 求救信号

遇难时获救的首要前提是与外界取得联系，使他人知道你的处境。SOS(Save Our Soul)是国际通用的求救信号，可以在地上写出或通过无线电发报，也可用旗语通讯方式打出或者通过其他方式发出代码。另外，几乎任何重复三次的行动都象征着寻求援助。如点燃三堆火，制造三股浓烟，发出三声响亮的口哨、枪响或三次火光闪耀。如果使用声音或灯光信号，在每组发送三次信号后，间隔1分钟时间，然后再重复。

### 1) 烟、火信号。

燃放三堆烟、火是国际通行的求救信号。将火堆摆成三角形，间隔相同最为理想，可方便点燃。在白天，烟雾是良好的定位器，所以火堆要添加胶片、青树叶等散发烟雾的材料，浓烟升空后与周围环境形成强烈对比，易受人注意。在夜间或深绿色的丛林中亮色浓烟十分醒目。添加绿草、树叶、苔藓和蕨类植物都会产生浓烟。黑色烟雾在雪地或沙漠中最醒目，橡胶和汽油可产生黑烟。信号火种不可能整天燃烧，但应随时准备妥当，使燃料保持干燥、易于燃烧，一旦有任何飞机路过，就尽快点燃救助。白桦树皮是十分理想的燃料。为了尽快点火，可以利用汽油，但不可直接倾倒在燃料上。要用一些布料做灯芯带，在汽油中浸泡，然后放在燃料堆上，将汽油罐移至安全地点后才能点燃。切记在周围准备一些青绿的树皮、油料或橡胶，以放出浓烟。

### 2) 地对空信号。

寻找一大片开阔地，设置易被空中救援人员观察发现的信号，信号的规格以每个长10米，宽3米，各信号之间间隔3米为宜。“I”——有伤势严重的病人需立即转移或需要医生；“F”——需要食物和饮用水；“II”——需要药品；“LL”——一切都好；“X”——不能行动；“→”——按这一路线运动。

### 3) 其他信号。

- 
- a) 光信号。利用阳光和一个反射镜或玻璃、金属铂片等任何明亮的材料即可反射出信号光。持续的反射将产生长线 and 圆点，这是莫尔斯代码的一种。
  - b) 旗语信号。左右挥动表示需救援，要求先向左长划，再向右短划。

