灾难

防备指南



市长办公室 | 紧急事务管理署 | houstonoem.org

休斯顿市紧急事务管理署

使命

休斯顿市紧急事故管理署（OEM）负责协调全国第四大城市的应急响应活动。OEM 还通过为居民和市政部门提供信息和服务，来协调休斯顿在灾难期间的紧急响应。在居民和社区合作伙伴的支持下，OEM 负责确保休斯顿在应对大规模紧急事件和灾难时能够充分做好准备，有能力应对灾难并从灾难中恢复。

紧急事件防备

休斯顿居民对紧急事件并不陌生。休斯顿位于墨西哥湾沿岸并且是全国工业中心之一，这导致我们很容易受到自然和人为灾害影响。紧急事件会扰乱日常生活，并对我们的家人、好友和邻居带来严重影响。这就是防备工作的重要意义所在。掌握应对灾难的知识、技巧和能力是每个人的责任。休斯顿居民可按照以下四步防备流程来提升防备能力：制定应急计划，准备应急包，了解灾难信息，以及帮助您的社区成员做好准备。

OEM的工作职责是帮助居民做好应对准备，同时也负责休斯顿市灾难响应的协调工作。OEM 确保市政不同部门之间协调合作，调动各种资源开展灾难响应工作，并通过方案和协议引入外界援助，以恢复基本服务并帮助休斯顿重振旗鼓。休斯顿居民、企业和社区组织的紧密合作是灾后快速恢复的关键因素。本灾难防备指南将帮助您更好地应对未来的重大灾难。感谢您迈出了第一步。

休斯顿市

紧急事务管理署

713.884.4500

houstonoem.org

@houstonoem

facebook.com/houstonoem

@houstonoem

内容目录

防备对策清单 4
制订并演习您的应急计划 4
准备应急包 6
随时了解情况 9
警报、短信、社交媒体和手机应用程序 10
认识您的邻居 11
社区紧急响应团队 12
邻里准备 13
行动困难与机能障碍人士的紧急事件防备对策 13
自然灾害 15
飓风 15
恶劣天气 16
气温紧急事件 21
疏散信息 24
疏散 24
飓风疏散邮区图 26
逆向交通疏导 28
风暴过后 29
灾后恢复 29
重返家园 29
公用设施 30
食品安全 30
电机安全 30
管理残骸 31
饮用水 32
公共卫生威胁 33
人为灾害 35
危险品事件 35
化学物释放 36
放射物质事件 37
生物性威胁 39
恐怖主义威胁 40
滥杀性枪击事件 43
网络犯罪 45
紧急联络信息 46
了解应当与谁联系 46
紧急联络信息 48



PREPAREDNESS CHECKLIST 4 STEPS

知道如何保护您自己和家人。我们将在下文中介绍常见灾害及应对措施。

制订并演习您的家庭

应急计划

每个家庭都有其独特性。在制订计划时，请务必考虑到每个成员的需要。与家人一起商量，确定在紧急情况下如何相互取得联系，去往何处以及采取什么措施。

- ☐ 确保每位家庭成员知道重要的电话号码，孩子知道父母的全名。
- ☐ 在电话旁和应急包中保存一份联系名单。必须准备好手机充电器。
- ☐ 确保在家中找到一个可以安全躲避风暴的房间。
- ☐ 确定从家中逃生的最佳路线，在每个房间找出两条逃生路线。
- ☐ 确定一个住宅之外的集合地点，以及一个社区之外的集合地点，以防无法回到家中。
- ☐ 选择一位住在本市的好友或亲属，以及一位住在本市之外的好友或亲属，便于您的家人在失散时与之联系。
- ☐ 如果您需要带宠物撤离，请制定详细的行动计划。
- ☐ 将一份家庭应急计划副本放入补给包或其它安全、防水且在灾难中容易找到的地方。
- ☐ 如果您生活在疏散邮区（见第 26-27 页），请提前计划好疏散路线。
- ☐ 行动不便或机能障碍人士，请参阅第 13-14 页了解详情。

- ☐ 了解在紧急情况之后在哪里可以获得有关避难所和服务的信息。访问 **houstonemergency.org** 或致电 3-1-1 找到最近的避难所。
- ☐ 请记住，所有紧急避难所均设有残障人士通道，且始终接受服务型动物和宠物。请了解，宠物可能会被安置在附近，不一定在避难所与人同住。
- ☐ 请记住，取款机需要电力才能运行，在灾害之后可能无法使用。在安全的地方留些备用现金总是个好方法。
- ☐ 如果您在高层建筑内生活或工作，记住要向建筑物的管理处了解应急方法，例如发生火灾时。

针对住宅的应急防备措施：

- ☐ 安装安全设备，例如烟雾报警器、一氧化碳检测器和灭火器。同时定期对其测试。

  休斯顿居民可申请免费的烟雾报警器（包括适于失聪或听力障碍人士的报警器），请访问 **houstonfire.org** 并点击“Community Interaction”。
- ☐ 学习基本的安全技能，例如心肺复苏术 （CPR）、急救护理及使用灭火器。
- ☐ 知道如何及何时关闭水电总闸。
- ☐ 在家中所有电话旁张贴紧急电话号码。指导儿童如何及何时拨打 9-1-1 呼叫火警、警察或救护车。
- ☐ 列一份财产清单。将重要文书放在安全保险箱中，或其它安全且干燥的地方。

务必定期演习您制定的计划，以确保在紧急情况发生时采取正确措施。演习还可以帮助您在安全条件下，找出应急计划存在的问题。发现问题后务必调整您的计划，确保灾难发生时可以有效发挥作用。

- ☐ 每年在家中和工作单位进行火灾和紧急疏散演习。
- ☐ 每三个月更换储存水，每六个月更换储存食物。
- ☐ 按照制造商的说明维护和/或更换灭火器。
- ☐ 每月检测一次烟雾报警器。每年 3 月和 11 月（或遵循制造商建议）更换电池，使用十年后更换烟雾报警器。
- ☐ 与您的孩子一起演习，确保他/她知道重要的电话号码。
- ☐ 定期前往集合地点，并提醒家人在紧急事件中应采取的措施，确保每位家庭成员熟悉流程。

2 准备 应急包

准备家庭应急包非常重要。紧急事件中您可能在很长的时间内都要依靠自身力量生存。请考虑准备三种类型的应急包：逃生包、原地避险应急包和宠物补给包。

逃生包

逃生包是您在撤离时随身携带的用品包。逃生包应便于携带，如背包或者滚轮行李箱。请将其存放在方便取用的地方。

建议逃生包应包括以下物品：

- ☐ 用防水袋包装的重要文书副本。
- ☐ 备用车钥匙和住宅钥匙。
- ☐ 手机外接电池组或太阳能充电器。某些手摇式电筒会附带手机充电器。
- ☐ 瓶装水和零食，如能量棒或燕麦棒。
- ☐ 急救用品、手电筒和口哨。
- ☐ 电池供电或手摇充电的收音机（最好配置备用电池）。
- ☐ 每位家庭成员需要的药品清单，每种药品至少备齐 14 天的用量。
- ☐ 个人卫生所需的牙膏、牙刷、清洁湿巾和其他物品。
- ☐ 家人的联系与集合地点信息，以及一份当地地图。
- ☐ 专为孩子准备的毛绒玩具或其它可以打发时间的物品，如故事书或图画书。若有手持电子游戏机，请确保配置备用电池。若有手持电子游戏机，请确保配置备用电池。
- ☐ 雨披。
- ☐ 适用于车辆的逃生工具。

列出您家庭需要的其它物品。残障人士或行动不便和机能障碍人士应如何制定计划，请参阅第 13-14 页。

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

原地避难应急包

请准备一个原地避难应急包，在您需要长期在家避难的情况下使用。

建议原地避难应急包应包括：

- ☐ 水（每人每天一加仑，用于饮用和清洁，需准备 7 天用量）。
- ☐ 不易变质的食物（每人 7 天用量）。
- ☐ 电池供电（配置备用电池）或手摇充电的收音机/ NOAA 收音机。
- ☐ 带语音提示的天气收音机及备用电池。
- ☐ 手电筒及备用电池。
- ☐ 急救用品。
- ☐ 用于发出求救信号的口哨。
- ☐ 过滤面罩或棉质 T 恤，用来帮助过滤空气。
- ☐ 湿纸巾、垃圾袋、肥皂、消毒剂和塑料扎带,用于确保个人卫生。
- ☐ 用于关闭公用设施（水电）的扳手或钳子。
- ☐ 如果应急包中有罐头食品，需准备手动开罐器。
- ☐ 原地避难要用到的塑料布和胶带（见第 35-36 页）。
- ☐ 紧急屋顶维修要用到的塑料防水布。
- ☐ 满足家人特殊需求的物品，例如每日服用的处方药、婴儿配方奶粉或尿布。
- ☐ 餐具、纸杯、盘子和塑料餐具。
- ☐ 现金和零钱。（紧急情况后可能无法使用自动取款机，特别是停电时。）
- ☐ 纸巾。
- ☐ 灭火器。
- ☐ 防水包装的火柴。
- ☐ 雨具、结实的鞋子、长裤和手套。
- ☐ 用防水便携容器装好的重要家庭文件，如保险单、身份证、出生证明、护照和银行帐户记录等的副本。
- ☐ 专为孩子准备的毛绒玩具或其它可以打发时间的物品，如故事书或图画书。若有手持电子游戏机，请确保配置备用电池。若有手持电子游戏机，请确保配置备用电池。

列出您家庭需要的其它物品。行动不便和机能障碍人士应如何制定计划，请参阅第 13-14 页。

- ☐ _____
- ☐ _____

宠物应急补给包

灾难发生时，忽略您的宠物可能导致宠物走失、受伤或发生更严重的情况。确保您的宠物有相应的身份证明并考虑为宠物植入电子芯片。这样做便于您在紧急事件发生后找回失散的宠物。如果家庭准备撤离，则宠物也应撤离。您应当提前计划好自己和宠物的避难场所。考虑休斯顿的各寄宿点、兽医站或您的指定疏散场所，这些地方可在紧急情况下照看宠物。另外，请一位朋友或邻居在您无法回家时帮忙照看宠物。准备一个宠物应急补给包，是宠物应急计划的一部分。

建议宠物应急补给包应包括：

- ☐ 宠物药品
- ☐ 包括接种疫苗记录在内的重要文件
- ☐ 宠物用肥皂
- ☐ 急救用品
- ☐ 带 ID 标签的结实绳套和颈圈/马甲
- ☐ 可安全运输宠物的载具
- ☐ 宠物的近期照片（以防宠物丢失）
- ☐ 宠物食品
- ☐ 饮用水（每只宠物每天一加仑，需准备 7 天用量）
- ☐ 碗
- ☐ 卫生袋/便盆
- ☐ 口套
- ☐ 手动开罐器
- ☐ 玩具

列出您宠物需要的其它物品。

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

3 随时了解情况

在紧急情斯况下，随时了解情况可能比平时更困难。在休斯顿地区，我们时常收到天气紧急事件的警告。但是还有其他一些紧急情况很少为我们所知。随时了解可能发生的情况至关重要。



AlertHouston 紧急通知系统

休斯顿市通过 AlertHouston 紧急通知系统提供紧急警报。在休斯顿居住或工作的人可通过电子邮件、短信和手机应用收到紧急通知。要了解有关 AlertHouston 的更多信息并注册接收警报，请访问 **www.alerthouston.org**。

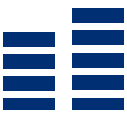
紧急情况下，收听地区指定的应急报警系统 （EAS） 电台 KUHF 88.7 FM 或 KTRH 740 AM，了解当地官方发布的最新信息。休斯顿居民还可在 **houstonemergency.org** 注册订阅休斯顿市政府发布的紧急事件通知，从而及时了解紧急情况。请遵循指示和建议，并在情况变化时及时调整您的应急计划和补给包。

紧急情况下，很多人会通过互联网和社交媒体了解信息。虽然这经常是一种快速了解事件进展的方式，但并非所有网站或社交媒体上公布的信息都是准确的。准确信息的最佳来源是官方政府网站或社交媒体帐户。休斯顿居民可在 **houstonemergency.org 上查看信息。**

为帮助防止不准确、误导性或危险性信息的传播，请不要转发或转帖非官方发布的事件新闻。如果您在社交媒体上发现与紧急事件相关的不准确、误导性或危险性信息，请有礼貌地引导发布者查看 **houstonemergency.org**。

如果您不在休斯顿市居住，请访问 **readyhoustontx.gov** 查找您当地紧急事务管理署的联系信息。





应急报警

系统

KUHF 88.7 FM 或 KTRH 740 AM



无线应急报警
政府授权机构能够根据您所在位置直接向您的手机发送短信警报。这些警报自动发出，无需您注册。 检查您手机的短息设置，可管理这些短信警报。虽然多数新型手机可以接收警报短信，但并非所有设备都具备这种功能。了解详情请访问 **ready.gov/alerts**。

ALERTHOUSTON 紧急通知系统
这有助确保您知道紧急情况下会发生什么以及如何保证安全。AlertHouston 通过电子邮件、短信、 电话呼叫、移动应用和社交媒体发出紧急警报。请在 **alerthouston.org 注册**。

CITIZENSNET
想要了解更多关灾害防备的信息，并从市政部门获得您感兴趣的新闻和信息? 请在 **houstontx.gov/citizensnet** 注册。



手机短信
每个家庭成员都应懂得如何使用短信，因为灾后手机网路繁忙之时，短信可能依然畅通。短信容纳内容有限，应当尽量言简意赅。请记住，短信只能在手机间发送，不包括座机，而且会产生额外费用。



社交媒体
社交媒体是从当地政府了解紧急事件最新消息的好方式。Facebook 通常发布中等长度的文章和图片。Twitter 特别适合发布简短消息，订阅之后这些推文将以短信形式发送至您的手机。博客用来发布较长的文章和新闻。查找官方社交媒体频道链接，请访问 **houstonemergency.org**。



APP （手机）
美国红十字会避难所 App
提供紧急避难场所信息。仅在避难所开放时更新信息。

The Ready App
休斯顿地区的紧急事件防备信息

休斯顿 3-1-1 App
使用手机向休斯顿 3-1-1 报告非紧急状况。

查找这些手机 App 了解详情，请访问 **houstonemergency.org**。

认识您的邻居

休斯顿居民知道如何同心协力抵御灾害。灾难过后，邻居能够提供即时有效的帮助。请认识您的邻居。 尤其是无法自行计划或做好灾难防范准备的老人或病人。提前了解自己的邻居，您的社区可在灾难发生时更好地完成团队协作。



在此列出您邻居的联系方式 ：

姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话
姓名	地址	电话

参与其中

那些在灾难发生前进行共同计划并合作的社区，在灾难期间更能做好准备来相互帮助。全年都参与您所在社区事务，与邻里会面并建立联系。您可以通过一些很好的方法来做到这点，包括加入 Civic Club 或者 Superneighborhood 会议（**houstontx.gov/superneighborhoods**） 或者参加由休斯顿警察局主办的 Positive Interaction Program （PIP） 会议（**houstonpolicecommunityevents.com**）。**您还可以使用社交媒体群组和通过 Nextdoor.com 在线参与社区事务。**

CERT（社区紧急响应团队）

对于灾难过后如何在社区中应对紧急情况，您是否希望了解更多？ 不妨报名参加社区紧急响应团队（CERT） 课程。

- CERT 为社区工作场所及学校的人们培训基本灾难响应技能，如灭火、城市搜寻与救援、医疗服务等。
- 这类普及性课程将培训居民掌握各种技能，使其能够在当地部门介入前团结互助应对灾难，从而在紧急防备中扮演更积极的角色。
- CERT志愿者受邀为多项活动提供协助，包括 BP MS150 自行车骑乘活动、休斯顿市各类特殊活动以及由休斯顿消防局、休斯顿警察局和休斯顿紧急事务管理署主办的社区教育活动等。
- CERT 提供英语和西班牙语版的培训和材料，并可针对美国手语和其它语言进行调整。

欢迎所有人参加适合自己的课程。如需进一步了解培训计划（八节 3 小时的系列课程）及课程安排，请访问 **houstoncert.org**。不在休斯顿市居住的居民也可在 **houstoncert.org** 上查找当地的 CERT 协调员联系信息。

MRC（医疗后备队）

您是否接受过医疗培训或具有相关专长，并希望在灾难发生后帮助治疗受灾人员？ MRC 志愿者会接受应急培训，并与其他医疗专业人员一起在灾难中工作，在全年协助开展社区活动。即使您没有接受过特定的医疗培训，但仍希望成为 MRC 团队的一员，也可以选择非医疗职位。欲了解更多信息或注册，请访问 **harristxmrc.samariteam.com**。

邻里准备

如果无法进行为期 8 周的 CERT 课程，Ready Houston 计划将提供名为“Neighborhood Ready”的 90 分钟培训课程。该课程由您或您的社区成员主讲。该课程涵盖的主题有： 确定您和邻居是否已做好防灾准备；了解哪些灾害可能会影响您的邻里；制定计划；建立工具包；了解邻居并保持信息灵通等。主持者会帮助邻居彼此相识，并教授您防灾所需的基础知识。

Neighborhood Ready 会议套件

如果您愿意主持社区灾害防备会议，并且身处大休斯顿地区，我们将免费向您发送一个会议套件，包含导师指南，其中提供了相关提示和建议，以帮助您和您的团队制作演示稿。该套件还包括一些帮助您有效开展培训课程的物品，包括 DVD 讨论指南、笔记本、钢笔和安全灯等。课程结束后，参与者可保留各自的工作手册，参考制定家庭应急计划并准备应急包。

要获取该套件，请访问
readyhoustontx.gov/neighborhood-ready/training-and-resources。

NATIONAL NIGHT OUT（全国认识日）

德州每年 10 月份第一个星期二，人们聚集在一起相互介绍，认识当地执法人员和紧急事件响应人员。 他们负责巡逻并确保社区安全。了解 National Night Out 更多详情，请访问 **houstonpolice.org**，联系当地执法机构或了解邻里情况，可于九月底访问 **Nextdoor.com**。

残障人士或者行动困难及机能障碍人士的紧急事件防备对策

除了已经提及的防备步骤以外，如果您是行动困难或机能障碍人士，应当建立一个由可在灾难中为您提供帮助的人组成的支持系统。这些人应是您充分信任的，并且了解您在紧急事件中需要何种帮助。该系统可包括雇佣的护理人员、家庭成员、爱人、朋友或邻居。支持系统的成员应了解您的能力和需求，并应能够迅速提供帮助。

一些专业护理人员和陪护机构按要求须具备应急计划，因此您应询问该计划内容和他们在灾难中会做些什么。如果没有应急计划或相关要求，您可与机构的管理者、家庭成员、爱人和邻居一起制定计划。计划应考虑到日常生活涉及的所有事项。请列出您依赖的便利设施、专用设备或其它必需品。还应标注您每天需要在他人帮助下进行的活动。该清单可能包括：

- 更衣、淋浴或用餐所需的辅助设备
- 您所拥有的电动设备
- 关于车辆或交通工具的特殊要求
- 您定期服用的处方药和非处方药

该清单将是您应急计划的核心。对清单上的每个任务项，需明确日常惯例被扰乱后，应该采取怎样的措施。进行计划时，还可根据清单在应急包中添加物品，而清单中的其他项（例如特殊交通工具）则可能需要他人协助。当然，您需要根据自己的特定需求和能力调整应急包中的物品。理想情况下，您需要准备长达两周的用品，包含每天和每周必须使用的物品，例如药品、 注射器、造瘘袋、导尿管或衬垫。按照法律，紧急避难所和交通供应商应为您提供合理的便利服务，包括为乘坐轮椅或使用楼梯有困难的人士设计的坡道，为耳聋或有听力障碍的人士配备口译或准备其他沟通方式，以及允许有需求的残障人士携带服务性动物。但是，避难所或巴士上的工作人员可能并不熟悉您的特殊需求。请在未能找到所需便利设施（例如医疗设备的电源插座）时向工作人员求助。 发生灾难时，需要特殊帮助的人士应先在德州紧急援助注册处（STEAR）备案，可访问 **texasstear.org** 或拨打 2-1-1。

预先登记寻求协助

TEXAS STEAR.ORG

STEAR 系统面向疏散时需要交通协助的人士以及在灾难中可能需要其他协助的个人。STEAR 系统中的信息完全保密。当您所在的区域接到撤离命令或发生其他灾难时，当地紧急事务管理署可能会联系您安排交通或其他服务。**不过，登记后不能保证获得协助。** 因此请在个人应急计划中加入交通相关事宜。

请访问 **togetheragainsttheweather.org，进一步了解残障人士或者行动困难及机能障碍人士飓风防备的详情。**

重要支持服务	
休斯顿市紧急事务管理署	**houstonoem.org**
德州紧急救援注册处（STEAR）	**texasstear.org**
2-1-1 德州/ 联合之道 （United Way）帮助热线	**211texas.org**

自然灾害

飓风来临时

飓风来临之前

要了解如何应对飓风，首先得理解飓风预计要肆虐当地时，官方所使用的术语和短语。

了解飓风预告和警报的术语	
热带风暴预告	48 小时内可能出现强风（39-73 mph）。
热带风暴警报	36 小时内很可能出现强风（39-73 mph）。
飓风预告	48 小时内可能出现飓风级大风（74 mph 或更高）。
飓风警报	36 小时内可能出现飓风级大风（74 mph 或更高）。
风暴潮预告	48 小时内风暴潮可能引发危及生命的海岸洪灾。
风暴潮警报	36 小时内风暴潮可能引发危及生命的海岸洪灾。

如果您所在的地区发布了飓风**预告或警报**，应执行以下措施：

- 持续关注本地电视台或广播台的有关指示。
- 检查物资，尤其注意存水（每人/宠物每天至少一加仑），建议携带七天的用量。
- 将汽车和发电机加满燃油。
- 窗户加钉木板。联邦安全住房联盟（FLASH）建议购买厚度至少为 5/8 英寸的木板。
- 将所有室外家具、玩具和工具移入室内。
- 牢牢固定所有船只，或将船只转移至安全地点。
- 如果被官方告知撤离疏散区，应当尽早撤离（参见第 26-27 页）。
- 如果您居住在移动房屋内，请检查栓系器具，寻找坚固避难所躲避风暴。
- 如果您不在疏散区内，清点并确认您应急计划清单上的物品均已齐全。
- 清理浴缸和所有可用容器，并在其中储备用水。
- 按要求关闭水电气设施。
- 远离门、窗和开口。
- 有关疏散的更多信息，参见第 24 页。

飓风会带来三种主要灾害： 强风、风暴潮和洪水。飓风的风速可用来确定飓风等级，风速越高对树木、 房屋和拖车的威胁也就越大。风暴潮是指飓风从海湾或其支流吹往陆地的海潮。风暴潮的危险程度决定了一个地区是否需要在飓风来临前进行疏散。此外，飓风还会引发降水，从而引起淹没内陆地区，甚至是不处于风暴潮疏散区域的地方。

休斯顿也面临**热带风暴**的危险。虽然热带风暴比飓风的风速慢，但同样会带来危险的风暴潮、强降雨和大风。居民应当注意热带风暴预告和警报，遵照当地官方建议行事。

飓风期间

- 待在室内走廊、厕所或处于房屋最低平面且远离窗口的衣柜中，只要这样做是安全的就行。
- 寻找坚固物体下方的避难区域（例如坚固的餐桌），从而保护您免受残骸的伤害。
- 通过当地官方时刻掌握不断变化的情况。
- 要有一个防备您的住宅被淹的辅助计划，例如转移到二楼。不建议前往阁楼，除非有逃生通道，例如天窗或可以打开屋顶。

恶劣天气

雷暴雨

雷暴雨是指由于大气条件不稳定而造成的伴有闪电的暴风雨。当上层冷空气下沉遭遇上升的湿热空气时，即会形成暴风云或“雷暴”。雷暴雨的形成可能是单体、成群或带状。因此，多场雷暴雨可能在几小时内侵袭同一地区。有些最恶劣的天气状况是发生在一场雷暴雨长时间侵袭一个地点期间。

剧烈雷暴雨会伴有暴雨（可引起骤发性洪水）、强风、冰雹、闪电和龙卷风。为了在剧烈雷暴雨中保护自己的人身安全，请待在坚固建筑物内并远离窗户。使用电池收音机收听天气信息。

了解剧烈雷暴雨预告和警报术语	
剧烈雷暴雨预告	剧烈雷暴雨可能来袭。
剧烈雷暴雨警报	剧烈雷暴即将来临或正在发生。

闪电

闪电是指云层之间、或者云层与地面之间的静电累积而引起的放电现象。闪电通常会伴有雷暴雨。当静电累积到一定数量后，闪电便会“雷电”形式出现。这种闪光可发生在云层内部、云层之间或从生成云层向地面发射数英里的距离。

闪电是伴随雷暴发生的主要灾害。在美国，每年有 75 至 100 人受到闪电袭击而死亡。如果闪电发生时您正处于室外，请远离空旷区域的高大孤立树木，以及铁丝网、高尔夫球棒、电线杆和金属工具等。

闪电击中同一地点两次并非没有可能。发生雷暴雨时，最安全的做法是进入建筑物内部。切记，**雷鸣电闪时，请不要外出。**

洪水

洪水是所有自然灾害中最为常见的一种。休斯顿尤为如此。我们最近遭遇的洪灾使我们意识到洪水的危险性和破坏性。在洪水发生之前，休斯顿居民必须知道自己面临的风险，确保保险到位，并知道遇到洪水时应该怎么做。

洪水共有两种类型： 骤发性洪水和洪水。当大量的水流冲下河床或海湾，形成迅猛的危险水流时，便会发生骤发性洪水。当暴雨缓慢填满沟渠和河流时，久而久之便会发生其他洪水。国家气象局会通知公众，洪水发生在某个地区（“地区性洪水”） 还是特定区域（“预测点洪水”）。

了解洪水预告和警报术语	
骤发性洪水预告	暴雨期间，骤发性洪水能迅速形成。
骤发性洪水警报	骤发性洪水即将来临或正在发生。
洪水预告（地区性或预测点）	已出现剧烈降雨，可能会引起洪水（地区性或特定区域）
洪水警报（地区性或预测点）	地区性或特定区域的洪水即将发生或正在发生。

了解您面临的风险

虽然洪水一般发生在低洼地区以及溪流和江河沿岸，但一年中的任何时候都可能在任何地方发生。休斯顿的每个人都有可能在某个时候遭遇洪灾。您应知道自己是否生活在经测绘的洪泛平原或洪水易发区域。哈里斯郡防洪区的防洪教育测绘工具（**harriscountyfemt.org**）可帮助居民更好地了解洪泛平原的风险，并帮助他们确定自己居住的流域。



了解您的洪水风险

获得保险

您知道屋主和租客的保险不包括洪水造成的损失吗？ 此外，联邦灾难援助可能不适用于每次洪水，并且通常不包括大部分损失。这种价格相对低廉的计划是弥补洪水所造成损害的唯一途径。有关洪水保险的更多信息或要了解保单费用的详细信息，请访问国家洪水保险计划 （NFIP） 网 **floodsmart.gov**。

知道要做什么

洪水共有两种类型： 骤发性洪水和区域性洪水

骤发性洪水

当大量的水流冲下河床或海湾，形成迅猛的危险水流时，便会发生骤发性洪水。

区域性洪水

当降雨导致江河、溪流或洼地逐渐涨水时就会发生区域性洪水。



在这两种情况下，避免前往淹没区域非常重要。这可能意味着要延迟行程，直到洪水退去。强降雨可能让您无法看清面前的道路，导致不小心驶入高涨或湍急的水中。如果您发现自己的车辆处于威胁到生命的洪水中，**应立即离开汽车并寻找高地避险。**当转危为安时，如果需要紧急援助，请致电 9-1-1。确保身边有安全锤，上面的钢制尖端和安全带切割器可帮助您更 容易地离开车辆，并在必要时打破窗户。

如果发现自己驾车遇到危险的暴雨情况和高水位，应停车并在可能的情况下掉头。请勿试图穿越任何高水位区域。请记住，6 英寸高的水位就可以使车辆漂浮或熄火。Turn Around, Don't Drown®。

如果官方预计有恶劣天气，则可能会在整个地区预先设置路障，帮助执法和街道公务人员关闭危险区域。注意洪水标记并始终避开路障。在任何情况下都不得越过或绕过路障。



龙卷风

龙卷风来临之前几乎没有任何征兆。您应制定一个龙卷风计划，并在您的住所、学校和办公场所指定一处地点，以便当地发出龙卷风警报时可以前往。

如果您所在地区发出龙卷风警报：

进入室内 - 立即寻找坚固建筑物内的避难所，尽可能前往最低楼层内的房间，尽量找到一个门少且没有窗户的房间。

前往低处 - 下到地面，如有可能，戴上自行车头盔以保护您免受被风暴吹起的残骸击伤。

抓稳重物 - 抓住稳固的物件，例如沉重的家具，然后等待龙卷风过境。



请务必留在您的避难所内，直到龙卷风警报消除。身边务必要有电池供电的 NOAA 气象收音机，以便能收听到国家气象局的最新信息。

了解龙卷风预告和警报术语	
龙卷风预告	天气状况可能会形成龙卷风
龙卷风警报	已肉眼观测到或雷达监测到龙卷风

恶劣天气之前

- 购买洪水保险（访问 **floodsmart.gov** 了解详情）。
- 确定您的财产是否处于指定的易发洪水区（请访问 **harriscountyfemt.org** 了解详情）。
- 购买具有语音警报的气象收音机。
- 装配应灾用品箱。

恶劣天气期间

- 收听当地广播和电视台了解最新信息，关注官方社交媒体帐户，或访问官方紧急信息网站。
- 洪水：
  - 了解您家附近哪些地区可能发生洪灾。

  - 若水深且路面状况不明，请勿驾车前往或靠近发生洪灾的街道或地区。请切记，**Turn Around—Don't Drown®**。
  - 车上要配备用来打破玻璃和/或切断安全带的逃生工具。
- 龙卷风：
  - 回到室内，在最底层的无窗房间中寻找避难所（通常为衣柜或浴室）。
  - 如果您在移动房屋、拖车或汽车内，请立即下车并前往实体建筑物内。如果附近没有实体建筑物，则可躲避在沟渠、峡谷或涵洞中。
  - 请勿尝试驾车逃离龙卷风。
  - 如果您在学校、疗养院、医院、购物中心内或其他公共建筑物，请前往预先指定的避难区域或最底层的室内大厅。
  - 如果您在高层建筑中，请前往最底层且空间较小的室内房间或走廊。
- 必要时，请准备离开所处区域。
- 如果收到疏散指示，请立即执行。
- 发生危及生命的紧急情况时，请拨打 9-1-1。出现街道洪水、倒塌树木或其它恶劣天气灾害时，请拨打 3-1-1（参见第 47 页）。
- 当交通信号熄灭或红灯闪烁时，请按照四向停车路口对待。

气温紧急事件

高温紧急事件

生活在德州东南部的居民对夏天的高温和高湿度天气并不陌生。居民应了解如何应对这些状况。

流汗是人体应对高温的一道防线。 但是这种降温方法在高湿度环境下无法发挥作用。如果身体无法维持正常体温，则会出现热痉挛、热衰竭和中暑。为了帮助人们更好地了解这些状况对身体的影响，便出现了“热指数”这一术语。热指数是一种温度和湿度的综合指标，用于描述人体感觉到的热度。热指数的值是在通风避光的环境中测量得出。

长时间暴露在以下热指数范围环境中可能会发生的情况：

- 80° 至 90°F 可能会引起乏力。
- 90° 至 105°F 可能引起热痉挛和热衰竭。
- 105° 至 130°F 更易引起热痉挛和热衰竭。还有可能引起中暑。
- 大于 130°F 可能有致命的危险。

我们为您提供了以下一些建议，帮助您处理潜在的健康问题：

- **多喝水。**
- 将剧烈运动安排在清晨或傍晚。
- 穿着宽松和浅色的衣服。
- 尽量待在空调房间内。

减少健康问题



喝水



浅色的衣服



晨间运动

请切记，在极端的高温天气下，儿童、老人和慢性病患者属于高危人群。此外，请记住，您的宠物也会因为气温过高而死亡。请确保为宠物准备足够的饮水和阴凉的休息场所。高温天气时，切勿将儿童或宠物留在车内，即使车窗没有关严。

如果热量指数在一段时间内达到危险水平，休斯顿市可能会开放冷气中心。居民可以在一天中最热的时候进入这些带有空调的场所。若要获取对外开放的冷气中心列表，或者安排免费乘车前往冷气中心，请访问 **houstonemergency.org** 或致电 3-1-1（713.837.0311）

低温紧急事件

休斯顿一般无需担心严寒的冬季。但是，我们偶尔也会遇到零度或零度以下的天气、结冰道路、以及雪、冰和冰雹等寒冷降水情况。为此类严寒天气做好准备。即使温度未达到零度以下，路桥和立交桥也会在寒冷天气结冰。



- 如果路面有结冰危险，除非迫不得已，否则应避免驾车。
- 如果您必须驾车出行，请慢速行驶，与前方车辆保持足够车距，并避免突然刹车和加速。
- 如果出现撞车或抛锚情况，应待在车内。湿滑条件下，切勿站在车辆旁边。

在严寒温度环境中，请注意以下几点：

- 应当穿着暖和，多穿几层衣服，避免出现低体温症（体温不正常降低）。
  - 请查看那些对寒冷天气易感的家人、朋友或邻居，以及那些无住所与取暖设备的人群，包括老人与病人。无家可归者联盟向伙伴机构和公众提供信息协调服务，并向无家可归人士提供一份及时更新的资源清单：**www.homelesshouston.org**。
- 宠物应留在室内或温暖的睡觉地方。
- 室外或房屋地下的管道应包裹保温材料，以避免内部结冰而破裂。
- 植物应覆盖保温材料或放入室内以防冻伤。

了解冬季天气预告和警报术语	
冬季暴风雨预告	接下来的几天内会出现恶劣的严寒天气。
冬季天气公告	冬季天气条件会给人们带来极大不便，在不够警惕的情况下可能会威胁生命安全。
冬季暴风雨警报	恶劣的严寒天气很可能发生或正在发生。

疏散信息

疏散

地区应急管理人员和德州运输部已制定了休斯顿地区的疏散方案。该方案考虑了多方面问题，旨在快速疏散受灾居民。飓风发生期间是需要疏散的情况之一，但其他情况也可能需要本地或地区性疏散。请坚持按照地方公务人员的疏散指示行动。

- 宣布疏散后，电视及广播、官方社交媒体帐户、官方网站以及高速公路动态消息指示牌将为驾驶者提供重要的疏散信息。确定您的居住地是否在疏散邮区内（参见第 26-27 页）。飓风期间，大部分休斯顿居民无需疏散。
- 如果您居住在疏散邮区之外的地区，则应考虑自己的房屋能否抵挡强烈风暴。如果您认为自己的房屋无法抵挡风暴，则应准备转移至附近较为坚固的建筑物内。暴风过后，如果由于灾难破坏而导致生活环境具有安全隐患，或者由于水电等公用设施暂停而导致生活不便，您可选择此时撤离该地区。

飓风疏散邮区

飓风疏散邮区根据不同暴风雨可能引起的危害而划分，可能为本地性或地区性。德州海湾的多个地区已被指定为飓风疏散邮区。第 26-27 页的彩图标明了休斯顿城区布拉佐里亚郡、钱伯斯郡、盖瓦斯顿郡、哈里斯郡和马塔哥达郡内的四个疏散邮区。

如果您生活在疏散邮区，请提前制定疏散计划。不过，并非特定邮区的所有居民都需要在飓风来临时进行疏散。有关疏散人群的决定将根据飓风强度及其预测的着陆地点而定。



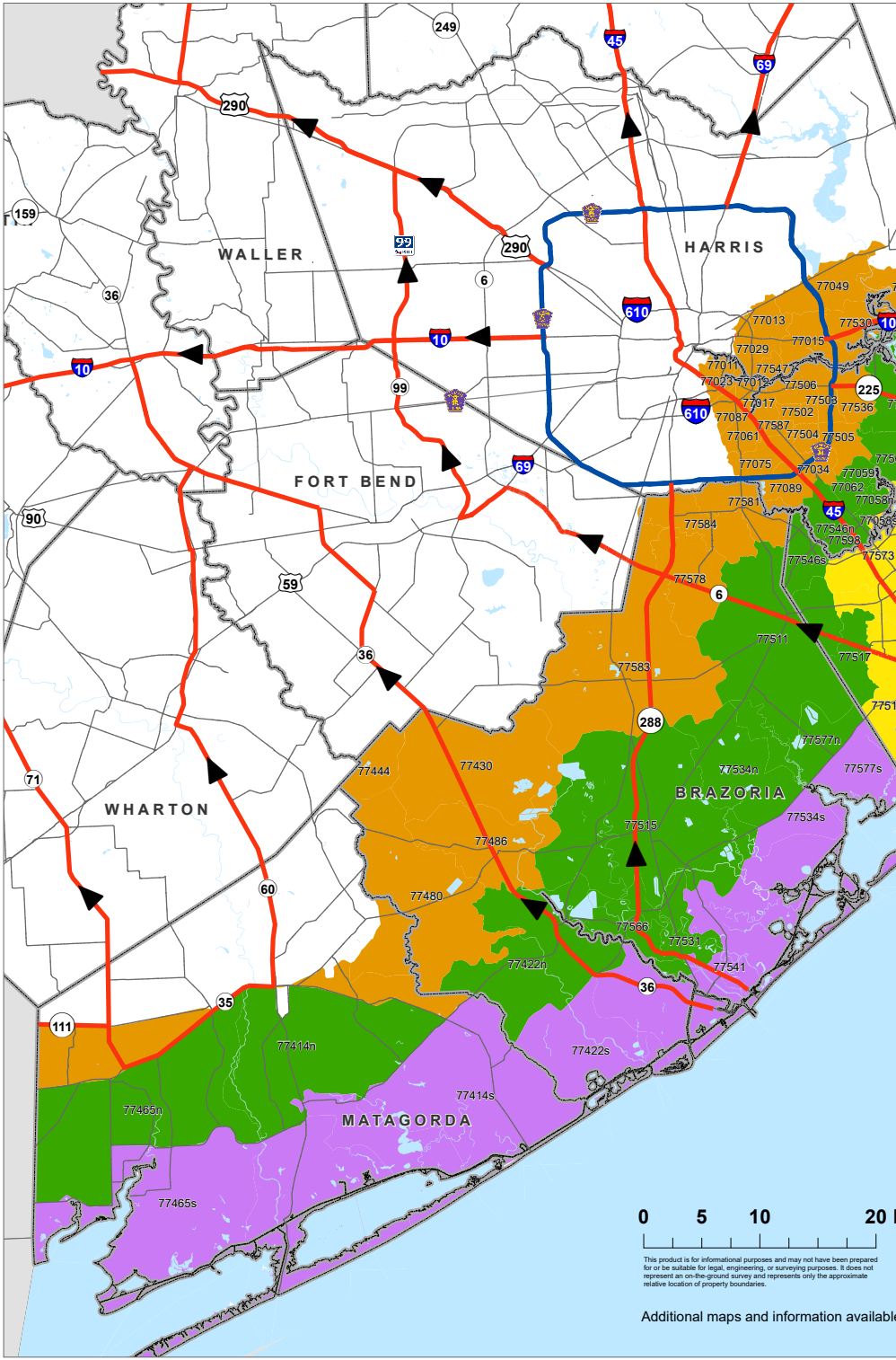
在紧急情况下，请收听地区指定的应急报警系统电台 KTRH740AM 或 KUHF88.7FM，访问 **houstonemergency.org**，并关注其他官方信息源，了解当地公务人员公布的最新信息。请按照指示和建议行动，并准备相应调整自己的应灾方案和应急用品箱。

交通管理计划

如果疏散期间出现交通拥堵的状况，当地政府可决定实行交通疏导方案。第 28 页中列出了可行的交通疏导方案。 但这些方案会根据具体情况出现变动，且无法应对所有事件。请切记始终按照执法部门、当地媒体和道路交通标志的指示行动。

续至第 28 页。




WALLER
HARRIS
FORT BEND
WHARTON
BRAZORIA
MATAGORDA
77049
77013
77530
77015
77029
77011
77547
77023
77017
77506
77503
77502
77536
77087
77587
77504
77505
77061
77075
77034
77059
77089
77062
77581
77584
77546n
77598
77573
77546s
77578
77511
77517
77583
77577n
77534n
77577s
77534s
77444
77430
77515
77486
77480
77566
77531
77541
77422n
77422s
77414n
77414s
77465n
77465s
0
5
10
20
This product is for informational purposes and may not have been prepared for or be suitable for legal, engineering, or surveying purposes. It does not represent an on-the-ground survey and represents only the approximate relative location of property boundaries.
Additional maps and information available



Brazoria, Chambers, Galveston, Harris, and Matagorda Hurricane Evacuation Zip-Zones Coastal, A, B, C

ZIP ZONE COASTAL				
77414s	77422s	77465s	77534s	77541
77550	77551	77554	77563	77577s
77623				
ZIP ZONE A				
77058s	77510	77514s	77518	77539
77563	77565	77568	77573	77586
77590	77591			
ZIP ZONE B				
77058n	77059	77062	77414n	77422n
77465n	77507	77511	77514n	77515
77517	77520	77523	77531	77534n
77546n	77546s	77560	77566	77571
77577n	77597	77598	77665	
ZIP ZONE C				
77011	77012	77013	77015	77017
77023	77029	77034	77049	77061
77075	77087	77089	77430	77444
77480	77486	77502	77503	77504
77505	77506	77521	77530	77535
77536	77547	77562	77578	77581
77583	77584	77587		

Some zip codes are split into north (n) and south (s) for evacuation purposes.

Route Designation

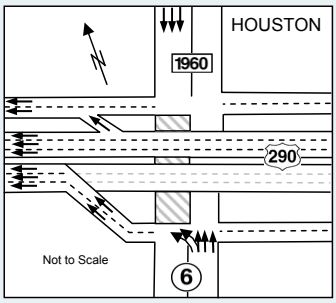
- Evacuation Corridors
- Evacuation Connections
- Other Roads
- County Boundary

Houston-Galveston Area Council

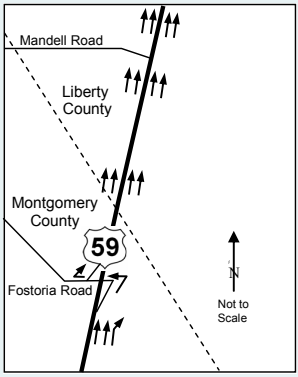
Revision Date: March 31, 2020
Expiration Date: December 31, 2020
Map Created by:
Houston-Galveston Area Council

逆向交通疏导

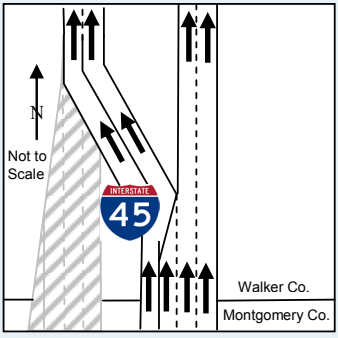
逆向交通疏导是指改变高速公路上的车辆行驶方向，从而使得所有车辆通行。休斯顿附近共有四个可实行逆向疏导的地点。疏散期间，请参考相关标志，了解是否在实行逆向疏导方案。多数疏散情况并不需要实行逆向疏导，而且并非所有逆向疏导方案均会投入使用。



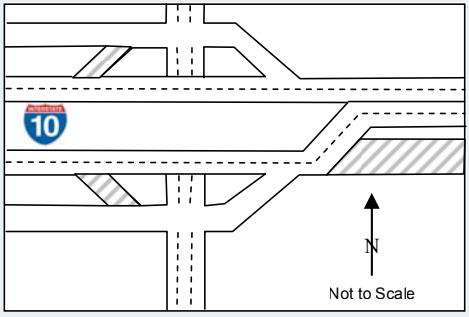
与 6 号公路/FM 1960 W 交叉的 US-290（西北高速）



在 Liberty 郡 Cleveland 南部与 Mandel 路交叉的 US-59



在 Conroe 以北，336 环路与 FM 3083 之间的 I-45 （北高速）



在 Brookshire 与 FM 359 交叉的 I-10（Katy 高速）

由TxDOT提供图示



疏散车道

在疏散期间，三条当地的高速公路 I-10（Katy Fwy）、I-45 （North Fwy）和US-290（Northwest Fwy）可用于额外车辆的通行。这些额外的车道被称为“疏散车道”，用蓝色圈加白色飓风标识进行标注，参见左图。疏散期间，请寻找相关信息了解这些备用车道是否可以通行。

风暴过后

风暴发生之后，让市府知道您的住所或企业遭受的任何损失非常重要。这有助于市里为该区域送去急需的资源，帮助休斯顿的灾后恢复。如果您遭受洪灾或破坏，可拨打 3-1-1，访问 **houston311.org** 或者在 Houston 311 移动应用上进行报告。您也可以报告城市街道上的残骸或树木状况、街道被淹和排水问题等。

在大规模灾害过后，联邦紧急事务管理局（FEMA）可能会为受灾人员提供援助。FEMA 援助不是自动提供的，而且可能需要数天、数周乃至数个月才能收到。FEMA 将与休斯顿市合作，帮助人们登记接收援助，并可能在地区设立灾后恢复中心（DRC），以便居民申请帮助。



灾后恢复

受灾居民应密切关注城市及其合作机构和非营利组织提供的信息。保持消息灵通的一个最佳方法是访问本市的灾后恢复网站 **houstonrecovers.org**。该网站将在灾难发生后不断更新，并可向您告知具体信息及您可能有资格享受的服务。

重返家园

疏散时，请在收到官方指示后再返回住所。这么做是为了确保您和您的邻居以及紧急事件响应人员的安全。

您的健康和安全是重中之重。请勿进入具有安全隐患的区域。这包括受损的建筑物、存在电线着地或大量残骸的区域。

洪水中可能含有病菌、残骸、野生动物或化学物质。如果洪水损害了您的住所或财物，请丢弃受污染的物品，其中包括家畜饲料和干草。
如果您的住所、车辆或个人财产已被损坏或摧毁，请与您的保险公司联系。在安全的情况下拍摄损坏现场的照片或视频，同时收听当地官方的指示。在大规模的灾难发生后，您可能会获取额外帮助，但并非总是如此。

公用设施

灾难期间，电力或天然气等公用设施可能已遭到破坏。如果您发现下垂的电线或怀疑天然气泄漏，请离开该区域。在抵达安全地点后，请拨打 9-1-1 以及公用设施公司的电话报告紧急事故。

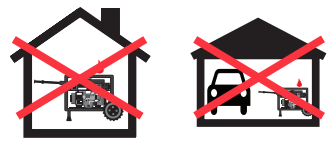
食品安全

灾难可能会导致停电。即使在您返回住所后电力已恢复正常，但冰箱或冷柜内的食物可能已无法食用。
如果您的住所已停电，请注意，缺少冷藏环境的食物可能已变质且无法食用。FDA 和 USDA 提示在温度达到 40°F 以上且持续时间超过两小时的情况下，所有冷藏食物都应丢弃。 所有已融化的冷冻食物同样应该丢弃。请访问 **foodsafety.gov** 了解详细信息。

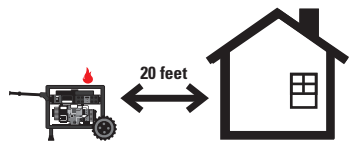
发电机安全

如果您在灾难发生时或灾后需要使用发电机，请按照以下简单的安全建议操作，以防止您和家人出现一氧化碳中毒和触电的危险。

- 请始终在室外使用发电机，并远离门窗、遮阳蓬和屋檐。发电机和建筑物之间应保持 20 英尺的距离。
- 请勿使用链条或锁固定发电机，以防阻碍消防员处理紧急事件。
- 请勿将发电机直接连接到您住所的供电系统，而应使用合理级别的延长线，将电器与发电机直接相连。
- 请先咨询电工，再执行高级发电机操作，例如自动发电机或转接开关。
- 请勿将汽油放在家中或热水器旁。
- 使用发电机时，请使用 UL 认证的一氧化碳探测器。



NEVER use a generator indoors, in garages, or carports.



ONLY use outdoors and far from open windows, doors, and vents.

由疾病控制和预防中心（CDC）提供

管理残骸

残骸收集

在发生大规模紧急情况后，本市可能会实施一项收集社区残骸的计划。

记录破损情况

在收集残骸之前，您应执行以下操作：

- 联系您的保险公司提出索赔。
- 拍照记录财产损失情况。
- 联系 311（713.837.0311）向市里报告您的损失，这将有助于本市确定需要收集残骸的区域。
- 如果宣布了联邦灾害声明，请致电 FEMA（800-621-3362），或者在线申请 **disasterassistance.gov** 灾害援助申索。

安全处理残骸

请记住，特别是在洪灾发生后，残骸可能会危害您的健康或安全。您应始终做到：

- 在拆除建筑材料时，例如石膏板、木制壁板或大型家具，应佩戴手套和护目镜。
- 在充满残骸的地方要穿长裤和坚固的鞋子，以防受伤。
- 有关如何安全移除墙板和残骸的具体说明，请访问 **houstonrecovery.org**。

切勿尝试清洁和重新使用洪水浸泡的布制品，例如家具、床上用品等。只有在洗衣机和烘干机能够充分洗涤和干燥的情况下，才可以尝试清洁和重新使用那些布制品。

残骸分类

当准备好收集残骸后，确保在街道上将残骸分成这五类：

- **植物残骸** - 叶子（不要放在袋子里）、木头、植物、树枝。
- **建筑和拆卸残骸** - 建筑材料、地毯、墙板、家具、木材、床垫和管道。
- **电器和家电** - 空调、洗碗机、冰柜、冰箱、炉灶、洗衣机、干衣机和热水器。
- **电子产品** - 电脑、收音机、音响、电视机、其他带线设备。
- **家居有害废物** - 清洁用品、电池、草坪用化学品、油品、油基涂料、污渍和杀虫剂。

何处放置残骸

务必在路边、人行道或沟渠中放置残骸。
切勿在树木、杆子、消防栓或水/电表旁边放置残骸。

此外，本市还可能指定了可处理灾害残骸的额外设施。这些地点及其开放时间将在 **houstonrecovers.org** 网站上发布。

饮用水

多数灾难不会影响到淡水供应，然而您的饮用水还是有可能在灾难中受到影响。如果淡水供应已经或可能受到影响：

- 通过当地官方了解淡水供应情况。
- 如果水质受到影响，请遵照官方指示。
- 部分水源问题可通过以下净化方法得到解决，或者借助原地避险应急包中的 7 天水储备。
- 某些污染会让水变得不安全，即使在净化之后。这种情况下，您**必须**使用自己的瓶装水储备。
- 请记住，不适宜饮用的水不能用于刷牙、洗碗或调制婴儿奶粉。

将水煮沸是杀死多数病毒最快速、最简单的方式。然而，煮沸无法去除化学物质或污垢。通过煮沸来净化水，请将水倒入大锅或水壶。如果水质浑浊，请使用咖啡过滤器、纱布或纸巾进行过滤，然后将水至少沸煮1分钟。冷却后使用。

漂白粉会杀死水中的多数病毒，但无法去除化学物质或污垢。找到家中日常使用的漂白粉（通常含氯 5.25% 至 8.25%），切勿使用增添香味剂或“保色”漂白粉。请使用未开封的漂白粉，以确保最佳效果。然后将水倒入清洁容器，如果浑浊可先过滤。每一加仑水添加 1/4 茶勺漂白粉，搅拌，然后静置 60 分钟。

最后，亦可使用商用过滤或净化水系统。每种系统能够去除的化学物质或病毒有所差别。请仔细阅读过滤设备或零部件上的标签和包装说明，了解系统的局限性、使用方法和期限。

灾难过后，请通过当地官方了解饮用水安全的具体情况。当地官方知道特定紧急事件发生时的特殊注意事项。

公共卫生威胁

流行性感冒

流行性感冒是指大规模爆发的流感。当一种新型流感病毒出现而人群中几乎没有抵抗力时，即会发生流感。任何人均可能患上流感，甚至包括健康人群。

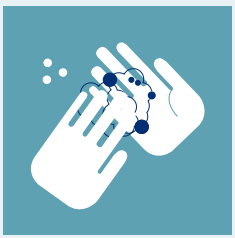
流感的症状

流感病毒进入人体后可能需要一到四天才出现症状。 症状包括：

- 突发性发烧（大于等于 100.4°F）
- 头痛
- 疲劳，有时会感到无力
- 干咳

您可以通过以下方式预防流感：

- 每年接种流感疫苗。
- 勤洗手，咳嗽时捂住口鼻，对病人接触过的表面或物品进行消毒。
- 如果患上流感，请待在家中避免感染他人。注意休息，大量饮水并遵照医嘱。
- 如果您自己或家人出现严重症状，比如呼吸困难、嘴唇变紫变蓝、胸腹部疼痛或压迫感、出现幻觉、严重呕吐、抽搐/惊厥等，请立即寻求医疗帮助。



经常使用肥皂和水洗手。如果无法获取肥皂和水，则可使用酒精搓洗双手。



咳嗽或打喷嚏时，使用纸巾遮住口鼻。使用后，将纸巾丢入垃圾桶。



清洁可能沾染流感等病毒的表面和物体，并进行消毒。

蚊虫传播的疾病

蚊子可传播多种多样的危险疾病，包括西尼罗河病毒、寨卡病毒等。休斯顿的气候特别适合滋生蚊子。因此，我们应采取措施防止与蚊子接触，这包括：

排水

排放您家附近区域的积水，这包括花盆、垃圾和残骸区域。如果有一处垃圾滋生蚊虫，请致电 3-1-1（713.837.0311）向市政部门报告。

穿着

在户外时穿上长袖和裤子。蚊子不易穿透衣物。

DEET

使用含有 DEET 的驱蚊喷雾，这是减少蚊子叮咬的最佳驱蚊剂。



新出现的疾病

总有一些疾病是科学家仍然不甚了解的。这些疾病可能会潜伏在世界上的某些地区，然后爆发并导致更多人感染。了解不断变化的健康状况并保持自己和家人的健康，这点始终非常重要。休斯顿卫生部门网站 **houstonhealth.org** 提供关于新出现的疾病的最新信息，以及您可以采取哪些措施来确保家人的安全。

人为灾害

危险品事件

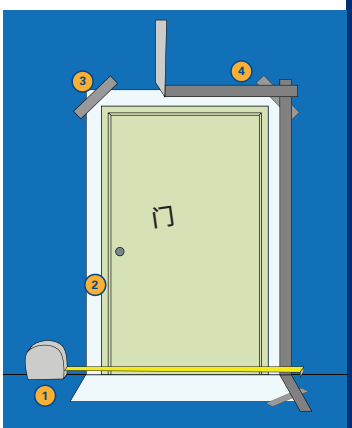
由于本身的化学、物理或生物属性，危险物质一旦泄漏，便会对生命、健康和财产构成威胁。该物质在生产、储存、使用、处置或运输过程中可能存在危险（包括汽车、火车或轮船运输）。

危险物质事件应对方案

- 如果您目击了危险品事件或爆炸，请拨打 9-1-1。
- 远离事件发生地，将被污染或接触的安全隐患降至最低。
- 如果您遭遇危险品事件被困在外，请尽量去往上游、高处或逆风处。
- 如果您在车内，请关闭车窗和通风系统。
- 若发生有毒物质紧急事故，请拨打 800.222.1222。

原地避难

根据紧急事故的类型，当地公务人员会建议您躲避在建筑物内。如果当地公务员认为室内空气比室外空气安全，则会发出此建议。当地公务人员将通过广播、电视、AlertHouston 或无线电警报发出在建筑物内避难的指令。



“原地避难”时，您应在室内清洁空气与室外污染空气之间构建临时屏障。在您的家中寻找一间窗户数量最少的房间，例如厕所或衣柜。找到避难房间后，请按照以下步骤操作（*如右图所示*）：

步骤 1 和 2 应该现在完成。原地避难的命令下达后，完成步骤 3 和 4。

1. 测量避难房间中所有的开口，其中包括门、窗、通风孔（同时检查天花板）、排气扇和排水口。
2. 在您的测量值上加上 6–12 英寸，然后切下 2–4 密尔厚的塑胶布，将其贴合在您测量的各个窗口。切记，这些塑胶布必须宽于窗口，才可以盖住开口。在每块塑胶布上注明相应的开口。
3. 原地避难命令下达后，将预先剪好的塑胶布取出，放置在相应的开口处，然后粘合各个边角。
4. 粘牢所有四个边角后，将塑胶布的四个边完全粘住。确保塑胶布在四个边角处重叠。

在房间内的其他开口处重复这一过程。

您可将预先剪好的塑胶布和管带、食物、水以及电池收音机放在一起，从而创建原地避难用品箱。原地避难时，请使用您的电池收音机收听相关指示。灾害过后，当地官方会要求您打开家里的门窗，进行新鲜空气流通。

化学物释放

有毒气体、液体或固体所释放的化学物可能会毒害人类和环境。这些事件可能是偶发或蓄意造成的。

化学物暴露的可能征兆

- 大量人群出现流泪、颤搐、咳嗽、呼吸困难或失去协调能力的症状。
- 大量鸟类、鱼类或小型动物患病或死亡也属于可疑情况。
- 事件现场发生大爆炸并且烟雾缭绕。

如果您发现了化学物暴露的征兆

- 迅速找到清洁空气。
- 在可能的情况下，寻找确定殃及区域或化学物质的来源。
- 迅速逃离现场。
- 如果化学物质来源于您所在的建筑物内，请离开建筑物，并尽量避免经过受污染的区域。
- 如果您必须穿过出现化学物释放征兆的区域才能离开建筑物，或找到清洁空气，最好尽可能远离污染区域并进行“原地避难”。
- 如果您处于室外，请迅速确定找到清洁空气的最快途径。考虑自己是否可以逃离污染区域，或者是否应该进入最近的建筑物内进行“原地避难”。

如果您认为自己接触了化学物质

- 如果您出现流泪、皮肤刺痛或呼吸困难的症状，您可能已接触过化学物质。
- 如果您认为您可能已接触了化学物质，请立即脱去衣物。
- 寻找水管、水池或任何水源，并在可能的情况下使用肥皂清洗。



放射物质事件

辐射无处不在。有些辐射来源于自然，比如太阳。有些则来源于我们经常接触到的物体。此外，我们还会暴露在人造辐射源之下，例如 X 射线、医疗成像设备或癌症治疗设备。这些辐射强度非常低，或者只会持续很短的时间。因此放射性设备可能会遭到恐怖分子的滥用。

辐射的恐怖袭击用途分为三类：放射性扩散装置、核设备以及其他放射性紧急事故。



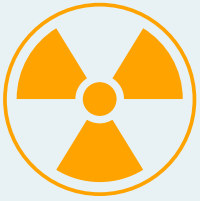
放射性扩散装置 （RDD）

放射性扩散装置也称为 **RDD** 或脏弹，是造成放射性物质扩散以产生恐惧和环境影响的装置。虽然由于其扩散性质，例如使用传统爆炸物，可能导致人员伤亡，但 **RDD** 带来的最大威胁在于造成恐慌。如果出现 **RDD** 装置被部署的情况，临近区域的人应保持冷静并遵循当地官方的指示。



核设备

核设备与放射性脏弹不同。核设备不会传播放射性物质，而会产生一种引起爆炸的连锁反应。核设备可用于军事用途或家庭用途。家用型核设备被称为“简易核设备”或 IND。除了爆炸威胁以外，核设备还可能引起放射性尘降物。这是一种尘埃形态的辐射，以风作为传播途径。



其他放射性紧急事故

其他放射性紧急事故，包括放射性炸弹或核设备之外的各种辐射源。其中包括对使用放射性物质的设备进行的破坏活动，或放射性物质的运输事件。在不同情况下，这些其他放射性紧急事故的范围和影响也不相同。

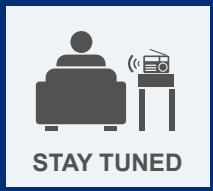
如果发生了放射性紧急事故

保护自己免受辐射危害的方法可归结为三点：

进入室内、待在室内并保持联络







Courtesy of the Centers for Disease Control and Prevention (CDC)
emergency.cdc.gov/radiation

- **进入室内：**建筑物的墙壁能够隔绝很多种辐射。如果附近没有建筑物，则可在车内避难（关闭通风），或遮盖暴露在外的皮肤并使用棉质衣服或口罩遮住嘴巴。
- **待在室内：**按照第 35-36 页的原地避难指示行动。脱去外出时穿的衣物并清洁全身，然后淋浴冲洗全身。使用洗发液或肥皂清洗宠物，并彻底冲洗干净。
- **保持联络：**当地官方会根据辐射紧急事故的类型和严重程度提供详细指示。收听当地的应急报警系统电台 KTRH 740AM 或 KUHF 88.7 FM 获取相关指示。



生物性威胁

生物袭击是指出故意释放致病病菌或其他生物制品的行为。很多病菌必须通过吸入、皮肤创口或食入途径进入人体才可致病。某些生物介质不会引起传染病，例如炭疽热。而天花病毒等其他病菌可导致人与人之间的传染。

如果发生了生物性威胁

与爆炸不同，生物性攻击不一定都会有明显的征兆。虽然您可能发现了生物袭击的征兆，但当地的医疗护工很可能会将其当做一种罕见的疾病，或者医院里挤满了寻求紧急医疗救助的病人。您可能会从紧急广播台和电视广播中得知威胁到来。也可能收到电话通知或者紧急应对人员的上门通知。发生生物性攻击时，公共卫生人员可能无法立即提供应对措施，他们需要时间来确定疾病种类、治疗方法以及患病人群。但是，您应通过电视、广播或官方网站了解情况以确定：

- 您是否属于当局认定的危险人群或区域？
- 该疾病有哪些征兆和症状？
- 是否正在发放药物或疫苗？
- 药物或疫苗在哪些地方发放？
- 哪些人群需要领取药物或疫苗？
- 如果您感到不适，应向何处寻求紧急医疗救护？



生物攻击

是指故意释放致病病菌或其他生物制品的行为。

恐怖主义威胁

不幸的是，恐怖主义仍然威胁到我们国家的安全。具有政治或社会诉求的人，可能会使用极端暴力来作出表达，或者达成其他政治目的。虽然恐怖主义仍然威胁到我们的安全，但我们见证了社区的警惕意识和积极的执法确实阻止了蓄谋的恐怖袭击。

尽管美国近期发生了恐怖主义事件，但随着时间的推移，人们通常对此类威胁和亲身遭遇袭击的几率放松警惕。联邦政府、州政府和当地政府致力于保护我们的安全。但我们每个人都承担着保护公共场所的责任。 您是保护邻里、公共场所乃至国家的第一道防线。留意您的周边，以及恐怖分子可能首先蓄谋采取哪种活动。

MAKE THE CALL
WWW.IWATCHHOUSTON.ORG

致电 1.855.i.Watch.4 （855.492.8244）或访问 iWatchHouston.org 举报可疑恐怖活动。紧急事件请直接拨 9-1-1。

每个人都应了解恐怖主义的威胁以及应对方法。我们生活在一个大都市，因此我们更有必要了解这些知识。全球人口密集的大城市中心往往是恐怖主义袭击的理想目标。

IF YOU SEE SOMETHING SAY SOMETHING™

恐怖份子

您需要牢记一点，个人参与政治团体并不属于违法行为。即使该团体的其他成员参与了恐怖活动，只要该个人并未从事、谋划或协助他人犯罪，均不构成犯罪。确定恐怖分子的依据是其行为，而非言论或思想。



需要注意什么

以下要点总结出部份可疑行为。

1. 可疑包裹和隐蔽的简易爆炸装置

- 简易爆炸装置（IED）通常体积较小，便于携带。
- 警惕无人看管的包裹。
- 如果您看见有人遗留了包裹，请勿触摸，离开该地区并通知当局。

2. 在谋划活动前，恐怖分子经常会实施监控行为， 例如：

- 拍摄入口、出口或安保措施。
- 询问有关设施及其安全性的异常问题。
- 有意隐瞒其行为。

3. 异常物品

- 留意电线、电池、改装电子设备、化学品或各种不明物品。
- 警惕购买大量化学品、化肥或其他可疑物品的人。





4. 衣着不合时宜或过于肥大

- 过于闷热或异常厚重的反季衣物可用于隐藏武器。

5. 未经授权进入禁区

- 偷偷进入“闲人免入”区域，或跟随他人进入锁闭建筑物的人，可能会构成安全威胁。
- 工作时，请勿让没有适当身份证明的人员进入安全区域。
- 如果有人进入其不该进入的区域，或者您不确定他们是否适合进入禁区，请通知安保人员或当局。

6. 可疑车辆

- 举报长时间空置或停留在禁区的车辆。
- 如果您发现有人将车辆停在禁区并随即逃离该区域，请举报。

If You See Something, Say Something™（看到可疑物品与人员，请立即举报）经纽约大都会运输署许可而使用。

滥杀性枪击事件

滥杀性枪击者，是指通常使用武器在人群密集的封闭区域内，主动参与杀人行为或企图杀人的人员。

- 多数情况下，随机选取受害者。
- 此类事件无法预测，且演变迅速。
- 通常需要执法部门结束滥杀性枪击事件。

如果滥杀性枪击者在您的附近，您必须做好身心准备应对此类状况。您有三种选择：

RUN › HIDE › FIGHT®

SURVIVING AN ACTIVE SHOOTER EVENT

1. 逃跑

- 规划逃跑线路和方案。
- 丢弃随身物品。
- 进行疏散，无论他人是否配合。
- 在可能的情况下，帮助他人逃离现场。
- 请勿试图移动伤者。
- 阻止他人进入滥杀性枪击者所处的区域。
- 将双手放在可见处。
- 安全后拨打 9-1-1。

2. 躲藏

- 躲藏在枪击者视野之外的区域。
- 锁住躲藏地点的大门或堵住入口。
- 关闭手机，包括震动，并保持安静。



3. 搏斗

- 不到最后时刻或生命岌岌可危之时，切勿妄自搏斗。
- 尝试使枪击者失去攻击能力。
- 尽可能地采取暴力攻击。
- 使用临时武器，或向枪击者投掷物品。
- 全力以赴 ...性命攸关。

当执法部门到达时

- 保持冷静并按照指示行动。
- 放下手中的所有物品，如背包、夹克。
- 举起双手，伸出五指。
- 始终将双手放在可见位置。
- 出于安全考虑，请勿向警官做出快速动作，例如紧紧抓住警官。
- 请勿乱指、尖叫或嘶喊。
- 疏散时，请不断地向警官寻求帮助或指示。

需要向 9-1-1 接线员提供的信息

如果可以，请记住以下信息，以便在拨打 9-1-1 时向接线员提供：

- 主动枪击者的位置。
- 枪击者人数。
- 枪击者的外形特征。
- 枪击者所持武器的数量和类型。
- 现场的潜在受害者数量。



第一批抵达现场的警员会不断帮助伤者。救援小组将会紧跟第一队警员抵达现场。救援团队将治疗并转移伤者。
抵达安全地点后，执法部门可能会将您安置在该区域，直到局面已受控制，确定所有目击者身份并作完笔录。在执法部门指示前，请勿离开。

观看 Run. Hide. Fight.® 视频，请访问 ***readyhoustontx.gov/videos。***
Run. Hide. Fight.® 是休斯顿市的注册商标。

网络犯罪

如今科技在我们的生活中扮演越来越重要的角色。在让许多事情变得简单的同时，科技也会带来危险。您可以遵照以下建议，保护自己和家人免遭网络攻击。了解详情，请访问 **stopthinkconnect.org** 和 **staysafeonline.org。**

保持设备健康

- 开启自动更新，保持操作系统、杀毒软件和防火墙为最新版本。
- 确保所有连网设备，包括手机和视频游戏机等， 得到保护。
- 打开文件之前，用杀毒软件扫描 USB 驱动。
- 定期资料备份，出现文件丢失或被盗情况时可恢复。

保护您的个人信息

- 请使用至少 8 位的复杂密码，包含大小写字符、 数字及符号。
- 请勿多账户使用相同密码，或者将密码告诉他人。
- 访问网站时进行隐私和安全设置，确保个人信息安全。
- 要求网站记住密码时应当谨慎，尤其是公用电脑。
- 出现资金丢失、身份被盗或其它网络犯罪时，请访问 **ic3.gov** 报告情况。

具备上网常识

- 如果邮件、推文、发帖或广告可疑，请勿点击链接。
- WiFi 可用时请勿使用自动连接，使用公共 WiFi 输入个人信息时，应当保持谨慎。
- 在线完成资金交易时，确保网址以“https://”开头，而非“http://”。
- 警惕那些要求您立即行动的网上信息，比如好得难以置信的优惠，或者要求您提供个人信息。

做一个好网民

- 您的网上行为会影响他人，所以培养良好上网习惯将使整个网络社会受益。
- 与朋友和家人探讨网上安全，并分享最新信息。

改编自 Stop. Think. Connect. Campaign。

了解
应当与谁联系



了解何时拨打 9-1-1

- 身处紧迫危险或目睹犯罪行为的发生时。
- 伤势或病情严重。
- 需要紧急救助的任何其他情况。
- 对于非紧急事件或停电，请勿拨打 9-1-1（停电可能非常急迫，但我们需要保持电话畅通用于紧急呼叫）。
- 对于需要警方介入的非紧急事故，请拨打 713.884.3131。
- 对于停电事故，请拨打 800.332.7143 联系 CenterPoint 电力公司。

了解何时拨打 2-1-1 （877.541.7905）

- 2-1-1 是大休斯顿区联合之道的一个项目，为需要灾难救助的人提供免费信息和咨询服务。
- 如果您无法安排交通，或具有妨碍快速疏散的行动困难或机能障碍，请拨打 2-1-1 向德州紧急援助注册处（State of Texas Emergency Assistance Registry）登记。
- 登记之后，一旦您所处的地区发布了疏散命令， 紧急事务管理人员会联系您并安排交通。
- 请确保每年更新自己的信息。

了解何时拨打 3-1-1 （713.837.0311）

- 3-1-1 提供休斯顿市的非紧急帮助和信息。
- 致电报告道路残骸或洪水、交通标志、或信号维修，或需要官方帮助的其他任何非紧急情况。
- 您也应致电 3-1-1，以便在灾害过后报告您住所或企业的破损情况。
- 市政代表会全天 24 小时接听您的电话。
- 灾难期间等候时间会稍长。
- 请勿拨打该热线报告紧急事故。

了解何时拨打 8-1-1 （800.344.8377）

- 请在开始任何需要挖掘的项目前两个工作日致电 8-1-1。
- 8-1-1 将向地下公用设施的所有者，例如天然气管道、电缆公司和电力公司告知您的计划。
- 这些公司可能会派出工作人员标记地下公用设施的位置。

紧急联络信息

休斯顿市		houstontx.gov
休斯顿市紧急情况信息		houstonemergency.org @alerthouston facebook.com/alerthouston
紧急事务管理署	713.884.4500	houstonoem.org @HoustonOEM facebook.com/HoustonOEM
帮助和信息	3-1-1 或 713.837.0311	houston311.org facebook.com/houston311
市长公民服务办公室	3-1-1 或 713.837.0311	houstontx.gov/cao @neighborhou facebook.com/neighborhou
休斯顿警察局	紧急联系电话：9-1-1 非紧急联系电话： 713.884.3131	houstonpolice.org @houstonpolice facebook.com/houstonpolice
休斯顿消防局	紧急联系电话：9-1-1 非紧急联系电话： 832.394.6700	houstonfire.org @houstonfire facebook.com/houstonfiredept
休斯顿卫生局	一般问题：832.393.5169 24/7 疾病报告： 832.393.5080	houstonhealth.org @houstonhealth facebook.com/houstonhealth
哈里斯郡		harriscountytx.gov
哈里斯郡紧急信息		readyharris.org
国土安全及紧急事务管理署	713.881.3100	readyharris.org @readyharris facebook.com/readyharris
郡话务台	713.755.5000	harriscountytx.gov
哈里斯郡公共卫生和环境服务署	713.439.6000	publichealth.harriscountytx.gov @hcphtx facebook.com/ harriscountypublichealth
哈里斯郡警署	紧急联系电话：9-1-1 非紧急联系电话： 713.221.6000	harriscountyso.org @hcsotexas facebook.com/hcsotexas
驾驶人服务项目	713.CALL.MAP (713.225.5627)	ridemetro.org/Pages/ MPDMAP.aspx
哈里斯郡收费公路局（驾驶人服务）	281.875.EASY (3279)	hctra.org @hctra facebook.com/HCTRA
哈里斯郡防洪区	713.684.4000	hcfcd.org @hcfcd facebook.com/hcfcd

布拉左里亚郡		facebook.com/BrazoriaCo
紧急事务管理署	979.864.1201	brazoriacountytx.gov/departments/emergency-management @brazoriacounty facebook.com/bccommunity
帮助和信息	979.849.5711	brazoria-county.com
布拉左里亚郡警署	紧急联系电话：9-1-1 非紧急联系电话 ： 979.265.9310	brazoriacountytx.gov/departments/sheriff-s-office facebook.com/brazoriacounty-sheriffsoffice
布拉左里亚郡卫生署	979.864.1484	brazoriacountytx.gov/departments/health-department
本德堡郡		**fortbendcountytx.gov**
国土安全及紧急事务管理署	281.342.6185	fbcoem.org @fbcoem facebook.com/fbcoem
郡话务台	281.342.3411	fortbendcountytx.gov
本德堡郡警署	紧急联系电话：9-1-1 非紧急联系电话 ： 281.341.4665	fortbendcountytx.gov/sheriff @fbcso facebook.com/FortBendCountySheriffsOffice
本德堡郡卫生和人类服务署	281.238.3233	fbchhs.org @fortbendhealth facebook.com/fortbendhealth
盖瓦斯顿郡		**galvestoncountytx.gov**
紧急事务管理署	888.384.2000	gcoem.org @galvcountyoem facebook.com/gcoem
郡话务台	409.762.8621	galvestoncountytx.gov
盖瓦斯顿郡警署	紧急联系电话：9-1-1 非紧急联系电话： 409.766.2322 或 281.534.3515	sheriff.galvestoncountytx.gov
盖瓦斯顿郡卫生署	409.938.7221	gchd.org @GCHDinfo facebook.com/gchdinfo
蒙哥马利郡		**mctx.org**
国土安全及紧急事务管理署	936.523.3900	mctxoem.org @mcoem facebook.com/mctx.oem
郡话务台	281.364.4200 或 936.756.0571	mctx.org

蒙哥马利郡警署	紧急联系电话：9-1-1 非紧急联系电话： 936.760.5800	mocosheriff.com @MCTXSheriff facebook.com/MCTXSheriff
蒙哥马利郡卫生署	936.523.5020	mcphd-tx.org facebook.com/mctxpublichealth
大都会运输署 （METRO）		**ridemetro.org** **@METROHouston**
道路信息和客户服务	713.635.4000	@metrohouston facebook.com/ridemetro
大都会警察局	713.224.COPS (2677)	ridemetro.org/Pages/ METROPolice
大都会运输局	713.225.0119	ridemetro.org/Pages/METROLift
地区、州和联邦机构		
德州消费者保护协会	800.621.0508	texasattorneygeneral.gov/cpd/ consumer-protection
老年和残障人士服务部（DADS）	512.438.3011 或 855.937.2372	dads.state.tx.us
德克萨斯卫生与人类服务部	512.424.6500	hhs.texas.gov
哈里斯郡老年服务处	832.393.4301	houstontx.gov/health/Aging
德州交通部- 休斯顿地区	713.881.3106	txdot.gov/travel @TxDOTHouston facebook.com/txdot
国家气象服务局休斯顿／盖瓦斯顿	281.337.5074	weather.gov/houston @nwshouston facebook.com/NWSHouston
FEMA 灾难援助	800.621.FEMA (3362)	disasterassistance.gov @fema facebook.com/fema
疾病控制和预防中心（CDC）	800.CDC.INFO (800.232.4636)	cdc.gov @CDCgov facebook.com/cdc
国家洪水保险计划	800.427.4661	floodsmart.gov
报告可疑情况	紧急联系电话：9-1-1 非紧急联系电话： 855.i.Watch.4 （855.492.8244）	iwatchhouston.org
CenterPoint 电力公司	电力： 713.207.2222 燃气： 713.659.2111	centerpointenergy.com/ outagetracker @CNPAlerts facebook.com/centerpointenergy

Entergy 公司	800.9.OUTAGE (800.968.8243)	etrviewoutage.com/external/tx.aspx @entergytx facebook.com/EntergyTX
德州新墨西哥电力	888.866.7456	tnmp.com @tnmp facebook.com/texasnewmexicopower
服务机构		
美国红十字会大休斯顿分会	866.526.8300	redcross.org/houston @redcrosshouston facebook.com/redcrosshouston
毒物控制 （Poison Control）	800.222.1222	poisoncontrol.org @txpoisoncontrol facebook.com/txpcn
救世军（Salvation Army）大休斯顿地区指挥中心	713.752.0677	salvationarmyhouston.org @salarmyhouston facebook.com/salvationarmyhouston
2-1-1 德州/ 联合之道（United Way） 帮助热线	2-1-1 或 877.541.7905	211texas.org
灾难危机热线	800.985.5990	disasterdistress.samhsa.gov @distressline facebook.com/distresshelpline
网络资源		
休斯顿灾备（Ready Houston）	区域灾害 防备工作	readyhoustontx.gov @readyhouston facebook.com/readyhouston
共同抵御恶劣天气 （Together Against the Weather）	行动与机能障碍人士的飓风防备工作	togetheragainsttheweather.org
洪水预警系统	监控河道测量和降雨量	harriscountyfws.org
洪水教育定位工具	查找 您所在地区的洪水风险	harriscountyfemt.org
休斯顿交通（Houston TranStar）	目前交通状况的地图	houstontranstar.org @houstontranstar facebook.com/houstontranstar.org
德州驾驶（Drive Texas）	德州交通部 所属的在线门户网站	drivetexas.org @txdot
FEMA 灾备	国家灾难 防备计划	ready.gov @readygov facebook.com/readygov

索取本指南的此版

灾难防备指南–提供多语言版本
To order copies of this guide in English, or to download an accessible PDF, please visit **houstonoem.org** or call 3-1-1.
Para solicitar copias de esta guía en español, descargar un documento en formato PDF disponible, visite **houstonoem.org** o llame al 3-1-1.
Để yêu cầu bản sao hướng dẫn này bằng Tiếng Việt, để tải về tập tin PDF có thể xem được, vui lòng vào trang **houstonoem.org** hoặc gọi số 3-1-1.
如需订购本指南中文版或下载可存取 PDF，请访问 **houstonoem.org** 或拨打 3-1-1.
Pour télécharger un document PDF accessible de ce guide en français, rendez-vous sur houstonoem.org ou appelez le 3-1-1.
لتنزيل نسخة مفتوحة بتنسيق PDF من هذا الدليل باللغة العربية، يرجى زيارة houstonoem.org أو الاتصال بـ 3-1-1.

713.884.4500
houstonoem.org
@houstonoem
facebook.com/houstonoem
houstonoem

如果您不是休斯顿居民，请访问 **readyhoustontx.gov**，
查找您当地的紧急事务管理署。

国土安全部拨款资助项目。
休斯顿市公共安全及国土安全办公室及紧急事务管理署制作。

2020 年 4 月