

機關安全維護宣導

溪水暴漲自救方法

新北市坪林區五年前曾因大雨釀溯溪意外，這起意外事件，也讓社會大眾關注在山區戲水，若遇溪水暴漲時，該如何自救呢？

台灣民眾雖自許為「海島之子」，惟多數人不諳水性，對於水流、



海流也不熟悉，導致每年發生的溺水事件，或因水上活動發生的意外仍層出不窮。除了一般民眾對戶外活動所需的基本常識不足，從事戶外活動前需要進行的風險評估也可說絲毫沒有概念。

因此每年台灣花在山難、溺水等救災成本上，總是相當可觀。而面對這起溯溪的意外，台中市政府水利局特別分享一部「溪水暴漲自救法」的影片，希望民眾對自救有基本概念，在自己面臨危急時，可先保存自身性命。影片中，分為三種情況實驗，第一種情況為彼此手牽手，互相提供支撐力量，無奈大水一來，便被沖散；第二種情況則為每人抱起一顆有重量的石頭，增加自己的重量，但洪水一來一樣被沖走，並無任何阻擋作用；最後一個實驗則是所有人排成一直線，並前後搭肩，面臨大水來時竟然安全挺過大水衝擊。

而這類的自救法也是有技巧的，因為首位面對水力的衝擊較大，因此須由較為強壯的人排在前頭。

水土保持局前副總工程司陳振宇在部落格分享，萬一

真的水勢過大，提醒大家穿著救生衣也能自救。面對湍急水流時，記得先仰躺，並抓著救生衣，最後則是身體斜 45 度往岸邊游。這裡也要補充，不要與水對抗，一定要節省力氣。而頭、膝蓋及腳要露出水面。最重要的是面對意外發生時，冷靜處理才能使自己更快脫離危險。

陳振宇也補充說明，山洪暴發 (flash flood) 在日本又稱為「鐵砲水」，常因上游河到短暫堵塞後潰壩，造成下游水位高漲，而因水流極快，導致下游民眾躲避不及而釀災。

在此提供幾點觀念，讓民眾對水上活動有基本觀念：

1. 隨時注意天氣及河川狀況，如遇河川上游烏雲密布，或溪水突然變混濁或夾帶樹枝，常為上游已開始降雨，應儘速離開。
2. 了解水壓力及衝擊力的可怕：一般水深 30 公分以上溪水的衝擊力，就可能讓小孩甚至成人無法站穩。
3. 在溪邊紮營或活動時，應先留意可能的避難路線。
4. 視線隨時注意身邊孩子們的動態。
5. 如有飲酒，請不要進入溪中，過去曾經發生過很多醉後落入溪水的意外事件。
6. 隨時注意上游大壩放水的警告訊息。
7. 不要在河川內的沙洲紮營。