

出游正当时 这些“坑”要避开

本报记者 韩凯

胜日寻芳泗水滨，无边光景一时新。春天是踏青出游的高峰期，但许多“隐藏坑点”可能让春游体验大打折扣。记者整理6个常见误区，帮助游客避开陷阱，安全畅享春光。专家提醒，春季出游需警惕自然风险，科学辨识才能不负好时节。

误区一： 在野外遇到雷电，躲在大树下可以避雷

高大的树木由于其高耸的特性，被雷电击中的概率较大。如果雷电击中高大的树木，电流会顺着树干和枝叶通过人体导入地面，使人体成为导体而被电击。

科普：
户外避雷需牢记不要在河流、湖泊等水域附近逗留；

不要靠近高压电线、路灯、广告牌等；
不要躲在公园里的简易建筑内；
不要把钓鱼竿、球拍等物品扛在肩上；
不要躺在地面上；
不要在大树下躲避。

误区二： 登山时迷路，可依靠树木特征辨别方向

树木南面枝叶茂盛、北面枝叶稀疏等规律受地形、光照等因素影响，可能不准确，尤其在复杂环境中无法作为可靠依据。

科普：
登山时发现迷路应保持冷静，切勿惊慌，及时寻求外界帮助，不要等到筋疲力尽才求救。
如果手机有信号，应马上报警或和当地有关单位联系，请求救援。

要待在原地或有明显标识物的地方等待救援，千万不要心存侥幸，盲目尝试走别的路。

误区三： 会游泳就不会溺水，溺水的人会大声呼救

即使会游泳，在野外水域也可能因抽筋、水流湍急、水温过低等原因而溺水。溺水的人往往无法大声呼救，可能只是在水面挣扎，或头部在水中一沉一浮。

科普：
发现他人溺水，可以在岸上通过“叫叫伸抛”法施救。
“叫”——大声呼救，寻求周围更多人的帮助；
“叫”——拨打110、119、120

等电话号码求助；
“伸”——在确保自身安全的情况下，将树枝、木棍、竹竿等递给落水者；
“抛”——将泡沫块、救生圈、密封的空塑料瓶等漂浮物抛给溺水者，帮助其漂浮待援。如果具备下水救援的条件，救援者要从背后接近溺水者，托起其身体，将其头部露出水面，侧游上岸。

误区四： 如遭遇山火，要顺着风的方向逃跑

火灾发生时，热气流和烟雾会顺着风向快速蔓延，顺风跑容易被火势追上，且可能因吸入大量有毒烟雾而中毒。

科普：
野外遭遇山火，正确的逃生路线是侧风或逆风方向转移；

降低重心，捂住口鼻，减少烟雾吸入；
避开危险区域，千万不要进入密林、草丛、谷底等危险区域；
及时拨打12119报警求救或向外界发送位置信息，可挥舞鲜艳衣物、旗帜等。

误区五： 野炊后用土覆盖火堆即可完全灭火

未彻底熄灭的火星可能引起复燃，尤其在干燥的环境中易引发山火。

科普：野炊要到指定区域进

行，不要在草木繁盛的地方。野炊结束后，要及时用水或用脚踩踏的方式将火彻底熄灭，不要留火星，防止复燃。

误区六： 脚踝扭伤后，立即热敷或按摩能消肿

脚踝扭伤后，局部软组织损伤，小血管破裂出血，形成血肿，此时热敷或按摩会使局部血液循环加快，导致肿胀加重。

科普：扭伤后要及时冰敷，止血消肿；当扭伤过了急性损伤期（24小时—48小时）后，可以采取热敷来加快自愈。

近年来，互联网、新技术的普及既丰富了科普的内容和手段，也加剧了网络伪科普的流传，不仅误导公众，还可能带来较大的社会风险。

2024年12月25日新修订的《中华人民共和国科学技术普及法》规定，组织和个人提供的科普产品和服务、发布的科普信息应当具有合法性、科学性，不得有虚假错误的内容。网络服务提供者发现用户传播虚假错误信

息的，应当立即采取处置措施，防止信息扩散。

《中华人民共和国科学技术普及法》第五十四条规定，违反本法规定，制作、发布、传播虚假错误信息，或者以科普为名损害国家利益、社会公共利益或者他人合法权益的，由有关主管部门责令改正，给予警告或者通报批评，没收违法所得，对负有责任的领导人员和直接责任人员依法给予处分。

