

水上安全須知



炎炎夏日即將到來，特別是週休假期期間，從事水上、潛水等活動日益增多，由於許多人不重視水上安全，輕忽海邊及溪流所暗藏之危險，以至於溺水意外事件時有所聞，以下提供從事水域活動時重要之安全常識：

- ◆應瞭解自身健康狀況，若有心臟病、高血壓、傳染病、羊癲癇、皮膚病、眼疾等，不宜游泳。
- ◆場地選擇，應在開放浴場或有救生人員值勤的水域活動。
- ◆不可在有「禁止游泳」「水深危險」等標誌區域內游泳。亦不可在航道、港區、急流區、礁岩區及碼頭邊游泳。
- ◆不明地形或水深處均不宜跳水。池邊跳水易生危險，常因水淺，造成頸椎受傷而終生癱瘓。
- ◆水底多為滑溜卵石，在水中行走，應注意免得滑倒。
- ◆游泳時千萬不可逞強好勝，應該量力而為。不會踩水或泳技差者，不可到深水處或離岸太遠。
- ◆游泳時應穿游泳衣、褲，不可穿牛仔褲入水。若發現在人溺水時，應大聲呼叫「有人溺水」，請求支援，若未學過水中救生技術，不可冒然入水救人，同時，請人打 119 電話向消防隊求救，並察看周圍是否有救生器材如救生繩袋、救生圈、救生球、救生桿（鉤）等或代替物作岸上施救。
- ◆溺者若離岸不遠，則可用岸上一切自然之物如竹竿、木條等，從岸上施救，這是最安全有效的方法。
- ◆乘船時，不上超載的船隻，以策安全。划小船，換位時，應儘量將重心放低，或在碼頭、岸邊等處實施。
- ◆磯釣時應穿救生衣、釘鞋及戴安全帽，並確實掌握漲退潮的時間，對於忽然來襲的瘋狗浪應特別注意，若見到海裡忽然大浪接近，應立即逃避，以免造成傷害。
- ◆海中游泳，因為是動水，有海流、有波浪，與游泳池不同，故需要加倍的耐力及體力才能達到同等距離，所以不可高估自己的游泳能力，才不會造成不幸。

- ◆颱風來襲前後二天，海裡風浪大或浴場關閉時，或太陽下山後（夜間），不可入水游泳。
- ◆若看到上游山區烏雲密佈或聽到上游傳來隆隆聲響越來越大，或看到溪水變色，水面忽然上昇，這是山洪爆發前兆，應立即離水前往高處逃。
- ◆若遇水暴漲，被困岩石上或在沙洲中，應保持冷靜，等待救援；或尋找一些可助浮且耐沖擊的東西，萬一被水沖走時，可將物品置於身體下方，以免身體直接被撞傷。
- ◆若不幸被溪水沖走時，身體應仰姿保持腳在前頭在後，以免頭被撞傷；看到前方水面有高浪，即表示水底有巨石，應設法避開，以免被撞傷，如遇轉彎處，應游向內彎緩流處，即可順勢上岸。



臺灣屏東地方法院政風室關心您

檢舉電話：08-7535612

E-MAIL：

ptdged@judicial.gov.tw