

ICS

CCS 点击此处添加 CCS 号



# 中华人民共和国国家标准化指导性技术文件

GB/Z XXXXX—XXXX

## 家用防灾应急包使用指南

User guide for household disaster survival kits

(点击此处添加与国际标准一致性程度的标识)

(征求意见稿)

(本草案完成时间：2026 年 7 月 14 日)

在提交反馈意见时，请将您知道的相关专利连同支持性文件一并附上。

XXXX – XX – XX 发布

XXXX – XX – XX 实施

国家市场监督管理总局  
国家标准化管理委员会 发布

目次

前 言.....II

1 范围..... 3

2 规范性引用文件..... 3

3 术语和定义..... 3

4 个体使用指南（适用于家庭及个人）..... 3

    4.1 选购方法..... 3

    4.2 存放方法..... 3

    4.3 基础应急包物品使用方法..... 4

    4.4 火灾应急包补充物品使用方法..... 10

    4.5 洪涝灾害应急包补充物品使用方法.....11

    4.6 地震地质灾害应急包补充物品使用方法..... 12

    4.7 个体使用通用方法..... 14

    4.8 机构如有使用需求可参考附录 E。..... 14

附 录 A （资料性） 基础应急包应用场景示例..... 15

附 录 B （资料性） 火灾应急包应用场景示例..... 17

附 录 C （资料性） 洪涝灾害应急包应用场景示例..... 20

附 录 D （资料性） 地震地质灾害应急包应用场景示例..... 23

附 录 E （资料性） 机构使用指南..... 26

    E.1 选购方法..... 26

    E.2 存放方法..... 26

    E.3 配置管理..... 26

    E.4 物品使用组织实施..... 26

    E.5 宣传与培训管理..... 27

    E.6 维护与更新..... 27

参 考 文 献..... 28

## 前 言

本文件按照GB/T 1.1—2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。

本文件由全国公共安全基础标准化技术委员会（SAC/TC 351）提出并归口。

本文件起草单位：中国标准化研究院、北京红立方医疗设备有限公司、浙江红雨医药用品有限公司、湖北高德急救防护用品有限公司、青岛海丽雅集团有限公司、温州市质量技术检测科学研究院、浙江硕而博科技股份有限公司、新兴际华科技集团有限公司、广东伍玖伍安全文化科技有限公司、蓝夫（北京）应急技术有限公司、中国矿业大学（北京）、中国科学技术大学、广东友安应急消防科技有限公司、北京市科学技术研究院、公安部第一研究所、南京金泰龙安防系统工程有限公司、北京桉斯国际标准认证中心有限公司、一键科技有限公司、婺源县锐迪安防科技有限公司。

本文件主要起草人：姜雅硕、秦挺鑫、黄帅、苗军光、侯昂、何增福、刘春伟、丁文华、张永臣、徐连龙、杨立委、王继恒、赵丽娜、董炳艳、陈朝阳、蔡丹妮、马忠超、庞建、黄帅、胡隆华、张晓磊、蔡旻达、王亚飞、石雅婷、李明非、王长明、仲华、陈明智、谷学亮、詹灶富。

# 家用防灾应急包使用指南

## 1 范围

本文件给出了家用防灾应急包的使用方法，与GB/T 36750—2025《家用防灾应急包》配套使用。

本文件适用于家用防灾应急包的选购、存放、使用及维护，涵盖个体家庭与企业、学校、社区等集体机构的应用场景。

## 2 规范性引用文件

下列文件中的内容通过文中的规范性引用而构成本文件必不可少的条款。其中，注日期的引用文件，仅该日期对应的版本适用于本文件；不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

GB/T 36750—2025 家用防灾应急包

## 3 术语和定义

GB/T 36750—2025界定的术语和定义适用于本文件。

## 4 个体使用指南（适用于家庭及个人）

### 4.1 选购方法

选购方法如下：

a) 明确灾害场景：依据居住区域灾害风险（如火灾高发区选火灾应急包、低洼地区选洪涝灾害应急包），优先选择基础应急包+对应场景扩充包的组合；

b) 核查产品合规性：确认应急包及内部物品符合GB/T 36750—2025，包装标注产品名称、生产厂家、生产日期、有效期及质量检验合格证；

c) 检查配置清单和包体性能：对照GB/T 36750—2025，逐项核对产品实物，查看是否有物品缺漏：优先选择橙色或红色包体，外表面反光材料面积不小于50 cm<sup>2</sup>；结构能打开至180°，内部模块化分格，背带和提把符合人体工程学；材质耐磨防水，火灾应急包具备阻燃性，地震应急包防砸抗压，洪涝灾害应急包具有漂浮功能；

d) 验证物品完整性：按配置清单核对物品，重点检查核心用品（如呼吸防护用品、应急逃生绳、急救敷料）无破损、无过期，有有效期要求的物品剩余时限不少于12个月；

e) 关注智能化功能：应急包选择具有配套线上线下学习产品使用教程和应急知识的；按需选配含定位、报警、物品状态监测功能的智能模块；

f) 适配使用需求：依据家庭成员构成，增配老人常用药品、婴儿用品、残疾人辅助工具等个性化需求物品。

### 4.2 存放方法

存放方法如下：

a) 选择适宜位置：应急包宜设置于住宅逃生路线沿途、取用便捷且相对安全的固定点位（如门口鞋柜旁、阳台角落），避免被家具遮挡或放置在潮湿、高温、暴晒环境中，远离易燃、易爆、腐蚀性物品，置于儿童不易取到的位置；

b) 保证存放条件：环境宜干燥通风、避光清洁，与地面无直接接触，避免重压导致包体变形或物品损坏；洪涝高发区宜将应急包垫高存放，防止被水浸泡；

c) 规范摆放方式：包体保持闭合状态，拉链拉合严实；内部物品按模块化分类存放，避免混乱导致紧急情况下无法快速取用；包内部分物品宜依据使用场景分开存放，如灭火器放客厅，消防过滤式自

救呼吸器放卧室，灭火毯挂厨房，多功能手电筒放床头柜等，确保应急时随时可取，日常曝光加强记忆避免遗忘，促进用户日常使用；

d) 配合定期检查：存放位置宜便于定期查看，每月简单核对物品是否齐全，每季度全面检查物品有效期及功能状态，及时更换过期或受损物资。

4.3 基础应急包物品使用方法

4.3.1 基础应急包应用场景示例见附录 A。

4.3.2 多功能手电筒

多功能手电筒使用方法如下：

- a) 自充电：匀速手摇（2.5~3 r/s），红灯亮即充电中，速度越快效率越高；
- b) 对外充电：将USB线一端接到充电USB孔内，另一端接手机等设备，摇动手柄即可对外供电；
- c) 对内充电：将USB充电线插入电源，另一端连接在手电筒上；
- d) 调音量：右侧旋钮调至中档，推至最上为收音模式，推至最下为关闭；
- e) 搜台：按搜台键自动搜索，停在有信号的电台；可重复按动微调；
- f) 提示：远离建筑、地下室等信号差的地方，音量调至舒适档位，避免失真；
- g) 照明：向前推动照明开关亮灯，向后推熄灭，可与收音同时使用；
- h) SOS报警：拨动报警开关，开启声音报警功能。

多功能手电筒使用说明

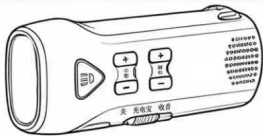
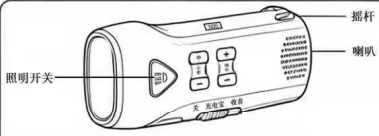
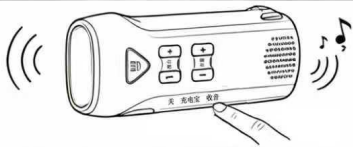
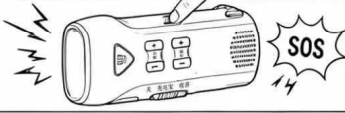
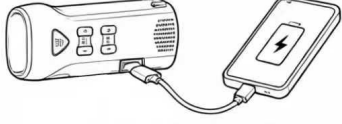
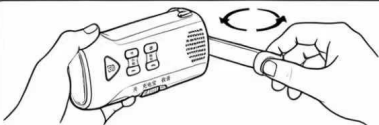
|                                                                                     |                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>第1步：检查外观</b></p> <p>检查手电筒外观是否完备；<br/>若机身带电源总开关，请先打开总开关。</p>                         |
|  | <p><b>第2步：选择功能</b></p> <p>根据需要打开或关闭对应功能按键或推钮，<br/>实现手电照明、广播收音、SOS报警呼救和<br/>应急手机充电等功能。</p> |
|  | <p><b>第3步：手电照明</b></p> <p>按压或推动手电开关开启照明。</p>                                              |
|  | <p><b>第4步：广播收音</b></p> <p>打开收音机电源，手动接合或自动调台<br/>按导到想要的电台，调节合适音量<br/>进行广播收音。</p>           |
|  | <p><b>第5步：报警呼救</b></p> <p>一键报警，在任意状态下开启报警呼救。</p>                                          |
|  | <p><b>第6步：应急手机充电</b></p> <p>手摇充电或充电宝的标准USB输出直接<br/>对接手机原装充电线，对手机应急充电。</p>                 |
|  | <p><b>第7步：手摇发电储能</b></p> <p>在任意状态下，以150~180圈/分钟的<br/>均速手摇发电有效储能，保障实现<br/>多功能供电。</p>       |

图1 多功能手电筒使用说明

#### 4.3.3 高频口哨

高频口哨使用方法如下：

- a) 将口哨含于口中，双唇紧密贴合吹口；
- b) 用腹部发力，持续吹气发出响亮声响；
- c) 求救时可采用“三短-三长-三短”节奏吹气，每组间隔约1 min，增强辨识度。

#### 4.3.4 急救毯

急救毯使用方法如下：

- a) 拆开包装，将急救毯完全展开；
- b) 包裹在人体躯干及四肢，确保关键部位全覆盖；
- c) 银色面朝外，用于求救时增强可视性；保暖时银色面朝内贴合身体。

#### 4.3.5 一次性压缩毛巾

一次性压缩毛巾使用方法如下：

- a) 取出压缩毛巾，放入清水中浸泡；
- b) 等待毛巾充分膨胀舒展后，轻轻挤压去除多余水分；
- c) 直接用于皮肤清洁或物品擦拭，使用后妥善丢弃。

#### 4.3.6 防护手套

防护手套使用方法如下：

- a) 取出防护手套，双手分别伸入手套，调整位置确保指尖贴合、掌心无褶皱；
- b) 作业完成后，捏住手套边缘从手腕处反向脱下，避免接触污染面。

#### 4.3.7 多功能组合工具

多功能组合工具使用方法如下：

- a) 依据需求选择对应功能部件（如切割刃、开瓶器、螺丝刀）；
- b) 使用切割功能时，对准目标部位平稳发力，切割方向远离身体，避免打滑；
- c) 拧转或撬动操作时，确保受力点牢固，用完后收回所有活动部件。

#### 4.3.8 呼吸防护用品

呼吸防护用品使用方法如下：

- a) 打开包装，取出防护用品，检查面罩无破损、过滤元件完好且在有效期内；
- b) 将面罩覆盖口鼻，调整头带或耳挂至松紧适宜，确保边缘密封；
- c) 深呼吸测试通气是否顺畅，污染环境中全程佩戴，离开后按要求丢弃或清洁。

#### 4.3.9 防风防水火柴

防风防水火柴使用方法如下：

- a) 确保手部干燥；打开火柴盒，取出火柴；
- b) 在盒侧磷面快速擦划点燃火柴，迅速移至需引燃物处；
- c) 点燃后远离易燃物，使用完毕后确保火星完全熄灭再丢弃。

#### 4.3.10 应急逃生绳

应急逃生绳使用方法如下：

- a) 使用前检查：检查绳索外观，出现断丝、老化、破损、钢丝内芯外露立即报废；检查缓降器、安全带、金属卡扣，确保无变形锈蚀、锁扣开合顺畅；选用承重墙、金属护栏等牢固承重结构作为固定点，严禁使用塑料管材、石膏板、单层玻璃、轻质装饰隔断、空心板材作为承重固定点；
- b) 固定绳索并核验稳固：将绳索一端在固定点缠绕两圈，打丁香结或双锁止结并拉紧锁牢；检查固定点无松动、无断裂风险，绳索途经尖锐棱角处垫毛巾防护；垂直下放绳索，确保无缠绕、无打结；

c) 规范下降操作：佩戴防护手套，双手紧握绳索，侧身背靠墙面、双脚轻蹬墙体，保持身体平衡匀速缓慢下滑；全程不得松手、禁止快速俯冲，平稳完成逃生下降（仅适用于3层及以下低层建筑逃生，10 m以上建筑不建议单人无专业防护独立下降；老人、儿童需成人全程陪同操作）。

注：应急逃生绳不作为优先逃生下降工具，普通民众无专业训练、无全套防护时，徒手绳索下滑极易失控坠落、擦伤摔伤，相关操作存在较高人身伤害风险，本指南不倡导民众主动采用绳索自行跳楼逃生。

#### 4.3.11 辅绳（选配）

辅绳使用方法如下：

- a) 配合主绳使用时，将辅绳一端与主绳固定连接，采用缠绕打结方式加固；
- b) 用于捆绑物品时，环绕物品后收紧绳结，确保捆绑牢固；
- c) 辅助攀爬时，将辅绳作为扶手，避免过度拉扯导致断裂。

#### 4.3.12 轻便型全身式安全带（选配）

轻便型全身式安全带使用方法如下：

- a) 将安全带套入身体，肩带穿过双肩，腰带环绕腰部；
- b) 调整各调节扣，使安全带贴合身体但不影响活动，确保卡扣完全闭合；
- c) 与绳索连接时，检查连接处牢固性，全程保持安全带佩戴完好。

#### 4.3.13 O型2段自动锁（选配）

O型2段自动锁使用方法如下：

- a) 打开锁扣，将绳索或安全带连接端放入锁内；
- b) 松开锁扣使其自动闭合，轻轻拉扯测试锁定效果；
- c) 使用过程中避免锁扣受到猛烈撞击，确保锁体活动自如。

#### 4.3.14 中空防火扁带（选配）

中空防火扁带使用方法如下：

- a) 依据使用需求截取合适长度，避免过度弯折；
- b) 用于搭建支点时，将扁带两端固定在稳固物体上，保持受力均匀；
- c) 连接其他装备时，采用专用绳结固定，确保接口无滑脱风险。

#### 4.3.15 逃生缓降器（选配）

逃生缓降器使用方法如下：

- a) 选择窗户、阳台等合适位置，将缓降器固定支架安装在牢固支点上；
- b) 展开缓降绳索，确保绳索无缠绕、打结；
- c) 穿戴好安全带并与缓降器连接，注意双手轻触墙壁或障碍物，匀速缓慢下降。

#### 4.3.16 碘伏棉棒

碘伏棉棒使用方法如下：

- a) 将棉棒沿塑料膜向上顶出，折断有标记的一端，使碘伏流向另一端棉头；
- b) 待棉头完全浸湿后，以伤口为中心，由内向外螺旋式涂抹消毒；
- c) 消毒后丢弃棉棒，避免重复使用造成污染；
- d) 黏膜伤口（口腔、眼部、私密处）禁止使用碘伏消毒。

#### 4.3.17 网帽

网帽使用方法如下：

- a) 拆开包装取出网帽，套于包扎部位，使其完整覆盖敷料与创面；
- b) 轻拉边缘调整松紧，确保贴合患处且不影响呼吸；
- c) 更换时从侧边缓慢取下，防止牵拉创面造成二次损伤。

#### 4.3.18 创可贴/创口贴

创可贴/创口贴使用方法如下：

- a) 保持创面干净，根据不同创口大小及创伤部位，选择合适的创可贴；
- b) 撕开创可贴包装纸，取出创可贴，剥开离型纸，中间吸血垫对准伤口中心，不要直接按压伤口创面；
- c) 两侧胶带顺着皮肤平整贴紧，不要拉扯紧绷，边缘轻轻压实，减少缝隙进水，进细菌。

#### 4.3.19 医用纱布片

医用纱布片使用方法如下：

- a) 取医用纱布片，只触碰边缘，不要接触中心区域；
- b) 将医用纱布片完全覆盖伤口，边缘超出创面1~2 cm；
- c) 用弹性绷带或医用胶带固定医用纱布片，确保不松动、不移位；
- d) 若医用纱布片吸满渗液，及时更换新的医用纱布片，保持伤口清洁。

#### 4.3.20 弹性绷带

弹性绷带使用方法如下：

- a) 针对扭伤部位，先进行冷敷再缠绕弹性绷带；用于固定敷料时，直接覆盖敷料；
- b) 从受伤部位远心端开始，常规采用螺旋缠绕；关节部位改用8字交叉缠绕，松紧以可轻松插入一指为宜；
- c) 持续缠绕至肢体近心端，使用医用胶带固定弹性绷带末端，避免松散。

#### 4.3.21 三角巾

三角巾使用方法如下：

- a) 用于肩部包扎：将三角巾一锐角对准伤肩，底边绕胸部一周，两锐角在背后打结固定；
- b) 用于头部包扎：将三角巾底边折叠两指宽，覆盖头部，两底角绕耳后打结，顶角下拉至前额固定；
- c) 用于骨折固定：三角巾平展于胸前，顶角与伤肢肘关节平行，屈曲伤肢后将三角巾两端提至颈后打结，顶尖向胸前外折并用别针固定。

### 三角巾的包扎部位与方法



图2 三角巾的包扎部位与方法

### 4.3.22 医用胶带

医用胶带使用方法如下：

- a) 剪取合适长度的胶带，避免过长造成浪费或过短无法固定；
- b) 将胶带一端贴在敷料边缘，另一端固定在皮肤干燥处，按压贴合；
- c) 撕下胶带时，从边缘轻轻掀起，避免拉扯皮肤。

### 4.3.23 医用外科口罩

医用外科口罩使用方法如下：

- a) 取出口罩，区分正反面（褶皱开口朝下的一面是外侧、褶皱开口向上的一面是内侧），金属条朝上；
- b) 耳挂挂在双耳上，调整口罩上下边缘使其覆盖口鼻及下颌；
- c) 用双手按压金属条，使其贴合鼻梁形状，抚平口罩边缘确保密封；
- d) 摘口罩时只触碰耳挂或系带，勿触摸口罩外侧（污染面），摘下后立即丢入垃圾桶，随后洗手。

### 4.3.24 医用检查手套

医用检查手套使用方法如下：

- a) 撕开包装，一只手捏出袖口翻折内缘取出，严禁触碰外表面；
- b) 裸手捏住翻折内缘，惯用手五指张开插入，顺势拉至手腕，确保指尖贴合无褶皱，戴好手套的手捏住另一只手套内缘，裸手插入拉紧；
- c) 双手手指交叉张开，将袖口拉至腕部；若穿长袖，将反折部套在袖口外；
- d) 使用完毕后，戴手套的手捏住另一只腕外侧向下翻转脱下握于掌心，用裸手捏住另一只袖口内侧，向下翻转脱下，使两只手套相互包裹，丢入垃圾袋，立即洗手。

### 4.3.25 止血带

止血带使用方法如下：

- a) 选择受伤肢体近心端（靠近心脏一侧）的平整部位，避开伤口和关节；
- b) 在距伤口5~10 cm处将止血带环绕肢体，收紧至出血停止，记录使用时间。

### 4.3.26 人工呼吸膜

人工呼吸膜使用方法如下：

- a) 施救前佩戴医用检查手套、医用口罩，做好个人防护；
- b) 打开包装，取出呼吸膜，将呼吸膜平铺在患者面部，确保呼吸阀或过滤片对准患者嘴部位置；
- c) 一只手按压患者前额，另一只手抬起下颌，使气道充分打开；
- d) 用嘴覆盖呼吸膜中心，匀速吹气，观察到患者胸廓隆起，随即移开嘴部；
- e) 按照30次胸外按压配合2次人工呼吸的比例循环操作；
- f) 施救完毕后，呼吸膜按感染性医疗废物密封丢弃，并立即洗手。

### 4.3.27 体温计

#### 4.3.27.1 电子体温计

电子体温计使用方法如下：

- a) 按下开机键，待准备就绪后开始测量；
- b) 将体温计探头贴紧腋下或放入口腔等测量部位，保持固定；
- c) 听到提示音后取出，读取数值，使用后关机清洁放入收纳盒中。

#### 4.3.27.2 无汞玻璃体温计

无汞玻璃体温计使用方法如下：

- a) 检查体温计完好，甩至35℃以下，擦拭消毒测温端；
- b) 将测温端放入腋窝深处夹紧，静坐静置5~10 min；
- c) 平视读取体温数值，消毒擦拭后放回收纳盒保存。

#### 4.3.28 医用剪刀

医用剪刀使用方法如下：

- a) 打开剪刀，检查刀刃无缺口、开合顺畅；
- b) 剪切敷料或衣物时，将剪刀钝头一侧贴近皮肤，对准目标部位，平稳发力，避免刀刃打滑划伤皮肤；
- c) 使用后清洁刀刃，闭合剪刀，妥善存放避免刀刃受损。

#### 4.3.29 镊子

镊子使用方法如下：

- a) 手持镊子中部，打开镊尖，对准需夹取的物品（如异物、敷料）；
- b) 轻轻闭合镊尖夹住物品，平稳移动至目标位置后松开；
- c) 用于伤口异物取出时，确保镊尖消毒，操作轻柔避免扩大伤口。

#### 4.3.30 清洁湿巾

清洁湿巾使用方法如下：

- a) 打开包装，取出湿巾，及时密封包装，避免包装内剩余湿巾受到污染；
- b) 用湿巾轻轻擦拭皮肤、物品表面或伤口周边皮肤，进行清洁；
- c) 擦拭伤口周围皮肤时，宜从伤口边缘向外周单向擦拭，不可来回擦拭，以免交叉污染；若用于清洁伤口周围，宜配合消毒用品使用，擦拭后丢弃湿巾。

#### 4.3.31 安全别针

安全别针使用方法如下：

- a) 捏住别针尾部，轻轻打开别针，避免尖锐端划伤皮肤；
- b) 用于固定敷料或三角巾时，将别针穿过敷料边缘和衣物，闭合别针固定；
- c) 使用后取下别针，妥善存放避免丢失或误伤。

#### 4.3.32 紧急联系卡

紧急联系卡使用方法如下：

- a) 提前填写家庭成员姓名、电话、住址及紧急联系人信息；
- b) 随身携带或放置在应急包显眼位置，便于紧急情况下取用；
- c) 信息变更时及时更新卡片内容，确保信息准确有效。

#### 4.3.33 收纳袋

收纳袋使用方法如下：

- a) 打开收纳袋拉链，将需存放的物品分类放入袋内；
- b) 放置完毕后拉合拉链，确保密封严实，防止受潮；
- c) 取用物品时拉开拉链，取出后及时闭合，保持袋内物品整洁。

#### 4.3.34 应急饮用水

应急饮用水使用方法如下：

- a) 检查包装无破损、无漏液，确认未过期；
- b) 拧开瓶盖或撕开包装口，直接饮用，避免浪费，单人24 h饮用量不超过500 mL；
- c) 若用于清洁伤口，宜确保水质干净，可配合医用纱布片使用。

#### 4.3.35 应急食品（压缩饼干）

应急食品（压缩饼干）使用方法如下：

- a) 打开包装，取出饼干，避免包装碎屑混入食物；
- b) 直接食用，充分咀嚼，可搭配应急饮用水吞咽，缓解口渴；
- c) 一次食用一小块（约60 g），剩余部分密封保存，避免受潮变质。

#### 4.3.36 记号笔

记号笔使用方法如下：

- a) 取下笔帽，按压笔尖或旋转笔身使笔尖露出；
- b) 在衣物、墙壁等显眼位置书写求救信息（如“有人被困”“求救”）；
- c) 使用完毕后收回笔尖，盖紧笔帽，避免墨水干涸。

#### 4.3.37 使用说明书

使用说明书使用方法如下：

- a) 应急包配置完成后，仔细阅读说明书，了解各物品位置及用途；
- b) 遇到疑问时，查阅说明书中对应的使用方法图解或文字说明；
- c) 妥善保管说明书，避免丢失，便于后续查阅。

#### 4.3.38 应急手册

应急手册使用方法如下：

- a) 定期阅读手册，学习防灾应急知识、逃生技巧及物品使用要点；扫码应急手册二维码，可学习使用教程，配套教程须简单明了，能让用户快速学习并上手，使用教程分项分类，设置查找功能，便于快速查找各产品使用教程；
- b) 灾害发生时，依据手册指引采取正确的自救互救措施；
- c) 将手册放置在应急包易取用位置，便于紧急情况下快速查阅。

### 4.4 火灾应急包补充物品使用方法

#### 4.4.1 火灾应急包应用场景示例见附录 B。

#### 4.4.2 灭火器

灭火器使用方法如下：

- a) 提起灭火器，快速奔赴火灾现场，保持安全距离（约2~3 m）；
- b) 拔掉保险销，一手握住喷管，另一手按压压把；
- c) 站立在上风位置对准火焰根部扫射，直至火焰完全熄灭，注意避开烟雾和高温区域。

#### 4.4.3 灭火毯

灭火毯使用方法如下：

- a) 取毯准备：快速撕开灭火毯包装，双手握持灭火毯两端专用拉带展开毯体，禁止可徒手直接接触毯面，持于身前做好灭火防护准备；
- b) 覆盖灭火：针对油锅起火，严禁泼水，从侧面覆盖封堵锅口，密闭静置5~10 min，确认无复燃后方可掀开；针对纸张、布料、电器等固体初期起火，先切断电器电源，再用灭火毯完全覆盖火源、压紧边缘闷熄火焰，保持覆盖直至火源冷却、完全熄灭；
- c) 应急处置与逃生：人体着火时，迅速撑开灭火毯包裹全身，原地缓慢打滚灭火，严禁奔跑，熄火后及时降温就医；穿越浓烟火场时，披裹灭火毯、捂住口鼻，保持弯腰低姿快速撤离，规避高温灼伤与烟气伤害。

#### 4.4.4 过滤式消防自救呼吸器

过滤式消防自救呼吸器使用方法如下：

- a) 打开包装盒，取出过滤式消防自救呼吸器，检查面罩、滤毒罐无破损；
- b) 拔掉滤毒罐前后封口塞，将面罩套在头部，调整头带至贴合面部；
- c) 深呼吸测试通气顺畅后，弯腰低姿沿逃生路线撤离，全程佩戴直至到达安全区域（过滤式自救呼吸器有效使用时间一般不低于30 min；缺氧、密闭无通风空间禁止使用，易窒息）。

#### 4.4.5 多功能斧锤

多功能斧锤使用方法如下：

- a) 阅读使用手册，熟悉功能及使用方法，破拆前必须先切断区域电源，严禁直接劈砍电线、配电箱、带电金属构件，防止触电；
- b) 需破拆时，握住手柄，用斧头刃部对准障碍物（如木门、窗户框架）用力砍击；
- c) 需敲击时，使用锤部对准目标，平稳发力，避免刃部误伤；
- d) 需使用钳子或螺丝刀功能时，握持稳固，防止工具滑脱划伤，使用后与斧锤整体收纳防护；
- e) 使用后套上刃部保护套，妥善存放，避免尖锐部位受损。

#### 4.4.6 轻型消防安全绳

轻型消防安全绳使用方法如下：

- a) 选择牢固的承重支点，将绳索一端固定，打防松死结加固，检查稳定性；
- b) 佩戴好防护手套和安全带，与绳索连接牢固；
- c) 沿绳索缓慢下降，保持身体与墙面垂直，避开火源和烟雾。

#### 4.4.7 医用烧伤敷料

医用烧伤敷料使用方法如下：

- a) 用流动冷水持续冲洗烧烫伤部位10~20 min，直至不再疼痛；
- b) 取出烧伤敷料，覆盖在创面上，确保完全覆盖伤口；
- c) 用弹性绷带轻轻固定敷料，避免过紧压迫创面，及时更换渗液饱和的敷料。

#### 4.4.8 医用冰袋

医用冰袋使用方法如下：

- a) 挤压冰袋内部水袋，使冰袋激活，摇晃均匀后等待降温；
- b) 用毛巾包裹冰袋，避免直接接触皮肤，放置在烧伤、扭伤等部位；
- c) 每次使用时间不超过20 min，需再次冷敷时宜间隔1~2 h。

#### 4.4.9 火灾应急手册

火灾应急手册使用方法如下：

- a) 灾前阅读手册，熟悉家庭逃生路线、火灾预防与初起火灾扑救方法及紧急报警联络相关内容；
- b) 火灾发生时，快速查阅手册中对应的应急处置措施，按指引行动；
- c) 携带手册撤离，便于在安全区域后续参考自救互救方法、灾后心理调适方法等。

### 4.5 洪涝灾害应急包补充物品使用方法

#### 4.5.1 洪涝灾害应急包应用场景示例见附录 C。

#### 4.5.2 雨衣

雨衣使用方法如下：

- a) 打开雨衣，区分前后（帽子所在为前部），穿入双臂；
- b) 拉上拉链，调整帽子位置，确保头部被完全覆盖；
- c) 收紧袖口和下摆抽绳，防止雨水渗入，避免在强风环境中过度拉扯，可与荧光棒联合使用。

#### 4.5.3 荧光棒

荧光棒使用方法如下：

- a) 双手握住荧光棒两端，向中间弯折，听到“咔嚓”声后摇晃均匀；
- b) 将激活的荧光棒挂在衣物上或手持，用于夜间标识位置；
- c) 避免摔打或弯折过度，使用后妥善丢弃，不可拆解。

#### 4.5.4 长效蜡烛

长效蜡烛使用方法如下：

- a) 选择平整、防火的放置面，远离易燃物和水源；
- b) 点燃蜡烛芯，确保火焰稳定，避免风吹熄灭；

c) 使用完毕后用灯罩或湿毛巾覆盖灭火（禁止在密闭空间使用）。

#### 4.5.5 漂浮救生绳

漂浮救生绳使用方法如下：

a) 施救前检查准备：检查绳体无断股、磨损、破皮、霉变，绳股磨损超半数立即报废；确认浮环配件完整，提前理顺整绳，消除缠绕死结，保障抛投顺畅；

b) 岸上抛投施救：施救前先将绳索一端牢固绑定于厚重墙体、水泥立柱等固定物，防止施救者被落水者拖拽落水；右手抓握浮环，左手理顺30~50 cm绳段并分层摊开，平稳将绳索抛向溺水者；引导溺水者双臂穿过浮环、套于腋下，锁住浮环贴紧胸口、身体后仰漂浮，禁止胡乱挣扎拉扯，施救者紧握绳端，缓慢将落水者拉至安全区域；

c) 水上辅助转移：开展水上人员转移作业时，将救生绳两端牢固固定在两岸稳固物体上，作业人员全程抓握绳索稳步移动，保障涉水转移安全。

#### 4.5.6 救生衣

救生衣使用方法如下：

a) 穿入救生衣，调整肩带和腰带，确保贴合身体，卡扣完全闭合；

b) 检查救生衣浮力块无破损，确保浮力充足；

c) 落水后保持冷静，救生衣会自动使人漂浮，头部露出水面，等待救援。

#### 4.5.7 救生圈

救生圈使用方法如下：

a) 抓住救生圈两侧把手，将救生圈抛向溺水者附近，使其能够抓住；

b) 若自行使用，套入身体，双手握住把手，保持身体平衡；

c) 避免救生圈与尖锐物体碰撞，防止破损漏气。

#### 4.5.8 医用退热贴（选配）

医用退热贴使用方法如下：

a) 清洁擦干额头或太阳穴皮肤，撕开包装袋取出退热贴；

b) 撕掉保护膜，将胶面平整贴合在降温部位，轻压固定；

c) 单次贴敷不超 8 小时，皮肤不适立即取下停用。

#### 4.5.9 花露水（选配）

花露水使用方法如下：

a) 打开瓶盖，按压喷头或直接涂抹在皮肤暴露部位（如手臂、腿部）；

b) 避免涂抹在伤口、眼睛周围及过敏体质者皮肤；

c) 使用后盖紧瓶盖，放置在阴凉干燥处，远离火源。

#### 4.5.10 洪涝应急手册

洪涝应急手册使用方法如下：

a) 灾前阅读手册，了解洪涝逃生路线、水上转移技巧及灾后防疫知识；关注应急手册上的二维码等网上学习平台，持续学习提升，反复实操和演练，不断强化应急技能；

b) 被困时查阅手册中求救方法和生存技巧，按指引行动；

c) 携带手册转移，便于灾后参考饮水、食品卫生等注意事项。

### 4.6 地震地质灾害应急包补充物品使用方法

#### 4.6.1 地震地质灾害应急包应用场景示例见附录 D。

#### 4.6.2 反光背心

反光背心使用方法如下：

a) 穿入背心，调整肩带和腰带，确保贴合身体，不影响活动；

- b) 确保背心反光条朝外，增强在光线不足环境中的可视性；
- c) 地震避险、埋压等待救援、废墟转移全程必须穿戴，便于救援人员识别。

#### 4.6.3 长效蜡烛

长效蜡烛使用方法如下：

- a) 选择平整、防火的放置面，远离易燃物和水源；
- b) 点燃蜡烛芯，确保火焰稳定，避免风吹熄灭；
- c) 使用完毕后用灯罩或湿毛巾覆盖灭火（禁止在密闭空间使用）。

#### 4.6.4 荧光棒

荧光棒使用方法如下：

- a) 双手握住荧光棒两端，向中间弯折，听到“咔嚓”声后摇晃均匀；
- b) 将激活的荧光棒挂在衣物上或手持，用于夜间标识位置；
- c) 避免摔打或弯折过度，使用后妥善丢弃，不可拆解。

#### 4.6.5 护目镜

护目镜使用方法如下：

- a) 选择合适尺码，将护目镜佩戴在眼部，调整头带至松紧适宜（地震扬尘、墙体脱落碎渣、废墟挖掘作业时必须佩戴）；
- b) 确保镜片覆盖整个眼部区域，无漏光、松动情况；
- c) 避免镜片接触尖锐物体，镜片沾染粉尘时，仅用配套清洁湿巾擦拭，禁止干擦刮花镜片；
- d) 在震地质灾害应急包内竖向摆放，避免挤压镜片。

#### 4.6.6 污物收纳袋

污物收纳袋使用方法如下：

- a) 打开污物收纳袋，区分干湿污物分开装袋，不得直接放入破损玻璃、金属尖锐物品，防止刺破袋子引发渗漏；
- b) 装填完毕后拉紧袋口，进行双重扎紧，保证密封无渗漏；
- c) 将密封完成的污物袋放置在远离食物、水源的位置，等候统一处理。

#### 4.6.7 地震防砸头套

地震防砸头套使用方法如下：

- a) 检查面料无破损、缓冲层无脱落后打开头套，套在头部，调整位置确保头部完全被覆盖；
- b) 系紧头套系带，使其贴合头部，不松动、不滑落；
- c) 逃生或等待救援时全程佩戴，避免头部被坠落物砸伤（不可替代结构避险空间如：桌下/承重墙）。

#### 4.6.8 折叠铲

折叠铲使用方法如下：

- a) 解开固定卡扣，展开铲身，确保连接处锁定牢固；
- b) 用于挖掘时，双手握住手柄，平稳发力，避免铲头弯折；
- c) 使用完毕后折叠铲身，扣紧卡扣，妥善存放，避免铲刃划伤；
- d) 发生余震时立即停止挖掘，撤离至开阔安全区域；废墟挖掘仅清理表层松散碎石和木板，墙体、横梁、混凝土等预制件严禁撬动、撞击，防止二次坍塌；
- e) 使用后检查铲体有无变形、裂纹，损坏立即报废。

#### 4.6.9 低延伸夹芯绳索（选配）

低延伸夹芯绳索使用方法如下：

- a) 用于废墟攀爬、人员转移、临时固定支点，禁止作为高空主逃生绳使用；使用前查看绳体有无断丝，存在缺陷禁止使用；
- b) 固定绳索一端在稳固物体上，采用专用绳结加固，确保受力均匀；

- c) 用于攀爬或转移时，双手握住绳索，缓慢移动，避免快速拉扯；
- d) 使用后检查绳索无磨损、断裂，清洁后收纳。

#### 4.6.10 卷式夹板

卷式夹板使用方法如下：

- a) 检查疑似骨折部位，保持伤肢当前位置不变，严禁强行复位或拉直，在骨折部位下方垫上软布；
- b) 将夹板展开，覆盖骨折部位两端，用弹性绷带或三角巾固定；
- c) 固定时松紧适度，确保肢体血液循环通畅，及时送医；
- d) 夹板固定后每隔30 min触摸肢体末梢，出现麻木、发白立即松解；
- e) 被困多人骨折时，优先固定重伤人员；
- f) 若出现肢体发白、麻木、刺痛、皮温下降，立即松解绷带，恢复血液循环后重新适度固定。

#### 4.6.11 医用冰袋

医用冰袋使用方法如下：

- a) 挤压冰袋内部水袋，使冰袋激活，摇晃均匀后等待降温；
- b) 用毛巾包裹冰袋，避免直接接触皮肤，放置在烧伤、扭伤等部位；
- c) 每次使用时间不超过20 min，需再次冷敷时宜间隔1~2 h。

#### 4.6.12 地震地质灾害应急手册

地震地质灾害应急手册使用方法如下：

- a) 与手电筒、口哨捆绑放置，便于黑暗环境快速取用；
- b) 灾前阅读手册，学习地震逃生技巧、避险姿势及灾后自救方法；关注应急手册上的二维码等网上学习平台，持续学习提升，反复实操和演练，不断强化应急技能；
- c) 地震发生时，按手册指引采取正确的避险措施，避免慌乱；
- d) 携带手册，便于被困时查阅求救信号、生存资源获取等知识。

#### 4.7 个体使用通用方法

个体使用通用方法如下：

- a) 定期检查应急包内物品完整性、功能完好性及有效期，及时更换过期、破损物品；
- b) 将应急包存放在家中易于取用的位置，如门口、阳台角落等，避免遮挡，严禁放置在吊柜、书架、冰箱等易倾倒物体下方；
- c) 家庭成员共同学习物品使用方法，尤其是专业类物品（如防砸头套、折叠铲、低延伸夹芯绳索），每半年自行组织应急演练加强装备与技能融合使用，必要时参加应急培训；
- d) 依据家庭成员特殊需求，个性化增配物品，如老人常用药品、婴儿用品、残疾人辅助工具等。

#### 4.8 机构如有使用需求可参考附录 E。

附录 A  
(资料性)  
基础应急包应用场景示例

表A.1 基础应急包应用场景示例

| 类目                    | 示例 1                                                      | 示例 2                                                | 示例 3                                                         |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 应用<br>场景              | 居家夜间突发停电，儿童活动期间膝关节磕碰致表皮破损                                 | 冬季农村独居老人炭火密闭取暖，疑似一氧化碳中毒，室外低温环境                      | 居家高处清洁失足跌落，踝关节扭伤，疑似骨损伤                                       |
| 案例<br>角色              | 居家成年人和儿童                                                  | 居家老人                                                | 居家成年人                                                        |
| 事前<br>准备-<br>选购       | 按 GB/T 36750—2025 配备火灾应急包物品。持包者宜提前熟知包内物品使用方法以及学习自救互救技能    |                                                     |                                                              |
| 事前<br>准备-<br>存放       | 存放于儿童无法触碰的干燥通风区域，如电视柜、隔断柜；张贴反光应急标识，每半年开展一次耗材清点检查          | 放置于客厅电视柜或卧室床头柜，选择干燥通风、远离明火点位；冬季每月核查多功能手电电量、急救毯完好状态  | 存放于入户玄关、电视柜等干燥通风区域，张贴反光应急标识；每月全面清点急救耗材，每季度核验全部物品有效期          |
| 事件<br>触发-<br>触发<br>条件 | 夜间住宅突发断电，儿童于客厅活动磕碰膝关节，形成表皮破损伴少量渗血                         | 冬季低温时段，老人密闭门窗炭火取暖，室内空气流通不足，出现头晕、恶心、肢体乏力等中毒典型症状      | 登高擦拭阳台玻璃时失足坠落，踝关节磕碰肿胀，负重站立功能丧失，疑似骨折损伤                        |
| 事件<br>触发-<br>角色<br>动作 | 监护人第一时间安抚伤者，检查判定仅表皮擦伤、无骨折肿胀，无需拨打急救电话，现场开展自主清创包扎           | 当事人感知身体不适，结合取暖环境判定存在中毒风险，即刻移步室外寻求外界救助               | 伤者落地后初步自检，无体表创口、踝关节活动受限，高声呼叫家属；家属拨打 120 急救热线，因转运力量不足同步联系物业协助 |
| 应急<br>包取<br>用与<br>操作  | 第一步：取出应急包，取多功能手电筒、碘伏棉棒、清洁湿巾、创可贴、医用纱布片；<br>第二步：开启手电提供照明，鸣响 | 第一步：当事人携带床头柜应急包转移至室外；<br>第二步：开启包体，取出多功能手电、急救毯、高频口哨； | 第一步：伤者高声呼叫家属；<br>第二步：家属取应急包，取出医用检查手套、三角巾、弹性绷带、医用冰袋备用；        |

| 类目   | 示例 1                                                                                         | 示例 2                                                                                                           | 示例 3                                                                                                                                                         |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      | 高频口哨警示家人停电风险；<br>第三步：湿巾清洁创面周边污物，碘伏由内向外螺旋消毒，粘贴创可贴，外层使用医用纱布片固定；<br>第四步：处置完毕安抚伤者，核查耗材存量，收纳应急包归位 | 第三步：启动手电照明与求救功能，使用急救毯包裹身体维持体温；<br>第四步：身体状态缓解后鸣哨向周边居民传递求救信号；<br>第五步：邻居到场后开窗通风并协助拨打 120；<br>第六步：清点消耗物资，收纳应急包放回原处 | 第三步：三角巾包裹医用冰袋冷敷患处，弹性绷带自脚掌向小腿螺旋包扎，松紧预留一指活动空间；<br>第四步：拨打 120 与物业说明伤情、地址，专人持多功能手电筒、高频口哨在窗边示位引导救援；<br>第五步：整理剩余物资，收纳应急包归位；<br>第六步：等候救援期间定时复查患处肿胀程度，配合物业转运伤者移交急救人员 |
| 处置结果 | 创面规范消毒包扎，儿童情绪平稳，住宅供电恢复，居家环境安全无隐患                                                             | 老人中毒不适症状缓解，体温维持正常，无失温风险；邻居到场通风处置，急救人员抵达时体征平稳                                                                   | 患处冷敷固定后痛感减轻，无继发损伤；救援、物业联络到位，伤者无其他外伤，现场安全可控，静候专业救治                                                                                                            |
| 后续动作 | 补齐创可贴、碘伏棉棒、医用纱布片耗材；开展儿童居家安全宣教；按周期每半年核验急救物资有效期                                                | 补充急救毯、多功能手电筒完成充电；加装一氧化碳报警装置；冬季提升多功能手电筒、急救毯检查频次；开展密闭取暖安全科普                                                      | 伤者由急救人员送院诊疗；补充医用检查手套、医用纱布片、三角巾、弹性绷带等耗材；高处作业安排专人陪护；按月核查应急包物资；常态化学习外伤急救流程并实操演练                                                                                 |

附录 B  
(资料性)  
火灾应急包应用场景示例

表B.1 火灾应急包应用场景示例

| 类目                    | 示例 1                                                                                    | 示例 2                                                                         | 示例 3                                                                                           |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 适用<br>场景              | 家中厨房油锅起火，手部轻微烫伤、无破损                                                                     | 高层住宅客厅插线板老化短路起火引燃窗帘，手部烧伤、起泡、脱皮                                               | 城中村，邻居家一楼灶台起火，家中无人，其他邻居协助灭火                                                                    |
| 案例<br>角色              | 居家成年人                                                                                   | 居家成年人和儿童                                                                     | 居家成年人                                                                                          |
| 事前<br>准备-<br>选购       | 按 GB/T 36750—2025 配备火灾应急包物品。持包者宜提前熟知包内物品使用方法以及学习自救互救技能                                  |                                                                              |                                                                                                |
| 事前<br>准备-<br>存放       | 灭火毯挂在厨房灶台墙上、应急包放在电视柜易取处，过滤式消防自救呼吸器按人员放置在房间床头柜上，有反光应急标识，每月检查灭火器压力情况，每半年检查过滤式消防自救呼吸器生产日期。 | 灭火毯挂在厨房灶台边墙上，灭火器放置在厨房、客厅过道，贴反光应急标识，每月全面检查灭火器材压力、急救耗材效期，每半年检查过滤式消防自救呼吸器等生产日期。 | 灭火毯挂在厨房灶台边墙上，灭火器放置在厨房、客厅过道，过滤式消防自救呼吸器分置在卧室床头以及入房门玄关上。每月全面检查灭火器材压力、急救耗材效期，每半年检查过滤式消防自救呼吸器等生产日期。 |
| 事件<br>触发-<br>触发<br>条件 | 厨房中边切菜边热油，油锅开始冒烟，随后出现小火苗，周边无易燃易爆物品，关火时被热油溅到，轻微烫伤无明显伤口。                                  | 客厅窗台插线板老化短路起火，快速引燃窗帘等周边物品，扑救时手部被火焰烧伤（红肿起水泡），火势初始但蔓延速度快，室内烟雾开始扩散。             | 中午做饭时间，隔壁家灶台在煲汤未熄火、无人看管情况下出门；户主发现隔壁家灶台起火，呼叫发现其屋内无人员，火势向抽油烟机蔓延。                                 |
| 事件<br>触发-<br>角色       | 立即关闭厨房燃气阀门，初始火灾火势可控，无需拨打 119 和 120，准备自行扑救再处理伤口。                                         | 立即将儿童抱到室外安全区域，关闭房门减缓火势蔓延，拨打 119 或互联网报警，发现自身手部烧伤拨                             | 立即关火，取下灶台灭火毯，提起灭火器及玄关上的应急包跑向邻居家，呼喊周边邻居协助，拨打                                                    |

| 类 目                      | 示 例 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 示 例 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 示 例 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 动 作                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 打 120 急救，火势初始可先做简易扑救，无法处置后到安全地带等待救援。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 119 或互联网报警，利用多功能斧锤破窗，佩戴过滤式消防自救呼吸器入户灭火，组织街坊使用消防栓救火，无法处置后到安全地带等待救援                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 应 急<br>包 取<br>用 与<br>操 作 | <p>第一步：迅速找到灭火毯，握住灭火毯两条手持件用力拉出并展开。</p> <p>第二步：展开的灭火毯从身侧往油锅覆盖，隔绝空气，防止复燃。</p> <p>第三步：用冷水冲洗被烫伤的部位约 5 min，取出应急包，拉开拉链，取出医用纱布片和医用冰袋等。</p> <p>第四步：烫伤部位敷上医用纱布片，启用医用冰袋将其放在医用纱布片上进行冷敷降温约 20 min。</p> <p>第五步：轻轻掀开灭火毯一角，检查油锅内是否还有明火（若有即继续覆盖），确认无复燃迹象后可拿开灭火毯。</p> <p>第六步：戴上手套，检查灭火毯是否有破损，若无可将灭火毯折叠整齐归位，若有即需重新采购灭火毯，应急包放回原位。</p> | <p>第一步：将儿童抱到室外，关闭电源总开关并拨打 119 或互联网报警。</p> <p>第二步：从玄关取出应急包，拉开拉链，先为儿童和自身佩戴过滤式消防自救呼吸器，拿出灭火器进行初步自救，让儿童呆在室外安全地方。</p> <p>第三步：用灭火器对准火源根本和周边扫射，防止火势进一步蔓延。</p> <p>第四步：撤出房外，关闭房门，拿上应急包并通知邻居一同疏散到楼下安全区域，通知物管人员对整栋楼人员进行疏散</p> <p>第五步：到楼下后，取出应急包医用冰袋、三角巾、医用剪刀、医用检查手套等。</p> <p>第六步：带上医用检查手套，用医用剪刀将衣袖剪开，露出烧伤位置，启用医用冰袋，三角巾包裹后敷在烧伤处（避开水泡）周边降温，用医用纱布片轻轻覆盖脱皮部位，用弹性绷带将伤口包扎固定。</p> <p>第七步：消防员到达后火势完全扑灭，伤情被医护人员及时处理。</p> | <p>第一步：发现火情，关闭灶火，拨打 119 或互联网报警。</p> <p>第二步：取下灶台上灭火毯，提起灭火器，拿上玄关处应急包跑往着火邻居家。</p> <p>第三步：打开应急包，拉开拉链，先取出高频口哨吹响引起其他邻居注意，再取出过滤式消防自救呼吸器为自己进行佩戴，做好呼吸道防烟气保护。</p> <p>第四步：取出多功能斧锤，对起火邻居家的厨房玻璃窗户进行破拆。</p> <p>第五步：手持灭火器快速对准着火点扫射灭火。</p> <p>第六步：其它邻居抵达后，快速利用附近灭火器和消防栓接力灭火。</p> <p>第七步：消防员到达后现场，火势完全扑灭、现场无人员受伤。</p> <p>第八步：回家后清理应急包剩余物资，重新购置灭火器等损耗品，将应急包归位</p> |

| 类目   | 示例 1                                  | 示例 2                                                                                       | 示例 3                                                                                     |
|------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
|      |                                       | 第八步：清理应急包剩余物资，将使用过的一次性耗材按医疗废物处理，重新购置灭火器等，将应急包归位                                            |                                                                                          |
| 处置结果 | 火源成功扑灭，无复燃迹象，手部烫伤处得到有效防护，无造成其他损失。     | 消防员及时赶到扑灭大火，室内未造成大面积损毁，伤情得到紧急降温防护，被医护人员专业处理后无生命危险。                                         | 通过多功能斧锤破窗灭火；通过口哨呼叫街坊协同处置；消防员到场后彻底扑灭火情，多方协同火势未向全屋蔓延。                                      |
| 后续动作 | 补充一次性耗材，如医用冰袋等，确认灭火毯完好性，每月一次应急物品检查频率。 | 全面更换应急包内一次性耗材，更换灭火器材、灭火毯等受损物品，联系电工全面排查家中电路并更换所有老化插线板，每月组织家庭火灾应急演练，学习基础外伤处置知识，实操演练安全应急处理流程。 | 补齐应急包内消耗的灭火器、灭火毯、过滤式消防自救呼吸器等物品；检查多功能斧锤有无破损；组织邻居一起学习消防知识与火灾应急演练；每月核查灭火器压力、过滤式消防自救呼吸器等有效期。 |

附 录 C  
(资料性)  
洪涝灾害应急包应用场景示例  
表C.1 洪涝灾害应急包应用场景示例

| 类 目                   | 示 例 1                                                      | 示 例 2                                                                                       | 示 例 3                                                                                  |
|-----------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| 应用<br>场 景             | 城市内涝居家被困，挪动家具时磕碰桌角，膝盖轻微淤青伴表皮破损                             | 农村傍晚突降暴雨，河道水位快速上涨，人员转移途中腿部被漂浮硬物撞伤出血                                                         | 强降雨致路面积水，私家车涉水熄火，车内 3 人被困，积水持续上涨                                                       |
| 案例<br>角 色             | 居家成年人                                                      | 居家成年人、老人、儿童                                                                                 | 商户成年人                                                                                  |
| 事前<br>准备-<br>选购       | 按 GB/T 36750—2025 配备洪涝应急包物品。持包者宜提前熟知包内物品使用方法以及学习自救互救技能     |                                                                                             |                                                                                        |
| 事前<br>准备-<br>存放       | 放置在电视柜显眼、易取处，有反光应急标识，每月核对应急食品，每半年检查一次救生衣等质量。               | 放置在客厅电视柜显眼位置，有反光应急标识，每半年全面检查救生装备、急救耗材，暴雨季每月增加一次核查，提前将家庭重要证件放入防水密封袋存放于包内。                    | 应急包放置商铺后门高处干燥置物架，救生衣、漂浮救生绳、救生圈单独摆放便于店面快速取用位置，雨季每两周检查救生装备有无破损、绳索有无老化，暴雨预警发布前提前检查救生衣气密性。 |
| 事件<br>触发-<br>触发<br>条件 | 城市突发强降雨内涝停水停电，小区道路积水无法外出，居家搬动家具时膝盖磕碰桌角，出现淤青且表皮轻微破皮，需要短时应急。 | 傍晚农村遭遇突发暴雨，河道河水迅速上涨（水深约 150 cm），转移老人儿童时，腿部被水中漂浮的木棍撞伤，破皮出血。家中一楼客厅家具、家电被积水浸泡，积水仍在缓慢上涨，房屋有被淹风险 | 强降雨持续 2 h，路面积水快速上涨，深度超 80 cm，一辆私家车涉水通行途中熄火，车内人员 2 大 1 小被困，积水仍在持续上涨。                    |
| 事件<br>触发-<br>角色       | 立即扶住桌角缓解疼痛，检查膝盖伤情为轻微淤青破皮，无肿胀骨折，居家被困无外出可能，先处                | 立即拨打村委救援电话/119 或互联网报警求助，优先将老人、儿童转移至二楼干燥区域，发现自身腿部撞伤                                          | 商户发现车辆被困，拨打 119 或互联网报警求救，组织周边商户一起救援。                                                   |

| 类 目                      | 示 例 1                                                                                                                                                                                                                                                                           | 示 例 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 示 例 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 动 作                      | 理伤口再启用应急物资保障生活。                                                                                                                                                                                                                                                                 | 破皮出血，无骨折迹象，宜先做紧急伤口处理，再利用应急物资做防护，等待救援。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 应 急<br>包 取<br>用 与<br>操 作 | <p>第一步：取出应急包，拉开拉链，拿出碘伏棉棒、医用纱布片、弹性绷带、网帽、多功能手电筒、应急饮用水、应急食品</p> <p>第二步：按下多功能手电筒开启照明（停电状态），放置于适合位置。</p> <p>第三步：用碘伏棉棒消毒膝盖破皮处，贴上医用纱布片，用绷带进行包扎后，将网帽密封端剪掉，套在绷带上固定，用手掌轻揉淤青部位缓解不适</p> <p>第四步：取出应急饮用水、应急食品备用，用荧光棒、高频口哨等发出求救信息，持续与物业沟通。</p> <p>第五步：积水消退恢复水电后，检查膝盖伤情无加重，整理物资归位，拉合应急包放回复位</p> | <p>第一步：关闭电源总开关及煤气阀门，拨打村委救援电话/119（或互联网报警求助。</p> <p>第二步：取出应急包，拉开拉链，优先为老人、儿童和自身穿戴雨衣和救生衣，将荧光棒折弯激活后挂在身上救生衣上，用防水密封袋存放家庭证件贴身存放。</p> <p>第三步：将老人、孩子转移到二楼安全区。</p> <p>第四步：取出清洁、消毒、包扎等用品，用水清洗干净受伤部位，用湿巾擦拭腿部伤口周边，用止血棉片按压伤口 5min 止血，用碘伏棉棒深度消毒，医用纱布片放在伤口上用弹性绷带加压包扎伤口，再用塑料袋环绕绷带对包扎好的地方进行密封包裹（防止继续被浸泡感染）。</p> <p>第五步：取出多功能手电筒打开报警功能和照明功能，让老人举高，取出高频口哨让儿童不间断吹呼哨声求救。</p> <p>第六步：取出漂浮救生绳、救生圈，将漂浮救生绳一端固定在二楼牢固物体上，另一端待紧急情况时使用，救生圈放在绳旁备用。</p> <p>第七步：取出应急饮用水、应急食品、</p> | <p>第一步：拨打 119 或互联网报警并与周边商户商量救助行动。</p> <p>第二步：从商铺高处取出洪涝应急包，穿戴救生衣，取出漂浮救生绳穿过救生衣固定环，绳索一端牢牢捆绑在路边稳固水泥立柱上，预留足够涉水长度。</p> <p>第三步：将救生圈、多功能斧锤等一并收纳进应急包，背在身上。</p> <p>第四步：依托漂浮救生绳防护，缓慢涉水向被困车辆移动，在确定车门无法打开并征得车主同意后，戴上手套利用工具斧进行破窗。</p> <p>第五步：破窗后，从窗户抱出儿童，套上救生圈，再拉出大人，安抚情绪，抱紧后顺着救生绳，向安全区域移动，同时向周边商户发出接力信号，齐心协力到达安全地带，检查人员是否受伤，如有及时救护。</p> <p>第七步：消防员到达现场实施救援，人员均无受损情况，整理物资，将应急包放回原位。</p> |

| 类目   | 示例 1                                                                     | 示例 2                                                                                                                                                                                  | 示例 3                                                                          |
|------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
|      |                                                                          | <p>花露水,为老人儿童分发饮用水和应急食品补充体力,花露水涂抹在皮肤暴露部位防蚊虫,保持二楼环境整洁,持续与村委救援人员沟通确认位置。</p> <p>第八步:救援人员到达后,配合转移老人儿童,自身伤情被简单处理后随队转移。</p> <p>第九步:待安置好后清理应急包剩余物资,将一次性耗材按医疗废物处理,检查救生装备、多功能手电筒等可重复用品是否完好。</p> |                                                                               |
| 处置结果 | <p>膝盖伤口得到妥善处理,淤青疼痛缓解,居家被困期间照明、饮食、饮水有保障,与外界沟通顺畅,积水消退后顺利恢复正常生活。</p>        | <p>老人儿童无受伤且穿好救生衣后被安全转移至二楼,腿部出血被有效止住,救援人员及时赶到完成转移,家中仅一楼家具家电被淹,无人员生命危险,河水消退后可返家清理。</p>                                                                                                  | <p>依靠救生衣、漂浮救生绳双重防护成功涉水抵达被困车辆,救生圈协助车内人员安全撤离,无人员落水 and 受伤。</p>                  |
| 后续动作 | <p>补充医用纱布片、绷带、网帽、碘伏棉棒,检查多功能手电筒电量,对客厅桌角做防撞包边处理,关注天气预报,内涝期间减少外出做好居家应急。</p> | <p>全面更换应急包内一次性耗材,检修/更换雨衣、救生衣、漂浮救生绳等受损用品,对一楼做防水、防腐处理,暴雨季提前将老人儿童转移至安全区域,每月组织家庭洪涝应急演练,学习基础外伤处置知识,实操演练安全应急处理流程。</p>                                                                       | <p>全面检查救生衣气密性、漂浮救生绳有无磨损断丝、救生圈是否破损;向社区反馈该路段排水能力不足;学习基础外伤处置知识,实操演练安全应急处理流程。</p> |

附录 D  
(资料性)  
地震地质灾害应急包应用场景示例  
表D.1 地震地质灾害应急包应用场景示例

| 类目        | 示例 1                                                                     | 示例 2                               | 示例 3                                                                     | 示例 4                                                   |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| 适用场景      | 冬季深夜 3.5 级地震，高层住宅内小腿被掉落书本砸伤                                              | 农村 4.2 级地震，转移避险时手掌被杂物割伤            | 震后疏散至空地，邻居房屋坍塌，废墟有人呼救，余震存在二次垮塌风险                                         | 中度主震后余震频发，室内坠物不断，人员困于室内避险，腰部磕碰撞伤、粉尘较多                  |
| 案例角色      | 居家成年人                                                                    | 居家成年人和儿童                           | 居家成年人                                                                    | 居家成年人和儿童                                               |
| 事前准备-选购   | 按 GB/T 36750—2025 配备地震应急包物品。持包者宜提前熟知包内物品使用方法以及学习自救互救技能。                  |                                    |                                                                          |                                                        |
| 事前准备-存放   | 防砸头套、多功能手电筒<br>放置卧室床边柜，应急包放在电视柜易取显眼处，有反光应急标识，每月检查手电电量、护目镜与急救物品，每季度核查有效期。 | 放置堂屋，贴反光应急标识，每月核对急救耗材，每季度全面核查效期。   | 防砸头套、多功能手电筒<br>放置卧室床边柜，应急包放在电视柜易取显眼处，有反光应急标识，每月检查手电电量、护目镜与急救物品，每季度核查有效期。 | 主卧、客厅承重墙安全三角区各放置一套应急包，远离易坠物；每月检查食品饮料效期，每季度检查折叠铲、绳索完好度。 |
| 事件触发-触发条件 | 深夜 3.5 级地震，撤离时被书架掉落书本砸伤小腿，室外气温 0℃。                                       | 农村 4.2 级地震，大门坍塌封堵无法外出，转移至桌下时手掌被划伤。 | 强震后人员撤离至开阔空地，隔壁房屋坍塌，废墟传出呼救声，余震易引发二次垮塌，暂无专业救援。                            | 中度主震结束后余震持续，吊顶、家具不断坠落，人员被困室内，腰部磕碰撞伤，粉尘弥漫，门窗挤压无法开门疏散。   |
| 事件        | 震感来时就地避险，震停                                                              | 震时就近遮挡避险，震                         | 确认自身所处空地安全，                                                              | 震后迅速撤离至空旷安                                             |

| 类 目      | 示 例 1                                                                                                                                                                                                      | 示 例 2                                                                                                                                                                                                           | 示 例 3                                                                                                                                                                                                                          | 示 例 4                                                                                                                                                                                                         |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 触发-角色动作  | 后发现小腿擦伤无骨折，先行处理伤口，携带物资前往室外保暖避险。                                                                                                                                                                            | 后发现大门封堵无法外出，带儿童在桌下等候救援。                                                                                                                                                                                         | 组织周边成年人携带装备开展废墟搜救，同步拨打 119 或互联网报警等待专业救援。                                                                                                                                                                                       | 全地带，无法撤离时，就近寻找安全区域避险，腰部磕碰受伤，粉尘影响呼吸，决定穿戴防护装备就地避险，定时发送求救信号。                                                                                                                                                     |
| 应急包取用与操作 | <p>第一步：从卧室床头柜取下防砸头套佩戴，开启多功能手电筒收音功能。</p> <p>第二步：震停后取客厅应急包，穿戴护目镜、医用外科口罩、反光背心。</p> <p>第三步：关闭水电气阀门，携带应急包前往室外避险。</p> <p>第四步：室外裹好急救毯保暖，医用检查手套、碘伏棉棒消毒伤口，医用纱布片、弹性绷带、网帽包扎固定。</p> <p>第五步：返家用多功能手电筒检查水电燃气，整理物资归位。</p> | <p>第一步：安抚儿童，取出应急包，拿出多功能手电筒、防砸头套、碘伏棉片、创可贴、网帽等。</p> <p>第二步：全员佩戴防砸头套、护目镜、医用外科口罩，转移至坚固桌下。</p> <p>第三步：开启多功能手电筒收听外界信息，高频口哨交由儿童持续鸣响求救。</p> <p>第四步：止血带按压止血，清洁湿巾清理污物，碘伏棉棒消毒，创可贴覆盖，网帽加压固定。</p> <p>第五步：持续在桌下避险，等待外部救援。</p> | <p>第一步：安排家人持续拨打 119 或互联网报警，取出应急包穿戴防砸头套、护目镜、反光背心。</p> <p>第二步：携带多功能手电筒、折叠铲、急救毯等，邀约他人一同靠近坍塌废墟。</p> <p>第三步：支撑墙体防止二次垮塌，多功能手电筒照明，折叠铲轻清碎石，定位被困人员。</p> <p>第四步：伤者覆盖急救毯保温，佩戴全套防护装备，高频口哨、多功能手电筒闪光呼叫邻居协助转运。</p> <p>第五步：救援完毕整理应急包，物资归位。</p> | <p>第一步：取出应急包，自身与儿童佩戴防砸头套、护目镜、医用外科口罩，穿上反光背心。</p> <p>第二步：开启多功能手电筒照明，清洁湿巾、止血带、碘伏棉棒处理腰部擦伤，医用纱布片搭配弹性绷带包扎。</p> <p>第三步：急救毯包裹身体御寒防坠物，取用应急饮用水、应急食品节约使用。</p> <p>第四步：每隔 5 min 吹高频口哨、开多功能手电筒闪光求救，余震来时护头贴紧墙体，等待救援通道打通。</p> |
| 处置结果     | 小腿伤口包扎妥当，痛感缓解，无骨折，室内设施完好，户外无失温风险。                                                                                                                                                                          | 伤口止血包扎完毕无渗血，依靠多功能手电筒、高频口哨持续求救，人员均安全等待救援。                                                                                                                                                                        | 顺利定位被困人员，做好临时防护转运，未发生二次坍塌伤人情况。                                                                                                                                                                                                 | 全套防护隔绝粉尘与坠物，腰部外伤处置完毕，物资可供短时避险，求救信号持续对外传递。                                                                                                                                                                     |
| 后续       | 补充医用外科口罩、医用                                                                                                                                                                                                | 补充止血带、创可贴、网                                                                                                                                                                                                     | 补齐消耗急救耗材，检查                                                                                                                                                                                                                    | 更换应急包消耗品，检                                                                                                                                                                                                    |

| 类目 | 示例 1                            | 示例 2             | 示例 3                   | 示例 4                           |
|----|---------------------------------|------------------|------------------------|--------------------------------|
| 动作 | 纱布片、弹性绷带、网帽、碘伏棉棒，固定书架，参与社区防震培训。 | 帽等耗材，定期排查平房抗震隐患。 | 防护装备破损情况，组织邻里开展地震逃生演练。 | 查防护装备磨损；加固家中松动家具，全家学习余震避险实操流程。 |

## 附录 E (资料性) 机构使用指南

### E.1 选购方法

机构选购方法如下：

- a) 结合风险场景批量配置：依据机构所在区域灾害类型（如城市写字楼重点配置火灾应急包），按人员规模核算配置数量，确保人均1套基础应急包，关键区域（如车间、教学楼楼道）额外增设扩充包。
- b) 严格筛选合规供应商：选择具备生产资质的供应商，要求提供产品符合GB/T 36750—2025的检测报告及认证证书，优先选择通过持有CNAS认可资质检测机构出具有效检测报告的产品。
- c) 统一包体及物品标准：包体颜色统一为橙色或红色，确保反光材料达标；内部物品按模块化分类，标注清晰标识；批量采购时核查物品有效期，确保剩余时限不少于18个月。
- d) 适配机构场景需求：企业车间需增配防火、防砸类物品，学校需考虑学生群体特点配置尺寸适配的防护用品，社区需兼顾老人、儿童、残疾人等特殊人群的使用需求。

### E.2 存放方法

机构存放方法如下：

- a) 规范设置存放点位：在办公楼宇、教学楼、车间等区域设置固定应急物资存放点，存放点宜设置于疏散通道醒目位置，确保紧急情况下可快速取用，存放架宜采用开放式或易开启式设计，不得上锁或设置障碍物，张贴明显的“应急包存放处”标识，确保通道畅通、无遮挡，距离疏散出口不超过50 m。
- b) 统一存放管理标准：存放环境需干燥通风、避光清洁，与地面保持10 cm以上距离，避免重压和潮湿；每个存放点配备存放台账，记录应急包数量、配置时间、检查情况。
- c) 分类分区存放：按应急包类型（基础包、火灾包、洪涝包等）分区存放，采用货架式摆放，标签清晰；不同区域存放的应急包需与该区域灾害风险类型匹配（如配电室旁存放火灾应急包）。
- d) 配合检查与维护：存放点需便于管理人员定期检查，每月核对数量，每季度全面检查物品状态；灾后及时回收、补充和更新，确保应急包随时处于可用状态。
- e) 领用与归还管理：严禁私自挪用、转借、拆解应急包物资；应急突发时间领用实行先取用、后登记原则，突发事件处置结束后3个工作日内完成信息登记；演练专项领用统一登记，演练结束后全数回收、清点、复位。

### E.3 配置管理

机构配置管理方法如下：

- a) 结合机构所在区域灾害风险类型（如火灾高发区重点配置火灾应急包），按人员规模合理配备应急包数量，确保人均可及。
- b) 统一采购符合GB/T 36750—2025的应急包，建立采购台账，记录产品型号、生产厂家、生产日期、有效期等信息。
- c) 采用模块化存放方式，在办公楼宇、教学楼、车间等关键区域设置固定应急物资存放点，张贴明显标识，确保紧急情况下快速取用。
- d) 安排专人负责应急包日常管理，每季度开展一次全面检查，核对物品数量、检查功能状态，及时补充缺失物品、更换过期物资，并做好检查记录。

### E.4 物品使用组织实施

机构物品使用组织实施方法如下：

- a) 针对不同灾害场景，制定专项应急处置预案，明确应急包使用流程、责任分工（如疏散引导员、急救员、物资发放员）。
- b) 定期组织员工、师生、居民开展应急演练，包含应急包取用、关键物品使用（如灭火器操作、伤口包扎、逃生绳使用）等环节，确保相关人员熟练掌握技能。

c) 灾害发生时，由现场负责人统一指挥，按预案分配应急包，优先保障老弱病残孕等特殊人群的使用需求。

d) 对于专业类应急物品（如过滤式消防自救呼吸器、逃生缓降器），安排经过专业培训的人员进行现场指导，避免使用不当造成伤害。

### E.5 宣传与培训管理

机构宣传与培训管理方法如下：

a) 通过机构公告栏、宣传栏等渠道，宣传应急包配置位置、物品用途及基本使用方法，张贴图文指南。

b) 邀请应急管理部门专家、医护人员开展专题培训，内容涵盖灾害避险知识、应急包物品详细使用技巧、自救互救流程等，每年至少组织1~2次。

c) 制作应急包使用培训手册、视频教程，发放给各部门、班组，方便人员自主学习。

d) 建立培训档案，记录参训人员、培训内容、考核结果，确保培训覆盖所有在岗人员及相关群体（如学校学生、社区居民）。

### E.6 维护与更新

机构维护与更新方法如下：

a) 建立应急包更新机制，依据物品有效期（如食品、药品等）提前3个月制定更换计划，确保物资始终处于有效状态。

b) 灾后及时回收应急包，对可重复使用的物品（如工具、防护装备）进行清洁、消毒、检修，损坏无法修复的及时更换；对一次性物品进行统一无害化处理。

c) 结合应急包使用情况及标准更新，适时升级应急包配置，补充新型应急物品，提升应急保障能力。

d) 定期评估机构应急需求变化，如人员规模调整、场地布局变更等，及时调整应急包配置数量和存放位置。

## 参 考 文 献

- [1] GB/T 36750—2025 家用防灾应急包
- [2] 中共中央关于进一步全面深化改革、推进中国式现代化的决定（2024年7月18日中国共产党第二十届中央委员会第三次全体会议通过）
- [3] 中华人民共和国突发事件应对法（中华人民共和国主席令第二十五号）
- [4] 全国基础版家庭应急物资储备建议清单（应急管理部2020年发布）
- [5] 推动大规模设备更新和消费品以旧换新行动方案（国发〔2024〕17号）