

## 走在邊緣更安全

人多是發生人踩人意外的常見原因，如車站、機場、廣場、球場等人群聚集地方。另外，人踩人亦常見於大型節日、活動及聚會等，故此應盡量避免到擁擠的人群中，在迫不得已時，盡量走在人流的邊緣。

## 狹窄通道勿嬉戲

人群受到驚嚇時，容易產生恐慌，如聽到爆炸聲、槍聲時，或出現驚慌失措的失控局面，加上在無組織、無目的和沒有導引和疏導的逃生過程中，容易相互擁擠以致人踩人。因此，不要在樓梯、斜坡或狹窄通道嬉戲、前推後擁；人多時千萬不要硬擠、不要起哄、不要製造緊張或恐慌氣氛。



■意外現場為窄巷及斜坡。路透社

## 時刻留意人群情緒

人群情緒會因過於激動(興奮、憤怒等)而出現騷亂，較易發生人踩人悲劇。在擁擠人群中，謹記要時刻保持警惕，留意人群情緒，當發現人群情緒過於異常時，便應盡早離開，並要注意腳下，千萬不能被絆倒，避免引發人踩人。

## 不幸倒地 即做救命姿勢

人踩人意外的傷者，即使成功從人群被救出來，也可能會因急性腎功能衰竭而死亡。事實上，在人踩人意外中大多死者因擠壓性窒息致死，即胸腔被擠壓到沒擴張空間，引致窒息，或胸腔肋骨骨骼被壓斷而直接外傷導致死亡。因此，在發生人踩人意外時，大家應做足以下姿勢保命：

- 兩手十指交叉相扣，護住後腦和頸部；兩肘向前，護住頭部。
- 不慎倒地時，雙膝盡量向前屈，護住胸部和腹部等重要器官，並盡可能側躺在地。
- 在擁擠的人群中，時刻左手握拳，右手握住左手手腕，雙肘撐開平放胸前，形成一定空間保證呼吸。
- 若有同伴同行，應互相勾住身體呈拱門狀，形成小區域的保護狀態，比較不易摔倒。



# 人踩人 點自救?

韓國首爾梨泰院發生「人踩人」意外震驚國際，也令不少市民擔心遇到同類情況時，到底應該怎樣做才能保護自身安全？事實上，身在大量人群聚集的地方時，市民更應保持冷靜及警覺性，並謹記本文提及的各點，把安全放在首位，即使真的發生意外，也能減少傷亡的情況。

■發生人踩人時不要去拾掉下的物品。路透社

## 順人流走不推撞

當發覺擁擠的人群向自己的方向不斷走過來時，應立即避到一旁，並且不慌亂、不奔跑，避免跌倒在地上。在離開時，切記不可逆着人流前進及推撞，否則很容易被人流推倒發生意外。

## 遇事故即大聲呼救

當發現自己前面有人突然跌倒時，要馬上停下腳步，並即時大聲呼救，目的是要告知後面的人群不要再向前靠近。若情況可行的話，應及時分流擁擠的人流，有組織、有秩序地疏散。

## 棄身外物先站穩

假如陷入擁擠的人流，一定要先站穩，身體不要傾斜或失去重心，即使鞋子被踩掉，也不要彎腰去拾鞋子或綁鞋帶，甚至掉落手機或錢包也不要拾，畢竟性命要緊。此外，應盡快抓住堅固可靠的東西(如電燈柱或欄杆)慢慢走動，防止跌倒，待人群過去後再迅速離開現場。

## 保護身體靜待機會

若不幸被人群擠倒後，要設法靠近牆角，身體蜷成球狀，雙手在頸後緊扣以保護身體最脆弱的部位。此時更應保持鎮定、冷靜等待機會隨時起身。

## 本港人踩人高危點

人踩人常發生於狹窄地點或因節日慶祝吸引大量人群聚集的地方，因此在慶祝萬聖節、跨年等大型節慶時，市民要時刻保持警覺，以免發生意外。以下為一些市民要特別留意自身安全的地方：

### 中環 蘭桂坊

蘭桂坊不時舉辦各類型慶祝活動，容易吸引大量人群，加上其地形屬斜路及窄巷居多，十分容易發生意外，市民應盡量避免前往。



■蘭桂坊的斜路地形易發生意外。資料圖片

### 銅鑼灣 羅素街及波斯富街

因鄰近時代廣場，在疫情前常於元旦時舉辦表演活動，吸引大批市民到此參與跨年倒數。因不少人都希望迫到較近舞台位置觀賞演出，或容易發生意外。

### 維港 海旁

每當維港有煙花表演時，維港海旁都會吸引大量人群。市民在觀賞的同時，應盡量配合警方的人流管制，以免樂極生悲。