

國中生野外求生全攻略

一、生存優先事項：在野外，保持冷靜是最重要的求生技能。按照以下優先順序行動，可以幫助你提升生存機率：

1. **確保安全：**確認周圍環境是否安全，例如是否有崩塌、野生動物或其他威脅。若有受傷，立即進行簡單的急救，如清潔傷口、止血或固定扭傷部位。
2. **評估環境：**了解當前的天氣狀況和周圍地形，如是否接近水源或高地。如果迷路，不要隨意移動，選擇一個相對開闊的地點等待救援。
3. **建立生存計畫：**按照「3」的規則：人體可忍受 3 分鐘無氧氣、3 小時極端天氣、3 天無水、3 週無食物。這些是制定行動計畫的重要參考。

二、尋找水源：

1. 尋找水源的方法

- (1) **自然跡象：**觀察動物的行為，例如鳥類往往聚集在靠近水源的地方；追蹤潮濕的植物或低洼地形，也可能找到水。
- (2) **露水收集：**早晨時用布擦拭草葉或樹葉上的露水，然後擠入容器中。

2. 水的淨化

- (1) **煮沸**是最有效的淨化方法，將水煮沸至少 5 分鐘可殺死大多數細菌與病毒。
- (2) 如果無法煮沸，可以使用濾水工具或在水中加入淨水片進行處理。

三、野外取火：火在野外求生中扮演多重角色，不僅能提供溫暖，還能煮熟食物、淨化水源以及驅趕野生動物。

1. **取火工具：**攜帶火柴、防水打火機或鎂棒是最方便的選擇。若沒有這些工具，可用自然方法取火，例如摩擦生熱（用乾燥木棍和木板）。
2. **生火材料的準備：**
 - (1) **引火物：**例如乾燥的草葉、樹皮或紙張。
 - (2) **小型木枝：**用來增強火勢。
 - (3) **大型木材：**用於保持火焰穩定燃燒。
3. **生火步驟：**
 - (1) 先用引火物點燃火源，再逐漸添加小木枝，最後加入大木材。
 - (2) 保持火堆適當的空氣流通，避免火焰熄滅。

四、搭建避難所：避難所可以提供保護，幫助你保持體溫，避免受到天氣影響。

1. 選址技巧

- (1) 避開低窪地區，因為下雨時容易積水。
- (2) 選擇背風的位置，避免直接受到強風或陽光的影響。

2. 搭建方法

- (1) **樹枝搭建法：**利用倒下的樹枝和樹葉，搭建一個簡單的 A 字形避難所。
- (2) **塑料布搭建法：**如果有防水布，將其繫在兩棵樹之間，形成一個簡易的屋頂，底部鋪上乾燥的草葉或衣物增加保暖性。

3. **保暖技巧：**使用天然隔熱層，例如樹葉或乾草，鋪在避難所內部，減少與地面的接觸，避免熱量流失。

五、辨別方向：迷路時，學會辨別方向能幫助你找到安全地點或最近的道路。

1. **利用太陽辨別方向：**在白天，可以利用太陽的位置判斷方向。太陽在上午升起於東方，傍晚落下於西方。
2. **觀察自然跡象：**樹木上的青苔通常長在較為陰濕的北邊，但這僅能作為輔助判斷，不能完全依賴。
3. **指南針與地圖：**攜帶指南針和地圖是最準確的辨別方法。在出發前，學習如何使用它們可以避免迷路。

六、緊急求救：如果在野外需要求救，以下方法能有效提高被發現的機率：

1. 使用信號：

- (1) **生火產生濃煙**是最常見的求救方式。在安全區域燃起火堆，使用綠葉或濕草製造濃煙。
- (2) 使用反光物體，例如鏡子或手機螢幕，反射陽光來吸引注意。

2. 聲音求救：

- 發出規律的聲音，例如三聲短哨，這是國際通用的求救信號。

3. 地面：

- 使用樹枝或石頭在地面上寫下「SOS」或箭頭，方便救援人員辨識。