

# 我市几位资深驴友谈户外游： 野外无小事 驴友须谨慎

## 多年经验分享 你值得拥有

□本报记者 杨岸萌 牛超 文/图

十一黄金周来临,又有不少市民打算出游,将有一部分市民会选择户外游。户外游似乎越来越受青睐,它的不可预知性使它充满了挑战和吸引力,同时也非常危险,类似迷路、摔伤甚至失去生命的新闻报道屡见不鲜。那么如何规避风险、保证户外游爱好者的安全就成了最大的问题。

9月20日下午,6名许昌驴友在鲁山县四棵树乡挂鼓楼区域登山时,驴友郭某不慎摔伤。为救郭某,另一驴友“洋洋”(网名)下山求救,不料途中迷路,失去联络。当地村民和户外救援队员百余人展开营救。失联46个小时后,洋洋被找到。同天,在鲁山县四棵树乡下柴坟村附近,我市一驴友遇险,幸得救援人员及时救助。目前,这位受伤驴友正在医院救治,虽伤情稳定,但因膝盖受损严重,估计以后无法再参加此类活动。

近日,记者采访了我市数位资深驴友及专业救护人员,听他们讲述自己的户外旅游经历,告诉你万一遇到危险时如何自救。同时也提醒大家:野外无小事,驴友须谨慎。

### A 野外无小事 选好领队人

驴友“隐身”家住市区新华路中段,3年前在一次爬山时不小心摔到肩部,三四个月后才逐渐痊愈,之后她再也不想出去了,“太危险了”。她说,她所在的家属院有两个户外旅游群,很多邻居都在群里,所以大家经常结伴出行。在她加入该群一年后,大家一起去鲁山县四棵树乡附近爬山,结果她不慎摔伤。

“我们每到一个地方都找当地的向导带路,那次也一样。向导很快就爬到了山顶,看上去很轻松。之后他从山上放下两条绳子,一条系在我腰上,一条我用手拉着爬山。最开始坡势比较缓,拉着绳子还没事,但是爬到中间,山体有四五米高的地方直上直下,旁边就是悬崖。先上去的人在我腰上拉着我腰上的绳子,我要靠手臂的力量拉着另外一条绳子往上爬。谁知道脚下一滑,身体一下子撞到山上……后来是上面的人把我拉上去的。想想真是太危险了。”“隐身”说。

驴友“牧人”是拥有从业资格证书的户外旅游领队。2010年,他拿到人力资源和劳动保障部门颁发的“户外领队资格证”,而在这之前,他已经有多年户外旅游和带队经验。

“牧人”说,户外游选择的路线大部分都是处于未开发的野山中,未知的危险多,所以户外游一定要谨慎。他参加户外游多年,没有出现过什么大的问题,但是有一次,他却崴了脚。“那次我们安排的是两天的爬山活动,第一天走到了预定的宿营地,扎好营后,大家喊我喝酒,我为了避酒,跑去捡柴,谁知道晚上太黑,踩着一个小石头就把脚崴了。”之后,他用溪水冰了两个多小时,脚没肿起来,于是第二天继续走路,还找了两根棍子拄着,但脚还是肿得厉害。

“所以说,野外的危险无处不在,普通队员的安全意识本身就差,如果领队的安全意识、责任意识也不强,就很容易出事。”“牧人”说,户外游首先需要自己有所准备,包括身体、饮食、装备、了解路线等;其次要选择专业的领队,这些领队一般有丰富的野外旅行经验,拥有组织、指挥、决断、自救的能力,可以避免很多危险。



9月26日,几位驴友观摩学习急救知识。

### B 户外游之前 先储备知识

杜全甫今年45岁,他不但是中扶救援队平顶山分队的负责人,也是一位资深户外游爱好者,还是一个户外群的群主。杜全甫说,他“玩”户外游已经十多年了,“当时年轻,全凭着一股冲劲,出去光想找刺激的地方。”最开始他们爬山全是徒手,连绳索等保护装备都没有,时间长才意识到了危险无处不在。

杜全甫说,出去的次数多了,类似崴脚、磕脚、碰头,甚至骨折这样的事也就见多了,于是决定成立户外救援队。2010年前后,他加入河南户外救援总队平顶山支队。今年3月,

在相关部门的支持下,他又成了中扶救援队平顶山分队的负责人。

他的脖子上有一个项圈,上面吊着一个银色、两三厘米长的圆柱形小瓶。“瓶子里装的是速效救心丸。”杜全甫说,他在带队过程中遇到不少突发心脏病的情况,小瓶子救了很多人的命。

关于户外游,杜全甫提到了几点非常实用的细节:第一,如果有高血压、心脏病等,最好不要从事户外游,尤其是未开发的山区。第二,在爬山探险过程中,不要走青苔太多的地方;不要拉已经枯死的树枝;遇到石头要先试试其是否松动,要注意脚的位置

是否在石头重心。第三,走路不照相,照相不走路;走路不看景,看景不走路。第四,留意马蜂。

“暴雨”也是我市一名资深户外游驴友。“起这个名字就是为了警示我自己,不仅仅是暴雨山洪,还有外出旅行可能遇到的各种危险。”他说。

2007年,“暴雨”与六七名户外游爱好者开始进山,平均每个月都要进山两次,鲁山、嵩山、南召等地是他们经常去的地方。他讲了两件惊险的事:一次是在鲁山,营地天气突变,似乎有暴雨来临,而他们选择的宿营地地势太低,做出判断之后,他们立即沿山体斜着向上爬。“在山里扎营要扎

在水边,但不能离水太近,以防暴雨后山洪来袭。”

还有一次是在山西省鳌太山,经过四五天的徒步穿越后,他们一行人在垭口地带扎营,因为山风大,帐篷有点扭,就在两个队友准备扶正帐篷时,帐篷杆被吹断,“那次真的很危险,一不小心人可能就被吹下去了。”

“暴雨”还分享了他出行之前关于准备工作的经验——除了基本的看好地点、路线,准备好食物、衣服、工具外,还要网上查询去过的驴友分享的经验以及攻略,尽量提前了解可能存在的危险,任何关于危险的细节都不能放过,以便应对。

### C 经验之谈 值得收藏

66岁的老韩是一位经验丰富的户外游领队,从1992年开始,他和同事每年都要去四棵树乡,周围被他踩出20多条户外游路线,再后来他开始给一些户外游俱乐部领队。

“我领队,队里的人必须听我的,如果不听,我就会骂他们,完了回来他们还得给我道歉。”老韩说,山里的危险很多,如果不听领队的,很容易就遇到危险,骂大家是为大家好,很多人都理解。

因为年龄问题,现在老韩已经不再进山了,但是这次听说驴友洋洋在山里迷路后就赶了过去,特意带了巧克力。“她迷路的地方都是我很熟的路线,地图都

能画出来。带巧克力是因为她已经长时间没吃东西了,血糖下降。所以在此也建议大家外出旅游带些能快速补充血糖的食品。”

关于进山的重要注意事项,老韩说了三点:首先在山里遇到危险一定要冷静;其次切记不要单独行动,哪怕是上厕所也要两人一起;再次,无论有没有信号,都要带好通信工具。

“鹅卵石”现在是一家攀岩馆的老板,讲起户外游的经验,头头是道,以下是他总结的经验及注意事项:

1.带好装备。外出旅游尽可能把想带的东西都带上,伤药、衣服、食物等就不说了,还有三

样东西是必须带的——灯具、水、睡袋,这三样东西是你在夜晚、离水远的地方、休息时的必需品。在圈内,这三样东西都是不借给别人的。

2.找一个当地的向导。本地人不但熟悉路线,还可能有很好的避险方法。“之前有驴友到嵩山户外旅游,本来是两天的路程,但由于没有安排晚上宿营,也没有带灯,就想一天就走完两天的路程,但走到半路天就黑了,完全看不见路。幸亏他们请了一个向导,带着驴友走出来的时候已经是夜里12点多了。”

3.沿途用可降解的物品做路标。山路崎岖,很容易迷路,在走过的路上做好路标,一旦

迷路或遇到前路不可行等情况可原路返回。“其实,在山里最大的危险就是迷路。”

4.急救包以及具备一定的急救知识。“现在从事户外活动的群体很少有带急救包的,急救知识更是少而又少。其实这个也非常重要,在万一遇到危险时,它能帮上大忙。”

5.刀、灯具和救生哨。“这在野外是非常重要的,刀可以防身,灯具和救生哨在遇险时可以及时求救。”9月20日晚,许昌驴友洋洋为救受伤的驴友而失联,当时村民和户外救援队员就在地附近不远处搜寻。“如果她当时带有救生哨或灯具,就可以很快被发现。”