

안전사고 대처방법

찰과상



깨끗한 거즈나 천으로 지혈하기

벌레에 물렸을 때



상처 주위를 깨끗한 물로 씻고 연고 발라주기

※ 긁거나 침을 바르면 2차 감염 우려 있음

뱀에 물렸을 때



상처자국을 보고 독사 여부 확인

- 물린 곳이 심장보다 낮게 하고 물린 곳에서 5~10cm 위를 적당한 압력으로 묶어 독이 퍼지지 않도록 함

벌에 쏘였을 때



얼음물로 벌에 쏘인 곳 째질하기

- 붓거나 호흡 곤란 증세가 나타나면 즉시 119 신고

산행 전 스트레칭



손목 스트레칭

양손의 손목을 시계 방향으로 천천히 돌려주기



허리 스트레칭

다리를 벌리고 무릎을 90도 구부려 앉은 후 양손을 무릎 위에 올리고 상체 돌리기



엉덩이 스트레칭

한 발로 서서 다른 쪽 다리를 올려 양손으로 감싸 가슴 쪽으로 당기기



허벅지 스트레칭

한 발로 서서 다른 쪽 발의 뒤꿈치를 잡아 엉덩이 쪽으로 당기기



종아리 스트레칭

한쪽 다리를 살짝 굽힌 상태에서 다른 쪽 다리를 앞으로 내민 뒤 발등을 최대한 당기기



발목 스트레칭

두 발을 벌리고 선 상태에서 한쪽 발뒤꿈치를 바닥에서 떼고 돌려주기

본 행동요령은 재난유형별로 일반적인 상황을 가정하여 제작한 것이므로 동일한 재난이라도 특수한 경우에는 행동요령이 다를 수도 있습니다.

주변 사람들과 함께 보면 더욱 안전해요

재난 유형별 국민행동요령

산악사고



사고사례

• 용두골 계곡서 실족사

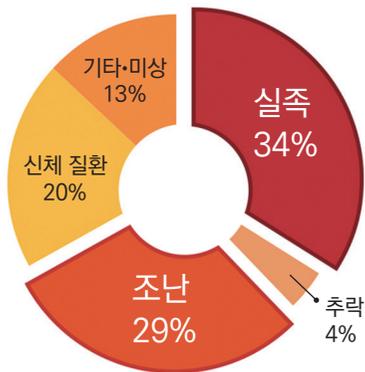
일시	'20년 7월 12일 15시경	
피해현황	사망 1명	
사건개요	계곡에서 미끄러져 5m아래로 떨어짐	

• 설악산 암벽등반 중 추락사

일시	'22년 9월 17일 20시경	
피해현황	사망 1명	
사건개요	일몰 후 암벽등반 강행하다 추락	

산악 사고 현황

유형별 산악 사고 현황(2020년 통계)



발생(건)	계	실족	추락	조난	고립	신체질환	기타
2020년	8,454	2,841	365	2,457	29	1,676	1,086

- '20년 산악사고 건수는 8,454건으로 1일 평균 23건 발생
- 실족(34%), 조난(29%), 신체질환(20%) 순으로 발생

산악 사고 예방수칙



1. 준비운동 및 스트레칭 하기



2. 산행 전 정보(날씨, 등산로 등) 수집



3. 음주 산행 금지



4. 출입금지 구역 들어가지 않기



5. 산악위치표지판(국가지정번호) 파악



6. 야간 산행 금지(일몰 전 마치고)

알아두면 유용한 다매체 신고방법

문자신고



119에 문자로 신고내용 보내기

영상통화 신고



119 + 영상통화 버튼 눌러 신고내용 말하기

앱 신고



119신고앱으로 메시지 전송 (GPS 자동 확인)

국민행동요령

실족사고 발생시



1. 119 신고

- 산악위치표지판(국가지정번호)으로 위치 파악



2. 염좌, 골절부위를 차갑게 유지하고 옷가지 등으로 묶어 고정하기



3. 출혈 있을 시, 직접 압박으로 지혈하고 부목을 대 고정하기



4. 침착하게 구조 기다리기

조난사고 발생시



1. 119 신고

- 산악위치표지판(국가지정번호)으로 위치 파악

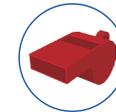


2. 저체온증이 오지 않도록 옷,담요 등을 덮어 체온 유지



3. 휴대폰 배터리 아끼기

- 휴대폰이 켜져있어야 구조대에서 위치 추적이 가능



4. 호루라기·물건 두드리기 등으로 구조 요청하기



5. 어두울 때는 손전등 불빛으로 구조 신호 보내기