



# 做好准备 应对 气候变化 对灾难的影响



FEMA

FEMA P-2418/2024 年8月

气候变化指一般天气条件在  
长时间内的持续变化。

气候变化可能给各地区带来新的或更严重的威胁,包括更猛烈的风暴、洪水、干旱和极端温度。在服务欠缺的地区,气候变化的影响可能会被放大。

气候变化...



可能会改变您所在地区的灾难风险。



可能导致一些灾难进一步加剧或引发新的威胁。



可能会增加多种灾难同时发生的可能性。



能延长灾难影响的时间。

## 保护自身免受气候变化带来的影响

了解您所面临的与气候有关的风险与灾难。



请做好准备。一种灾难会引发另一种灾难,或者多种灾难可能会同时发生。

理解您所在区域的灾害风险可能因气候变化而发生变化。



升级您的应急计划和补给包。

考虑气候相关危险对您的应急计划有何影响。



考虑个人因素对您的风险有何影响。

# 如何应对 气候变化对灾难的影响

## 现在做好 灾前准备

进一步了解危险,理解您居住位置和您前往位置存在的风险。理解气候变化可能导致该区域风险级别发生变化。变化可能包括一些灾难级别的变化,如雪崩、洪水、极端高温、冬季天气、飓风、山体滑坡、雷暴、龙卷风和野火。有关危险的更多信息,请见 [Ready.gov/be-informed](#) (转至英文网页)。

更新您的紧急补给包和紧急计划,将气候变化考虑其中。记住,气候变化会改变您的某些风险级别,您可能需要其他补给。考虑年龄、健康或职业等个人因素可能会影响您的风险和您所需的补给。如要进一步了解如何准备应急补给包,请访问 [Ready.gov/zh-hans/kit](#),如需了解如何制定应急计划的更多详情,请访问 [Ready.gov/zh-hans/plan](#)。

注册接收 FEMA 以及您当地紧急管理办公室发送的紧急预警和通知。注意,气候变化可能影响到您的风险级别。您可能会收到之前未曾经历过的危险预警。

考虑做出调整,从而保护您的家庭,例如造一个雨水花园,以保护您的家园免受洪水侵袭。

考虑职业、健康或年龄等个人因素如何影响您所面临的危险。灾难会对您的身心健康产生不利影响。

## 灾难期间 灾内求存

遵照您的应急计划,使用您的应急补给。

确保冰箱冷冻柜和冷藏柜的门保持关闭。冷藏柜可以将食物冷藏约4小时。装满的冷冻柜可以保持安全温度大约48小时。在寒冷的天气里,不要把食物存放在室外或雪地里。

当空气质量差时,要保护好您的呼吸。气候变化可能会使野火等灾害恶化,烟雾可能会造成污染,降低空气质量。

执行健康的应对机制。灾难的影响会带来心理健康挑战。

## 注意灾后 安全

灾后清理时要小心。养成健康的习惯以避免疾病,例如洗手和清洁表面。

监测您的健康状况。要知道感到焦虑、悲伤、压力和担心是正常的。寻求专业支持和社区支持。在您恢复过程中继续遵守应对策略。

升级您的应急计划和补给包,这样就能应对下一次灾难。由于气候变化,灾难的发生可能会更加频繁。现在做好准备,可以帮助您应对下一场灾难。

## 保障您的安全, 掌握主动权

登录 [Climate.gov](#) (转至英文网页) 和美国气候韧性工具包,地址为 [toolkit.climate.gov](#) (转至英文网页)。如需了解更多资源,请见 [atlas.globalchange.gov](#) (转至英文网页)。下载 FEMA 应用程序,进一步了解有关您面临风险的更多信息,做好准备。

## 做好准备。多种灾难可能会同时发生。

做好干旱和热浪同时发生的准备。

做好洪水更频繁发生的准备,特别是在大雨和暴雨期间。

为干旱、洪水和强降水等气候相关灾害做好准备,这些灾害会导致传染病更容易滋生和传播。

要为更频繁、持续时间更长的停电做好准备。气候相关的危害可能破坏关键的电力和能源系统。

为干旱和干燥的天气做好准备,这可能会导致野火更频繁发生。

如果停电期间出现热浪,请准备好保持凉爽。极端高温可能导致更频繁停电。



FEMA

FEMA P-2418