

一般而言，逃生狀況可區分為三種，一是逃生避難時，二是室內待救時，三則是在無法期待獲救時。其方法敘述如下：

一、 逃生避難時

- 1.不可搭乘電梯，因為火災時往往電源會中斷，會被困於電梯中。
- 2.循著避難方向指標，由安全梯進入安全梯逃生。
- 3.以毛巾或手帕掩口：利用毛巾或手帕沾濕以後，掩住口鼻，可避免濃煙的侵襲。
- 4.濃煙中採低姿勢爬行：火場中產生的濃煙將瀰漫整個空間，由於熱空氣上升的作用，大量的濃煙將飄浮在上層，因此在火場中離地面 30 公分以下的地方應還有空氣存在，尤其愈靠近地面空氣愈新鮮，因此在煙中避難時儘量採取低姿勢爬行，頭部愈貼近地面愈佳。但仍應注意爬行的便利及速度。
- 5.濃煙中戴透明塑膠袋逃生：在煙中避難逃生，人體如防護不當，易吸 進濃煙導致暈厥或窒息，同時眼睛亦會因煙的刺激，產生刺痛感而致 睜不開。因此如有簡易的裝備能使人們在煙中逃生時，能提供足量的新鮮空氣，並隔離煙對眼睛的侵襲最佳。此時即可利用透明塑膠袋。透明塑膠袋無分大小均可利用，使用大型的塑膠袋可將整個頭罩住，並提供足量的空氣供給逃生之用，如無大型塑膠袋，小的塑膠袋亦可，雖不足完全罩住頭部，但亦可將其掩護口鼻部分，供給逃生所需空氣。
使用塑膠袋時，一定要充分將其張開後，兩手抓住袋口兩邊，將塑 膠袋上下或左右抖動，讓裏面能充滿新鮮空氣，然後迅速將其罩在頭部到頸項的地方，同時兩手將袋口按在頸項部位抓緊，以防止袋內空氣外漏，或濃煙跑進去。同時要注意在抖動塑膠袋裝空氣時，不得用口將氣吹進袋內，因為吹進去之氣體是二氧化碳，效果會適得其反。
- 6.沿牆面逃生：在火場中，人常常會表現驚惶失措，尤其在煙中逃生，伸手不見五指，逃生時往往會迷失方向或錯失了逃生門。因此在逃生 時，如能沿著牆面，則當走到安全門時，即可進入，而不會發生走過頭的現象。

二、 在室內待救時

1. 用避難器具逃生
避難器具包括繩索、軟梯、緩降機、救助袋等。通常這些器具都要 事先準備，平時亦要能訓練，熟悉使用，以便突發狀況發生時，能從 容不迫的加以利用。
2. 塞住門縫，防止煙流進來
一般而言，房間的門不論是銅門、鐵門、鋼門，都會具有半小時至 二小時的防火時效。因此在室內待救時，只要將門關緊，火是不會馬上侵襲進來的。但煙是無孔不入的，煙會從門縫間滲透進來，所以必 須設法將門縫塞住。此時可以利用膠布或沾溼毛巾、床單、衣服等，塞住門縫，防止煙進來，此時記住，潮溼能使布料增加氣密性，加強 防煙效果，因此經常保持塞住門縫的布料於潮溼狀態是必需的。另外如房間內有大樓中央空調使用的通風口，亦應一併塞住，以防止濃煙 侵襲滲透。
3. 設法告知外面的人
在室內待救時，設法告知外面的人知道你待救的位置，讓消防隊能 設法救你是非常重要的。如果你待救的房間有陽台或窗戶開口時，即 應立即跑向陽台或窗戶之明顯位置，大聲呼救，並揮舞明顯顏色的衣服或手帕，以突顯目標，夜間如有手電筒，則以手電筒為佳。如所在 的房間剛好沒有陽台或窗戶，則可利用電話打“119”告知消防隊， 你等待救助的位置。
4. 至易於獲救處待命

在室內待救時，如可安全抵達安全門，進入安全梯間或跑至頂樓頂平台，均是容易獲救的地點。如不幸地，受困在房間內，則應跑至靠陽台或窗戶旁等待救援。

5. 要避免吸入濃煙

濃煙是火災中致命的殺手，大量的濃煙吸入體內會造成死亡，吸入微量的濃煙則可能導致昏厥，影響逃生。因此務必記住，逃生過程中，儘量避免吸入濃煙。

三、無法期待獲救時

當無法期待獲救時，絕對不要放棄求生的意願，此時當力求鎮靜，利用現場之物品或地形地物，自求多福，設法逃生。

1. 以床單或窗簾做成逃生繩

利用房間內之床單或窗簾捲成繩條狀，首尾互相打結銜接成逃生繩。將繩頭綁在房間內之柱子或固定物上，繩尾拋出陽台或窗外，沿著逃生繩往下攀爬逃生。

2. 沿屋外排水管逃生

如屋外有排水管可供攀爬往下至安全樓層或地面，可利用屋外排水管逃生。

3. 絕不可跳樓

在火災中，常會發生逃生無門，被迫跳樓的狀況，非到萬不得已，絕不可跳樓，因為跳樓非死即重傷，最好能靜靜待在房間內，設法防止火及煙的侵襲，等待消防人員的救援。