

SINH TỒN TRÊN VÙNG ĐẦM LẦY

TỔNG QUAN

Đầm lầy là một vùng đất ngập nước, nơi mọc nhiều loại cỏ, lau, lách. Ở đây nước không sâu, nhưng có nhiều bùn, sinh, đất sét. Thường ít có bụi lớn và cây cao. Tuy nhiên cũng có những vùng ngập nước mà cây cối phát triển như rừng già. Đầm lầy thường hình thành ở những vùng đất thấp, địa thế bằng phẳng, trũng, nước đọng nhiều, nhiệt độ thấp, lượng bốc hơi rất nhỏ.

Có hai loại đầm lầy: Một là đầm lầy nước mặn; hai là đầm lầy nước ngọt.

- Đầm lầy nước mặn là vùng đất ngập nước ven biển, nước trong đầm lầy là nước mặn do thủy triều đưa vào. Đầm lầy nước mặn bao gồm: rừng sác, rừng dừa nước, đầm phá nước mặn, nước lợ; hồ nước mặn, nước lợ; vùng phù sa ven cửa sông . . .
- Đầm lầy nước ngọt bao gồm: Đầm lầy nước ngọt thường xuyên; Đầm lầy nước ngọt theo mùa; Đất than bùn; Suối phun nước ngọt và đất ngập nước ở các ô trũng trên núi; Đầm lầy có rừng cây chịu ngập úng (rừng tràm); Đầm lầy có rừng cây bụi . . .



Đầm lầy thường có không gian rộng lớn, là nơi cư trú và kiếm ăn của các loài chim thích nghi với cuộc sống thủy sinh như vịt, ngỗng, hồng hạc, diệc, cò, và các loài chim chân dài hay chân bơi, vì nơi đây có nguồn thực phẩm phong phú. Chuột nước, hải ly, rái cá và một số loài lưỡng cư, bò sát . . . cũng có thể được tìm thấy nhiều trong đầm lầy, nhưng có lẽ nhiều nhất là các loài thủy sản: tôm, cá, . . .

Đầm lầy cũng cung cấp môi trường sống quan trọng đối với một số loài thực vật và các loài cây thủy sinh. Thảm thực vật của đầm lầy thường là những cây thân thảo chịu độ ẩm cao như: bèo, rêu, rong, cỏ đuôi chồn, lau sậy, lúa hoang, **hoa loa kèn nước**, cỏ nển, cỏ bấc . . . Những loài thực vật thích nghi với môi trường đầm lầy có xu hướng rất khỏe mạnh. Chúng có lá rộng, bởi vì nước trong thân cây bão hòa liên tục, có nghĩa là chúng không cần để ý đến việc mất độ ẩm. Các lá giúp cây cố hấp thụ ánh sáng mặt trời và quang hợp năng lượng. Nhiều loài thực vật đầm lầy cũng có thân cây rỗng hoặc xốp để ngăn ngừa thối úng.

Nguyên nhân hình thành đầm lầy

Có 2 nguyên nhân:

1. Ở bộ phận rìa sông, hồ, biển hoặc chỗ nước nông, bùn cát tích đọng nhiều các loài cỏ nước phát triển mạnh lại có vi sinh vật phân giải xác cỏ nước dần dần biến thành đầm lầy.

2. Ở những vùng rừng rậm, khu cỏ đẫm, lòng chảo hoặc vùng đất đóng băng lâu ngày, địa thế trũng, độ dốc ít, không thoát nước, mặt đất quá ẩm, những loài thực vật thủy sinh phát triển mạnh. Những thực vật này chết đi, thối rữa thành lớp bùn đen dày, dần dần thành đầm lầy.

Đầm lầy trên thế giới chủ yếu phân bố ở châu Á, trong đó ở Siberi có diện tích đầm lầy lớn nhất. Châu Âu và Bắc Mỹ cũng có một số đầm lầy.

Đất đầm lầy không thể canh tác được. Một số đầm lầy trên mặt là một lớp rêu cỏ mượt như nhung, ở dưới lại là một lớp bùn nhão không đáy, nếu ai chẳng may thụt xuống đó không khác gì bước vào chiếc bẫy chết người. Vì vậy người ta gọi đầm lầy là "*chiếc bẫy màu xanh*".

Ở nước ta, đất ngập nước có phân bố ở nhiều nơi và ở các vùng khác nhau. Nhưng tập trung hơn cả vẫn là ở các khu vực đồng bằng và dải ven biển với nhiều loại hình và rất phong phú về các đặc trưng sinh thái. Tuy nhiên, cho đến nay vẫn chưa có một tài liệu kiểm kê nào có thể đưa ra được những thông tin đầy đủ và hệ thống về hiện trạng phân bố của các loại đất này. Quan điểm về các chỉ tiêu phân loại vẫn còn có những điểm chưa được thống nhất.

Những nỗi sợ hãi ám ảnh về đầm lầy

Đầm lầy tồn tại từ thuở hồng hoang, vào thời đó, có lẽ đầm lầy còn nhiều hơn cả đất cứng. Con người đã đổ biết bao công sức và xương máu trong những lần chinh phục vùng đầm lầy. Chính cha ông của chúng ta cũng hy sinh không biết bao nhiêu sinh mạng trong cuộc chinh phục và cải tạo vùng đất trũng "đàng trong" để có một Nam Bộ trù phú ngày hôm nay. Trong những cuộc chinh phục đó, họ phải đối đầu với biết bao lam sơn chướng khí, rừng thiêng nước độc, thú dữ côn trùng. . . không biết bao nhiêu người đã nằm xuống hoặc mất tích không tìm thấy dấu vết trong những vùng đầm lầy, vì vậy trong lòng họ dấy lên một nỗi sợ hãi, e dè, tôn trọng. . . cho nên trước khi vào đầm lầy để làm việc gì, họ thường khấn vái cầu xin.

Không riêng cha ông chúng ta, các nền văn minh trên thế giới đều xem đầm lầy là một nơi ma quái linh thiêng. Các hồn ma, quái vật (tưởng tượng) thường xuất phát từ đầm lầy. Không biết bao nhiêu truyền thuyết, phim ảnh, sách vở . . . đã nói về đầm lầy với một nỗi e dè kinh sợ.

Đầm lầy còn có nhiều thú dữ như cạp, beo, rắn, rết, đất lún . . . và chỉ riêng bệnh sốt rét xuất xứ từ những con muỗi ở đầm lầy cũng đã mang đến cho nhân loại biết bao mất mát đau thương.

SINH TỒN TRONG ĐẦM LẦY

Tuy đầm lầy ẩn chứa không biết bao nhiêu điều huyền bí, nguy hiểm, nhưng nếu chúng ta hiểu biết những qui luật của đầm lầy, thì đây là một nơi có thể trú ẩn và sinh tồn. Các nhà cách mạng ở nhiều nơi trên thế giới đã sử dụng đầm lầy như là một căn cứ. Các nô lệ da đen khi đào thoát khỏi những ông chủ da trắng, họ cũng chọn đầm lầy làm nơi trú ẩn.

Trong lịch sử của nước ta, có Triệu Quang Phục đã sử dụng đầm Dạ Trạch làm căn cứ kháng chiến.

"...Đầm Dạ Trạch (Bãi Mìn Trờ, Hải Hưng) là một vùng đồng lầy rộng mênh mông, lau sậy um tùm, ở giữa có một bãi đất khô ráo có thể ở được. Đường vào bãi rất khó khăn, chỉ có thể dùng thuyền độc mộc, chống sào lướt nhẹ trên đám cỏ nước, theo mấy con lạch nhỏ mới tới được đại bản doanh của nghĩa quân.



Ngay khi đem quân về Dạ Trạch, Triệu Quang Phục đã nghĩ đến việc tự túc lương thực để kháng chiến lâu dài. Ông chia quân ra làm nhiều toán: toán chặt cây làm trại, toán chuyên đục đẽo thuyền độc mộc, toán chuyên bắt cá, toán đi săn chim, vịt trời . . . để nuôi quân. Lương thực thiếu, Triệu Quang Phục cùng nghĩa quân ăn củ sắn, khoai dại, để dành thóc gieo mạ. . .

Khi doanh trại đã căn bản xây dựng xong cũng là lúc tướng giặc là Trần Bá Tiên đánh hơi được, đem quân trùng trùng, điệp điệp đến bủa vây. Nhìn đầm rộng chỉ có lau sậy, tướng giặc đắc ý nói với tả hữu:

Số phận quân Dạ Trạch đã được định liệu. Một vạn quân ăn chen chúc trong đầm tất sẽ chết vì đói. Ta chỉ cần vây mà không cần đánh.

Trần Bá Tiên chia quân lập thành một hệ thống đồn binh vây bọc kín khu đầm cắt đứt liên lạc, tiếp tế giữa nghĩa quân với dân chúng. Hắn không thể ngờ được, bên trong vòng vây, Triệu Quang Phục một mặt cho quân do thám theo sát hành tung giặc, mặt khác cho đắp bờ, khoanh bãi, tôn nền ruộng, gieo mạ để làm vụ chiêm. Hơn thế, vị tướng tài còn nhằm trước khu đất cao ở gần sông Cái để sửa soạn làm vụ sau. Tất cả những công việc này đều được tiến hành trong điều kiện thiếu thốn nông cụ và sức kéo. . . Theo lệnh Triệu Quang Phục: "Lúa quý như mệnh người", nghĩa quân vừa đánh giặc vừa thay nhau tiếp tục sản xuất.

Bao vây lâu ngày không thấy nghĩa quân chết đói, ngược lại các đồn giặc liên tiếp bị đánh, lương thực bị cướp nên chính giặc lâm vào tình trạng thiếu thóc gạo trầm trọng. Giặc càng khó khăn, đêm đêm nghĩa quân đánh càng mạnh . . ."

Như thế, đầm lầy không có nghĩa là vùng đất chết, không thể sống được, mà trái lại, nếu chúng ta biết cách khai thác, phòng tránh các rủi ro nguy hiểm thì vẫn có thể sinh tồn trong vùng đầm lầy như thường.

ĐI LẠI TRONG ĐẦM LẦY

Như các bạn đã biết, việc đi lại trong đầm lầy thì vô cùng phức tạp và nguy hiểm. Các nghĩa quân của Triệu Quang Phục sử dụng những chiếc thuyền độc mộc gọn nhẹ và cơ động. Vì vậy, phương tiện đi lại lý tưởng trong đầm lầy là một chiếc thuyền hẹp với một đáy bằng và nông, có hai đầu giống nhau để có thể đi tới và đi lui mà không cần phải quay mũi.

Thuyền có thể làm bằng ván mỏng, vỏ cây, da thú, vải không thấm nước, tôn, thiếc . . . Các vật dụng chở theo phải đựng trong túi chống thấm nước và ràng buộc thật chặt để tránh dịch chuyển. Mỗi thành viên trên thuyền phải có phao hay thiết bị nổi cá nhân. Ngoài sào chống hay mái chèo, cần có thêm một sợi dây thừng, một dao phát để dọn đường.

Hãy nhớ rằng, bạn không thể đi bộ trong một đầm lầy nếu thuyền của bạn có vấn đề. Vì rất dễ bị sa lầy mà chết. Cho nên phải bảo quản thuyền cẩn thận, coi chừng những gốc cây hay vật nhọn đâm thủng thuyền của bạn.

Mặt nước của đầm lầy thường nông, có thể chỉ khoảng 4-5 tấc, nhưng đừng tin rằng dưới 4-5 tấc nước đó là đáy mà thực ra đó chỉ là lớp bùn nhão có thể sâu hơn vài mét.

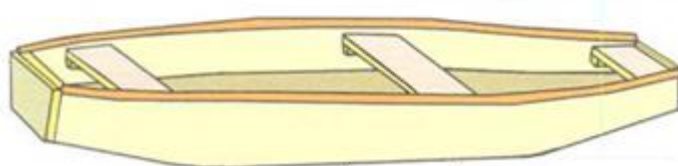
Chế tạo một thuyền đáy bằng

Muốn chế tạo một thuyền đáy bằng, các bạn cần một số ván, đinh, vải không thấm nước hay da thú hoặc tôn, thiếc.

Trước tiên, bạn cần hai tấm ván rộng khoảng 4 cm, dài khoảng 4 mét, cắt vát hai đầu để làm mạn thuyền.

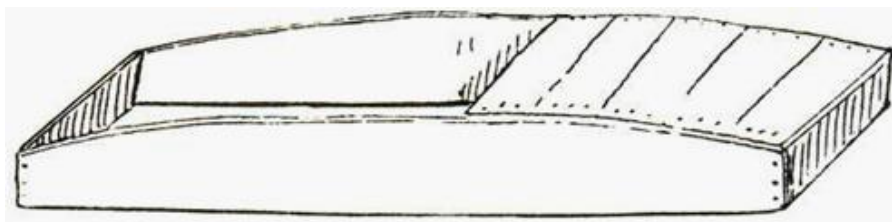


Lấy hai tấm ván rộng 20 cm, dài 1m20 đóng hai đầu

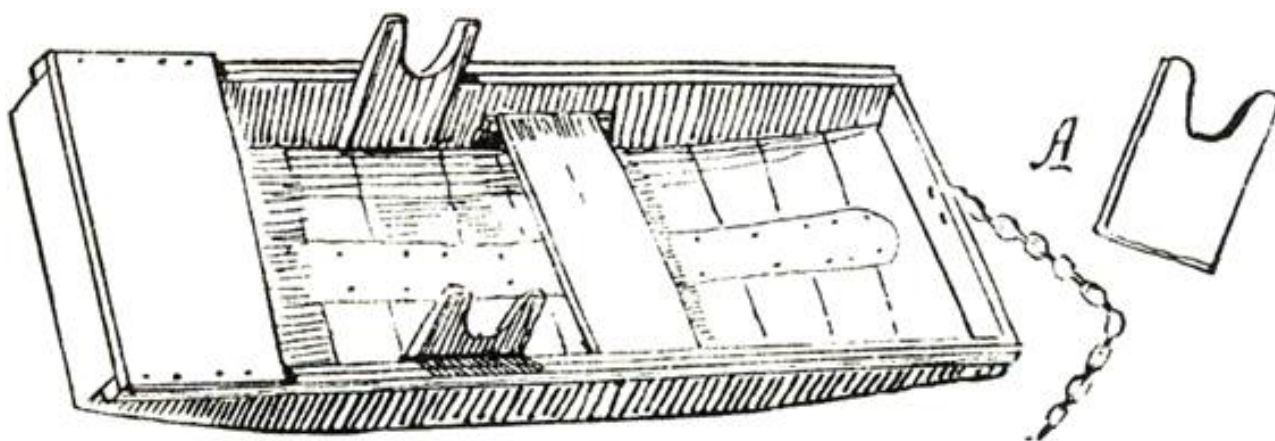


Thuyền đáy bằng

Dùng một số ván dài hơn 1m20 đóng đáy thuyền, sau đó chừa lại (tề) cho đều cạnh.



Đóng ghế ngồi vừa để kiềng mạn thuyền. Vắt hai tấm ván có hình chữ U cặp hai bên mạn thuyền để làm cọc chèo (nếu cần).



Cuối cùng bọc lại bằng vải không thấm nước hay da thú, hoặc tôn hay thiếc (nếu có). Nếu không, các bạn phải xảm các khe hở bằng vỏ tràm hay dầu rái.

Bè lau sậy

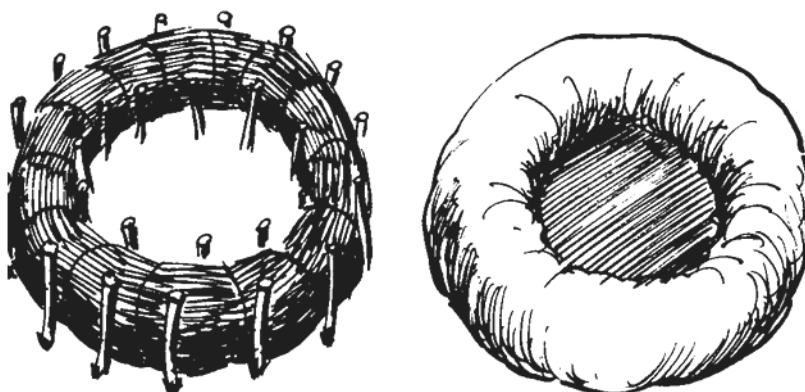
Ở những vùng đầm lầy, có nhiều bãi lau sậy, thân tuy nhỏ nhưng khá cao, rỗng ruột và có độ nổi rất tốt. Các bạn có thể chặt và bó thành từng bó, bên ngoài bọc vải không thấm nước, rồi ghép lại để làm bè.



Hoặc kẹp giữa một khung bằng cây để cố định những cây lau rồi bó cứng lại như hình minh họa.

**Phao (bè) bằng lau sậy**

Trước hết, các bạn đóng cọc thành hai vòng tròn đồng tâm (hay hình vành khăn) để làm khuôn. Dùng lau sậy (hay rơm) sắp xếp theo khuôn vòng tròn cho đều, sau đó bó lại cho chặt rồi lấy ra khỏi khuôn. Bọc vải không thấm nước bên ngoài.

**CẨM TRẠI TRONG ĐẦM LẦY**

Khi cần hay buộc phải lưu trú trong đầm lầy, các bạn cần nhớ hai điều:

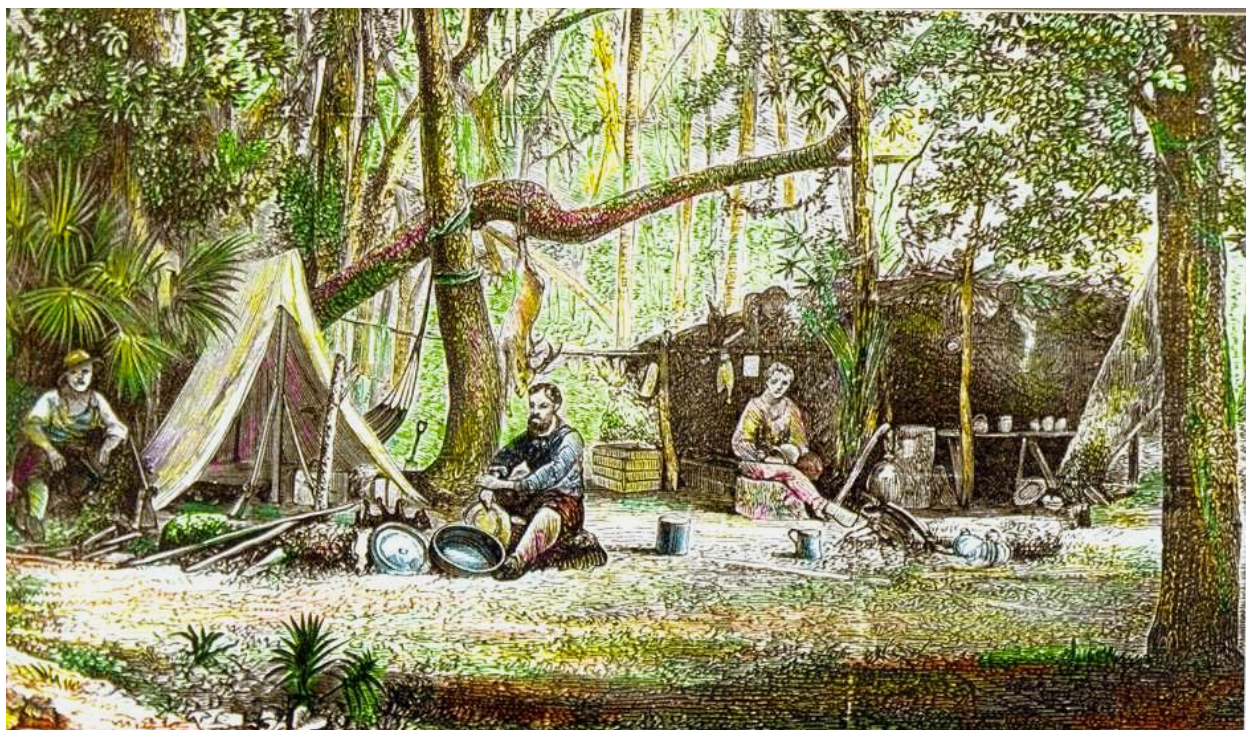
- Tránh ẩm ướt
- Tránh côn trùng

Các thiết bị để cắm trại cơ bản là giống như trên bất kỳ chuyến cắm trại bình thường khác. Vì các bạn thường đến khu vực cắm trại này bằng những con thuyền nhỏ có trọng tải rất hạn chế, cho nên các bạn chỉ có thể mang theo những vật dụng thật cần thiết và gọn nhẹ mà thôi.

Chọn chỗ ở trong đầm lầy

- Tìm những chỗ có đất khô nhất có thể.
- Tìm những nơi mát mẻ, cao ráo, để các loài côn trùng bị gió thổi bay đi.
- Tìm một nơi trống trải hoặc phát bỏ những đám cỏ cao, bụi rậm, là nơi mà rắn rít, côn trùng, thú dữ . . . có thể ẩn nấp.
- Cây trong đầm lầy không bám rễ sâu, tránh cắm trại gần những cây có vẻ không ổn định.

- Nước trong đầm lầy tuy nhiều nhưng hầu hết là không uống được, cho nên đất trại phải là nơi có nguồn nước sạch (chỗ nước chảy hay giếng đào).



Ngủ trong đầm lầy

Những năm tháng sống và công tác ở vùng Đồng Tháp Mười, một vùng đầm lầy lớn nhất nước ta, điều làm cho tôi ngán ngẩm nhất là muỗi. Nhiều không thể tưởng nổi. Cho nên (theo tôi) vật dụng đầu tiên mà bạn cần nghĩ tới là cái mùng và thuốc chống muỗi (Nếu vùng đầm lầy có rừng cây thì chiếc võng có mùng bao là gọn nhẹ và tiện lợi nhất).

Vật dụng tiếp theo là túi ngủ. Vì ban đêm trong vùng đầm lầy thường rất lạnh. Tuy nhiên túi ngủ cũng cần phù hợp với thời tiết của khu vực. *Người dân Nam Bộ ngày xưa dùng chiếc "nóp" đan bằng cỏ để thay thế cho mùng và túi ngủ.*

Và nếu có thể thì thêm một tấm nệm hay bạt lót để chống ẩm.

Nếu thời tiết cho phép, nên ngủ ngoài trời, chỗ thông thoáng. Mái che chỉ là giải pháp cuối cùng, vì bóng tối của nó sẽ thu hút côn trùng.

Ngủ trong một chiếc xuồng bạn sẽ được tiếp xúc nhiều hơn với côn trùng. Và nếu xảy ra một cơn mưa giông mùa hè, túi ngủ của bạn sẽ biến thành phao nổi.

Nơi để trú ẩn và ngủ lý tưởng là một lều có lưới chống côn trùng, có đáy là một tấm bạt không thấm nước. Lều phải đủ cao để bạn có thể sinh hoạt thoải mái ở trong lều. Điều này sẽ giúp bạn tránh bị côn trùng cắn đốt. Dây căng lều có thể cột vào cọc đóng xuống đất (nếu có thể) hoặc buộc vào các cành cây, thân cây hay rễ cây nổi khỏi mặt đất. Trước khi dựng lều, hãy lượm sạch các cành cây, đá sỏi. Khu vực dựng lều tốt nhất là một bãi cát. Trong trường hợp này, một lều mái vòm hay lều chữ A là sự lựa chọn tốt nhất, vì đây là một khu vực thông thoáng nhiều gió. Nếu cắm trại trên một doi cát, luôn luôn nhớ rằng một trận mưa lớn từ xa có thể gây nên một trận lũ quét. Nếu đây là một đầm lầy nước mặn hay bãi triều, hãy coi chừng, bạn có thể đang ở dưới mức thủy triều cao đấy.

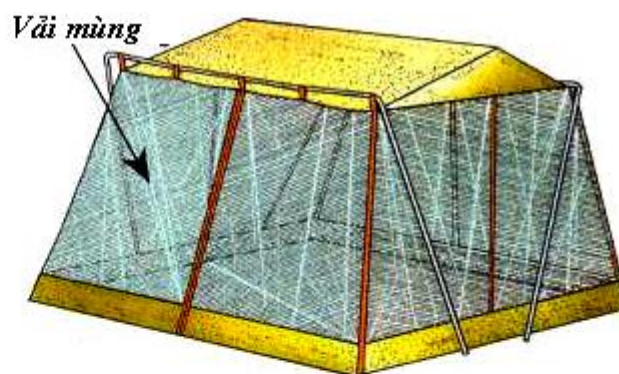
Nếu có thể, nên làm một giường sàn cách ly với mặt đất ẩm ướt, chung quanh bao mùng chống muỗi, giúp cho bạn có một giấc ngủ ngon.



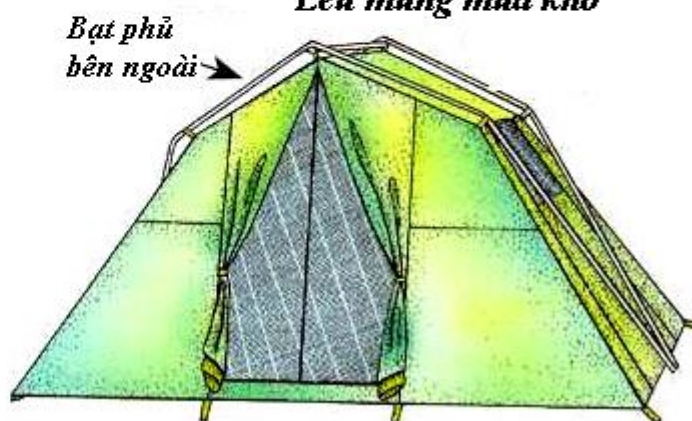
Giường mùng



Giường sàn



Lều mùng mùa khô



Lều mùng mùa mưa

Gọn nhẹ và tiện lợi nhất là một cái võng rừng, với lưới chống côn trùng. Nên cột võng liên kết với hai, ba hay bốn cây vào một đầu võng, vì cây ở đầm lầy thường nhỏ và rễ thì không ổn định. Thực tế là phía dưới võng tiếp xúc với không khí nên rất khó để giữ ấm trong thời tiết lạnh. Cho nên nếu trời lạnh, nên kết hợp với túi ngủ hay nệm lót lưng.

Lưu ý: Muỗi có thể chích xuyên qua võng dễ dàng nên cần bao mùng ở dưới võng hay lót nệm. Nếu chân tay hay phần cơ thể nào để sát vào mùng thì chỗ đó sẽ bị muỗi chích, cho dù bạn có mặc quần áo.

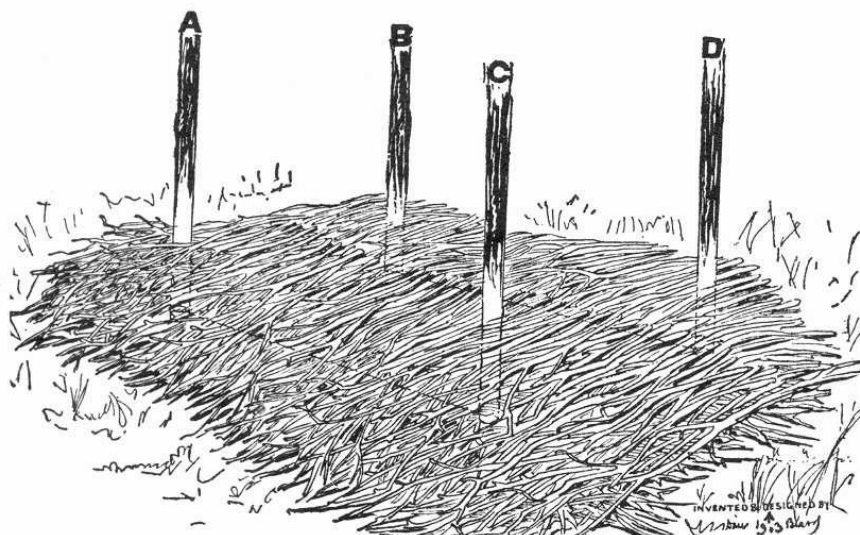
Ở đầm lầy thường có loại bủ mắt tuy nhỏ hơn muỗi nhưng cắn thì ngứa ngáy khó chịu vô cùng. Chúng thường xuất hiện nhiều vào lúc hoàng hôn, và nếu bạn đang ẩm ướt và ra mồ hôi thì sẽ là miếng mồi của chúng.

XÂY DỰNG MỘT CĂN LỀU TRÊN ĐẦM LẦY.

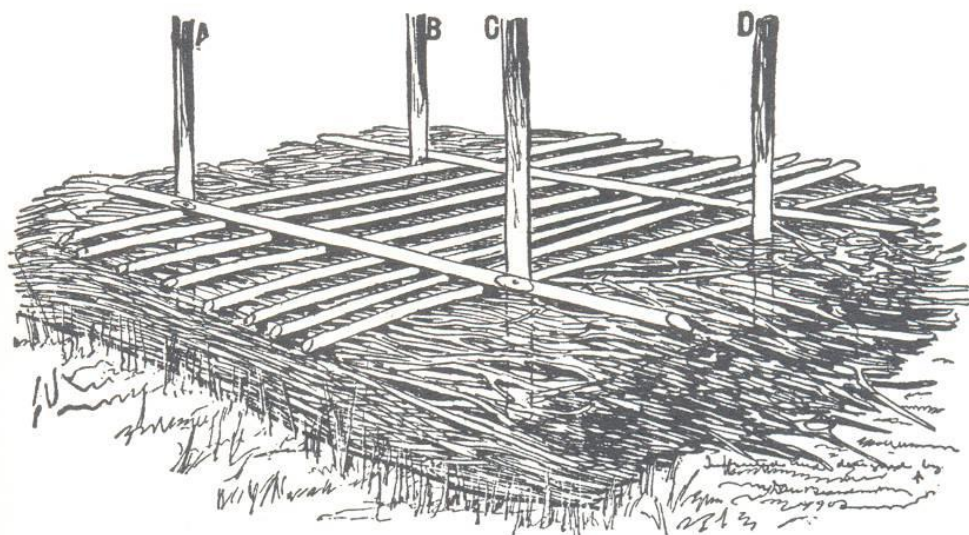
Khi buộc phải lưu trú trong đầm lầy một thời gian dài, mà không thể nào tìm được vùng đất khô ráo để dựng chòi hay một ngôi nhà nhỏ, các bạn không thể sống tạm bợ cho qua ngày. Điều này có thể làm cho các bạn nhụt chí, suy sụp tinh thần và kiệt sức. Hãy cố gắng xây dựng cho mình một nơi trú ẩn tươm tất ấm cúng để làm nơi nghỉ ngơi thư giãn. Bạn hãy nhớ rằng: rất nhiều dân tộc trên thế giới họ đang sống trên đầm lầy. Xây dựng thôn xóm, làng mạc, làm nhà nổi trên các bè lau sậy khổng lồ, thậm chí còn canh tác trên đầm lầy. Họ dùng lau sậy thay thế cho mặt đất. Họ đắp sinh lên trên các bè dài như luống rau bằng lau sậy. Trên đó họ trồng đủ thứ rau, củ, quả . . .

Để làm nhà trên vùng đầm lầy, trước tiên các bạn cần một số cây lớn (ở vùng này thường có tràm, sù, vẹt, đước . . .). Cắm bốn cây xuống bùn để làm cột nhà. Sau đó dùng lau sậy chắt vào giữa rồi đầm đập cho dẽ xuống.

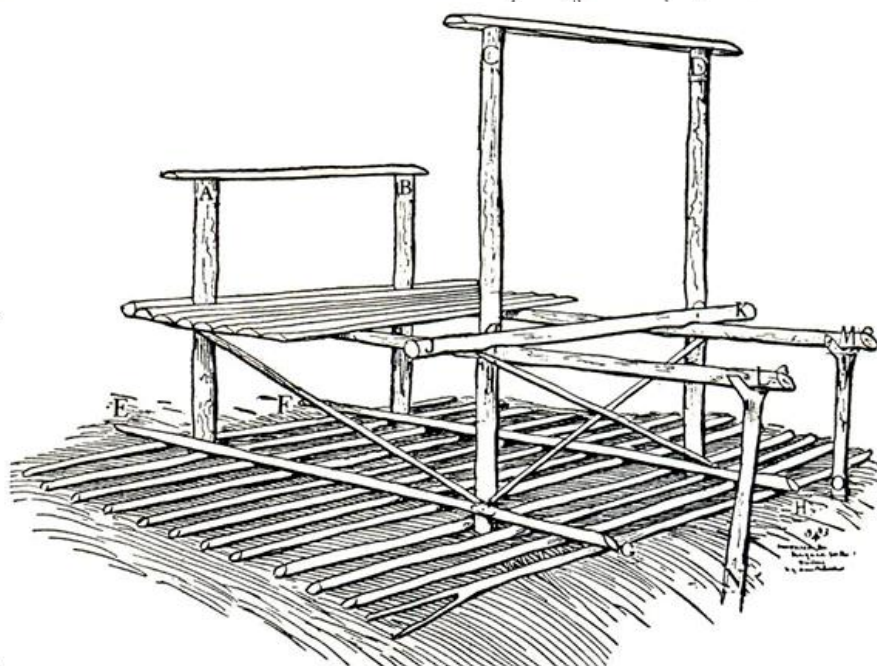
1. Cắm 4 cây cột lớn để làm cột nhà rồi chắt thật nhiều lau sậy vào giữa.



2. Dẫn một số đà ngang trên lau sậy rồi đè tất cả xuống bằng hai đà dọc. Cột hai đà dọc này chặt chắc vào cột. Nên khoan để xỏ con sẻ vào hoặc đóng đinh, bắt bù-lon (nếu được). Vì đây là 4 điểm chịu lực gánh toàn bộ sức nặng của căn nhà.



3. Gác và buộc hay đóng đinh thật chắc các đà để làm sàn vào cột. Gác cây làm sàn lên làm chỗ đứng để thả kéo và đòn tay.



4. Sau khi đã buộc cứng kèo và đòn tay với nhau, các bạn bắt đầu lợp mái bằng lau sậy hay lá dừa nước. Rồi dùng vách cũng với lau sậy hay lá dừa nước. Không nên trát vách bằng bùn vì sẽ làm nặng căn lều.

Nếu căn lều bị lún thì lớp lau sậy ở dưới sẽ gánh chịu toàn bộ căn lều.



Những vật dụng cần thiết

- Túi cứu thương trong đó bao gồm một bộ chữa rắn cắn, các loại thuốc thông dụng và dụng cụ sơ cứu. Đừng quên thuốc chống côn trùng.
- Túi mưu sinh dành cho những trường hợp thất lạc.
- Một con dao đa năng, dao thợ săn hay dao mưu sinh có dây cột vào người để không bị rơi xuống đầm lầy, vì rất khó mà tìm lại nó trong một nơi bùn nhão không đáy.
- Một con dao lớn hay rựa dùng để chặt cây và phát quang lùm bụi ở khu cắm trại và mở đường.



- Một cửa xếp để cắt các cành cây.
- Một mùng trùm đầu rất cần thiết trong khi di chuyển và trong nhiều trường hợp khác nhau.
- Nến (đèn cầy) có tinh dầu sả dùng để thắp sáng và xua đuổi muỗi mòng.
- Đèn pin, diêm quẹt hay bật lửa . . .
- Một số thực phẩm và nhu yếu phẩm khô, nhẹ hay đóng hộp

Còn những vật dụng khác thì cũng bình thường như những cuộc cắm trại khác. Tuy nhiên cần tăng cường nhiều dây và phao nổi.

Y PHỤC TRONG ĐẦM LẦY

Quần áo ẩm ướt và đầm mồ hôi là các bạn tự thu hút côn trùng đến với mình. Hãy cố gắng giữ cơ thể sạch sẽ và khô ráo. Giữ quần áo sạch để giảm thiểu sự tích lũy mùi của cơ thể.

Áo và quần: Mặc áo sơ mi dài tay có nút cổ áo và nút cài tay áo. Quần hơi rộng có dây rút ở ống chân để côn trùng và sâu bọ không chui vào. Áo quần được may bằng loại vải nhẹ và dễ khô.

Nón, mũ: Dùng một nón rộng vành có lưới trùm đầu sẽ giúp bạn bảo vệ đầu và mặt không bị côn trùng chích đốt.

Giày: Một số được thiết kế giúp chân của các bạn khô ráo ngay cả khi đi dưới trời mưa. Đó là những điều các bạn cần phải lưu ý, nhất là đối với những người thường xuyên di chuyển trong đầm lầy. Lý tưởng là giày đi rừng của quân đội trong cuộc chiến Việt Nam. Nó có cổ giày làm bằng vải nhẹ, hỗ trợ một số mảng bằng da, để có độ bám cao. Nó còn có hai lỗ thông hơi gần nhau để cho nước trong giày thoát ra ngoài. Cổ giày khá cao bảo vệ chân bạn khỏi muỗi mòng và rắn rết.

THỰC PHẨM TRONG ĐẦM LẦY

Nếu các bạn có ý định cư trú lâu dài để khám phá (hay khai phá) vùng đầm lầy, thì phải chuẩn bị dụng cụ đánh bắt, vì thực phẩm ở vùng đầm lầy rất phong phú và đa dạng. Từ các loài thủy sản như tôm, cá, lươn, ếch nhái . . . đến các loài động vật như khỉ, chồn, hươu, nai, hải ly, rái cá, sóc, chuột . . . các loài bò sát như rắn, rùa, thằn lằn, kỳ tôm . . . và cả cá sấu. Vô số các loài chim sinh sống theo vùng ngập nước. Tuy nhiên các bạn cần phải biết cách săn bắn đánh bắt (Xin xem chương SĂN BẮN ĐÁNH BẮT).

Vật dụng mà các bạn cần mang theo là lưới câu, dây câu, lưới, lò, lợp, trúm. . .

Đầm lầy cũng có rất nhiều cây trái có thể ăn được như bắp, bình bát, khoai nước, củ năng, củ ấu, sen, súng, dừa nước . . . (Xin xem chương THỰC PHẨM NƠI HOANG DÃ)

Bảo quản thực phẩm

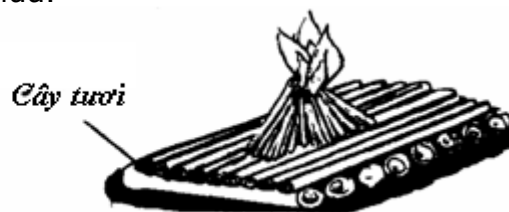
Có rất nhiều loài động vật đầm lầy chờ đợi để chia sẻ thức ăn của bạn, cho nên bạn phải biết cách để cất giữ thực phẩm (Xin xem chương BẢO QUẢN THỰC PHẨM).

Nhóm lửa trong đầm lầy

Nhóm lửa ở đầm lầy cũng giống như nhóm lửa ở bất kỳ các vùng cắm trại khác, nhưng bạn cần lót một lớp đất khô, cây tươi, đá . . . để cách ly ngọn lửa với nền đất ẩm ướt.

Khi nhóm lửa, các bạn cần thận xem xét ở dưới chỗ nhóm lửa có lớp than bùn hay không. Than bùn là xác các loài thực vật khác nhau, được tích tụ lại, vùi lấp và chịu tác động của điều kiện ngập nước qua thời gian dài. Với điều kiện phân hủy yếm khí, các xác thực vật được phân hủy và hóa thạch thành than bùn. Than bùn có

thể bắt lửa và cháy âm ỉ từ từ dưới đất, rồi có thể sau một hai tuần thì mới bùng lên thành một đám cháy lớn trong đầm lầy, rất khó chữa.



NƯỚC UỐN TRONG ĐẦM LẦY

Có thể nói rằng, tất cả nước trong các đầm lầy thường bị ô nhiễm.

Một trong những yếu tố tạo nên chất lượng của nước trong các đầm lầy phụ thuộc vào cách hoặc lý do tại sao nước tích tụ.

Chất lượng nước đầm lầy

- *Đầm lầy đồng bằng ngập nước*: Đây là khu vực nơi một lòng sông uốn khúc và tràn lên trong mùa lũ. Ví dụ như dọc theo sông Mississippi, sông Amazon. . . Nước ở thượng nguồn của sông giáp với đầm lầy có thể được an toàn (nhưng không phải là tất cả). Tại các khu vực sông thấp hơn, bạn có thể giả định rằng nước đã chảy qua khu vực công nghiệp hay nông nghiệp, nên đã bị ô nhiễm.

- *Đầm lầy đất trũng*: Nếu đầm lầy ở đây được hình thành do nước tích tụ từ các dòng chảy sau khi mưa. Đây là loại nước ứ đọng và thường bị nhiễm vi khuẩn.

- *Đầm lầy hình thành do việc xây đập nước nhân tạo*: Nước tích tụ trong quá trình này bao gồm các trầm tích từ các vật liệu sử dụng trong việc xây dựng đập. Loại nước này có thể rất nguy hiểm ngay cả khi đã được xử lý.

- *Đầm lầy hình thành do việc hải ly xây đập*: Hải ly thường xây đập ngăn một dòng suối và gây ra một vùng đầm lầy. Nếu lấy nước chảy từ thượng nguồn (phía trên vùng đầm lầy) thì khá an toàn. Nhưng nếu lấy nước trong đầm lầy hay hạ nguồn (phía dưới đập) thì rất nguy hiểm, vì nước bị ô nhiễm bởi phân và nước tiểu từ hải ly có thể truyền bệnh tularemia (bệnh thỏ).

ĐỊNH HƯỚNG TRONG ĐẦM LẦY

Đầm lầy thường không có điểm chuẩn của địa hình để đối chiếu, cũng như bị giới hạn khả năng quan sát khoảng cách dài. Các loại cây cỏ thì gần như tất cả cùng một màu, xanh lá cây và xanh lá cây. Còn mặt nước thì bằng phẳng và không có giá trị định hướng.

Trong đầm lầy, bạn cần một bản đồ địa hình với các hệ thống chỉ lưu kênh rạch, một la bàn hay GPS (thiết bị định vị toàn cầu) hoặc một hướng dẫn viên kinh nghiệm. Bản đồ đầm lầy thường không chính xác vì các kênh rạch có thể thay đổi theo mùa, và việc chụp ảnh trên không (không ảnh) cũng khó vì khó chụp xuyên qua các tán cây. Việc xác định cho đúng vị trí của bạn trên bản đồ rất quan trọng trong một đầm lầy dày đặc các chỉ lưu. Nếu bạn có một thiết bị định vị toàn cầu (GPS) thì nó có thể cho bạn biết vị trí (toàn cầu) của bạn, nhưng nó không cho bạn biết dòng kênh hay lộ trình khả thi nào có thể giúp bạn thoát khỏi mê cung của đầm lầy.

NHỮNG NGUY HIỂM TRONG ĐẦM LẦY**NGUY HIỂM TỪ THỰC VẬT**

Cây mắt mèo: Là một loại dây leo hằng niên, mọc ở đất hoang, rừng chồi, trảng cỏ, rừng thưa, rừng tái sinh, đầm lầy . . . ít khi mọc ở rừng rậm. Thân, lá, trái đều có lông tơ. Hoa màu tím thẫm, chùm thông. Trái hơi cong, khi già có màu nâu đen phủ đầy lông vàng, loại lông này rất ngứa. Khi các bạn vô tình chạm phải hay do gió thổi bay đến, thì ngứa ngáy khó chịu vô cùng, càng gãi càng ngứa. Nếu vào mắt thì có thể bị mù tạm thời.

Nếu bị dính lông mắt mèo, thì các bạn đừng gãi mà hãy áp dụng các biện pháp sau:

- Dùng rơm, cỏ khô, giấy . . . đốt thành lửa ngọn rồi hơ phớt mặt da cho lông mắt mèo bị cháy đi thì đỡ ngứa.

- Nắm cơm thành vắt (cơm nếp càng tốt) lăn trên chỗ ngứa cho lông mắt mèo dính theo.

- Dùng băng keo to bản dán áp vào nơi ngứa, rồi lấy ra, lông mắt mèo sẽ dính theo băng keo.



Cây sồi độc (Poison Oak): Thường mọc ở vùng Bắc Mỹ. Loài Sồi độc này, nếu mọc ở vùng duyên hải phía Tây Mỹ thì có tên khoa học *Toxicodendron diversilobum*, nếu mọc ở vùng Đông Nam Mỹ thì có tên *Toxicodendron toxicarium*. Sồi độc thường mọc gần dây thường xuân độc.

Chất nhựa bên trong những cây này chứa một chất độc gọi là *urushiol*. Nếu ngọn lá bị bẻ hay ngọn chồi bị gãy sẽ ứa ra chất nhựa, nếu đụng vào sẽ làm cho da bị đỏ và gây cho ta cảm giác như đang bị cháy bỏng. Sau đó, da nổi lên những cục đỏ, làm cho da ngứa kinh khủng. Nếu bạn gãi những cục đỏ, tức thì những mảng đỏ tựa mây đầy lộ ra và gây nên nhiễm trùng.

Chất *urushiol* rất mạnh đến nỗi chỉ cần một giọt nhỏ nhựa cây cũng đủ làm phiền hà cho hàng trăm người. Tay bạn có thể làm lây lan đến những phần khác trên cơ thể. Chó hay mèo chui qua lỗ hổng bụi sồi hoặc chạm vào áo quần hay vật dụng chạm vào cây có thể làm cho da nổi mụn đỏ.



Dây thường xuân độc (Poison Ivy): Thường mọc ở vùng Bắc Mỹ. Là loài mọc thấp hay bò dọc theo mép đường, trong rừng có bóng râm, trên đầm lầy, trong công viên, và hàng sau vườn. Lá gồm ba lá đơn. Cây có hoa nhỏ màu trắng và hơi xanh nhạt, còn trái thì hình dạng giống như trái dâu màu vàng nhạt treo lủng lẳng từng cụm.



Về mùa thu, lá trở màu đỏ, vàng kim hay vàng da cam.

Sồi độc mọc ở phía đông Hoa Kỳ rất giống thường xuân độc, chỉ khác ở dưới phiến lá thì có một lớp lông tơ mềm trông có vẻ mượt mà. Còn Sồi mọc ở phía tây cũng giống như thường xuân độc chỉ khác các lá đơn thì to hơn. Sồi độc có hoa nhỏ, xanh vàng nhạt và trái nhỏ màu vàng kem giống như trái của thường xuân độc. Lá đổi màu đỏ đậm về mùa thu.

CÂY SƠN (Poison Sumac) *Toxicodendron vernix*

Mọc hoang khắp rừng núi và đồng bằng nước ta, còn mọc gần những con suối, trong vũng nước hay trong đầm lầy. Là một loại cây nhỏ, cao từ 2-5 m. Khi lá còn non màu tím thẫm. Thân màu xám. Có hoa nhỏ màu trắng nhạt, sau đó trở thành trái tròn cũng màu trắng hay xám mọc thành chùm. Lá gồm có từ năm đến mười ba lá đơn. Còn loài Sumac không độc (non-poisonous sumacs) thì trái màu đỏ. Về mùa thu, lá Sumac độc đổi màu đỏ sáng.

Những người dị ứng với cây sơn sẽ bị phù mắt và cơ thể khi chạm phải



Lưu ý: Đừng bao giờ đốt cây thường xuân độc, cây sồi độc hay cây sơn độc vì chất nhựa bị cháy sẽ bốc vào trong không khí làm cho mắt và phổi nhiễm độc.

CÂY NGỌT NGHEO (roi, củ nhú nhoái)

Là một loại cây nhỏ sống lâu. Lá mọc so le hay mọc đối, gần như không cuống. Hoa to, màu vàng đỏ rất đẹp, mọc đơn độc hoặc gần nhau thành ngù giả ở đầu cành. Quả nang hình chùy, khi chín có màu đỏ tươi.

Cây mọc hoang nhiều ở miền Nam nước ta, những nơi đất ẩm nhưng có nhiều ánh sáng. Đôi khi được trồng làm cảnh. Thân và rễ rất độc



NGUY HIỂM TỪ ĐỘNG VẬT

Gấu: Chúng cũng thường có mặt ở trong đầm lầy. Ở Việt Nam có 2 loài: gấu ngựa và gấu chó.

Gấu ngựa còn được biết đến như là những con thú rất hung hăng đối với con người. Điều này có lẽ chủ yếu là do gấu ngựa sống gần với con người và tấn công khi nó bị khiêu khích.

Gấu chó được tìm thấy chủ yếu trong các rừng mưa nhiệt đới ở khu vực Đông Nam Á. Gấu chó là loài nhỏ nhất của họ Gấu. Nó có đuôi ngắn, trung bình nặng không quá 65kg. Gấu chó đực nặng hơn một chút so với gấu cái.



Gấu ngựa



Gấu chó

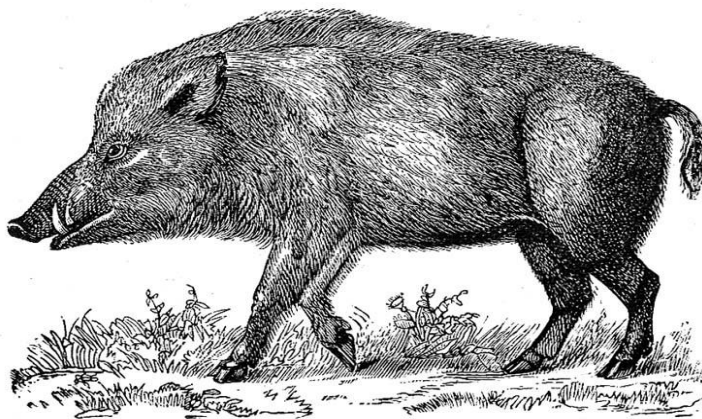
Nếu gặp gấu, hãy bình tĩnh và đi chậm theo hướng ngược lại với nó, tuyệt đối không nên bỏ chạy vì điều này kích thích gấu tấn công. Nhưng nếu chạy thì cũng chạy xuống dốc, vì cũng như voi, gấu là loài nặng nề, rất dễ bị té khi xuống dốc. Không leo lên cây, vì gấu cũng leo trèo rất giỏi. Quan trọng là không được đe dọa nó hay kêu la. Nếu bị gấu tấn công và không có đường tẩu thoát, hãy nằm xuống giả chết và nhớ dùng hai tay để che chắn bảo vệ tốt nhất cho đầu mình.

Hổ (còn gọi là Cọp, Hùm, Ông Ba Mươi): Hổ là một loại thú dữ ăn thịt sống. Phần lớn các loài hổ sống trong rừng và đồng cỏ (là những khu vực mà khả năng ngụy trang của chúng phù hợp nhất), một số sống ở đầm lầy và rừng ngập mặn. Trong số các loại mèo khổng lồ, chỉ có hổ và báo đốm mỹ (jaguar) là bơi tốt.

Là một con thú bơi lội giỏi, hổ có khả năng giết chết con mồi ngay cả khi chúng đang bơi. Một số con hổ thậm chí còn phục kích cả các con thuyền để bắt người hay cá của họ.

Hổ là loài săn mồi dũng mãnh và nguy hiểm. Nhưng ngày nay, do bị săn lùng để lấy xương và da nên hổ đã gần tuyệt chủng, những con còn lại trở nên nhút nhát, thường là lẩn tránh khi thấy con người. Do đó, khi đi trong vùng nghi có hổ thì nên gây nên những tiếng động (mở máy phát thanh, máy nghe nhạc, rung chuông, quất roi vào không khí tạo ra tiếng rít xé gió . . .), hổ sẽ lánh xa ngay.

Heo Rừng: Heo rừng sống chủ yếu ở trong các cánh rừng rậm rạp ven đầm lầy. Chúng ăn cỏ, rễ cây, hoa quả, sâu bọ và những sinh vật thân mềm khác.



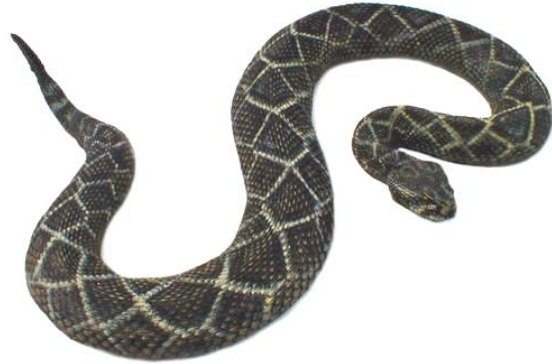
Heo rừng thường không “chùn bước” trước bất kỳ vật cản nào trên đường đi, nó có thể chạy xuyên qua những nơi hiểm trở nhất khi bị săn đuổi, hoặc sẵn sàng nghênh chiến với chó săn. Heo rừng ít khi tấn công con người, nhưng dù sao bạn cũng nên cẩn trọng, ngộ nhỡ gặp một con “heo độc chiếc” vừa bị thương bởi đạn súng săn chẳng hạn, nó sẽ không ngần ngại lao vào tấn công bạn với mục đích “phục thù” đồng loại của kẻ đã sát thương nó. Hoặc một khi đám heo con đang

đứng trước nguy cơ gặp nạn thực sự, heo mẹ sẽ lao thẳng tới, sẵn sàng “xả thân” để cứu đàn con. Đó cũng chính là bản năng của nó, như nhiều loài vật khác.

Rắn: Đây có lẽ là loài nguy hiểm nhất trong đầm lầy, vì chúng hiện diện khắp nơi và khó nhận thấy. Chúng lại có nọc độc rất dễ sợ, có thể gây chết người trong một thời gian ngắn. Ngày nay, rắn là một nguy cơ rất lớn cho những người sinh sống trong vùng hoang dã. Trong vùng đầm lầy thường có các loài rắn như: hổ mang, đuôi chuông, chàm quạp, rắn lục...



Hổ mang đầm lầy (cottonmouth)



Rắn đuôi chuông (rattlesnake)

Đề phòng rắn cắn

Thông thường thì rắn không chủ động tấn công người, trừ trường hợp phải tự vệ. Rắn hay ẩn núp trong các lùm cây, bụi cỏ, đồng lá ú, trên các cành cây, ven bờ nước... Khi di chuyển trong các khu vực nghi ngờ có rắn, các bạn nên:

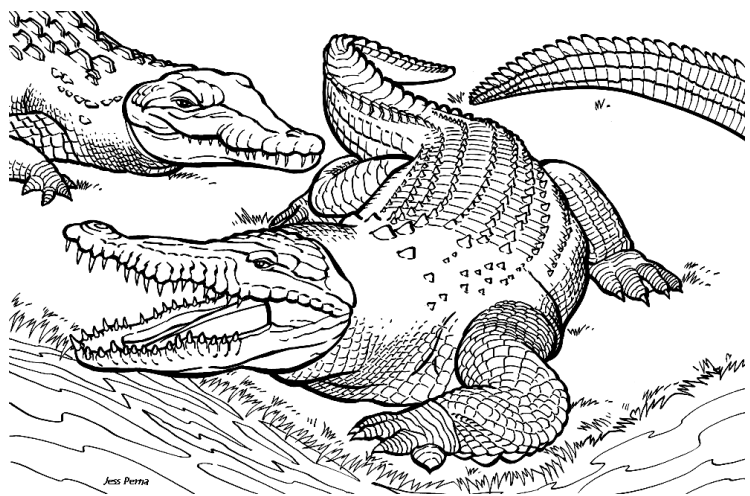
- Cẩn thận xem chỗ mà mình sắp đặt chân xuống
- Dùng cành cây khua khảng vào bụi rậm trước khi thọc tay chân vào để lấy vật gì hay hái trái cây.

- Mang giày ống hoặc mặc quần áo rộng, dài, dày...
- Cẩn thận trước khi mang giày hay mặc quần áo, vì rắn có thể ẩn núp trong đó.

- Tìm hiểu các tập tính và biết cách phân biệt các loại rắn, nhất là rắn độc.
- Biết cách sơ cứu và điều trị khi bị rắn cắn.

Cá Sấu

Các loài cá sấu (lớn hay nhỏ) thường sinh sống trong những vùng hoang vu trên thế giới, trong các đầm lầy, các dòng sông... Cá sấu ít khi chủ động tấn công người ở trên cạn, trừ khi bị khiêu khích, nhưng nếu các bạn đang vùng vẫy dưới nước là một chuyện khác, nó sẽ trở thành hung thần. Trong đầm lầy, cá sấu là loài vật của huyền thoại, truyền thuyết, thi ca và những câu chuyện kinh dị mà nếu có kể từ năm này qua năm khác cũng chẳng hết.



Ở Việt Nam các bạn thường gặp 2 loại cá sấu là:

1- Cá sấu xiêm (*Crocodylus siamensis*). Là loài sấu nhỏ, dài khoảng 3m, thân màu xám, đầu ngắn và rộng, sống ở nước ngọt.

2- Cá sấu hoa cà (*Crocodylus porosus*). Là loài cá sấu có thể dài hơn 8m, thân màu vàng có xen lẫn vảy đen, đầu dài và thuôn, sống ở vùng nước mặn, ven biển.

Con rết (rít, ngô công): Cơ thể của rết thường là nhỏ, nhưng cũng có con dài tới 25 cm. (gần đây, người ta còn tìm thấy ở Trung Quốc loài rết khổng lồ, có thể ăn cả chim và chuột).

Thân dẹt, bao gồm khoảng 20 đốt, mỗi đốt mang một đôi chân. Đầu ngắn, miệng nằm giữa hai hàm trên. Đôi chân thứ nhất biến thành răng hàm có móc chứa nọc độc.

Rết thường ẩn núp dưới các tảng đá, thân cây, lá cây, vỏ cây mục, cỏ khô, rác ẩm... Chúng hoạt động chủ yếu về đêm.

Khi bị rết cắn, tuy không làm chết người, nhưng sưng nhức và đau đớn, có thể gây sốt, khó chịu vô cùng. Các bạn hãy dùng một trong những phương pháp sau đây:

- Bôi vôi hay giã hạt quýt (tắc, kim quýt) đắp vào vết cắn.

- Lấy lá bạc hà, húng chanh, rau sam. Giã nát đắp vào vết cắn.

- Nhai nhỏ một tép tỏi, đắp vào chỗ cắn.

- Đưa chỗ bị cắn vào gần ngọn đèn hay lửa cho thật nóng (không để bị phỏng) để yên vài phút, sẽ giảm đau ngay.

- Bắt một con nhện nhà (tri thù) còn sống, để vào chỗ bị cắn; nó sẽ hút hết nọc.

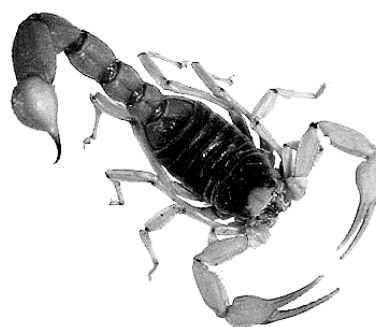


Bọ cạp

Ở Việt Nam, chúng ta thường gặp 2 loại bọ cạp là: bọ cạp núi và bọ cạp củi.

Bọ cạp núi

Là loại lớn, dài khoảng 12cm, mình màu xanh đen, bóng, cặp càng lớn. Thường gặp ở rừng núi, hải đảo, đất hoang... Tuy to lớn nhưng chích không đau nhức bằng bọ cạp củi.



Bọ cạp cúi, bọ cạp xám, bọ cạp lửa . . .

Là loại nhỏ chỉ dài từ 5-6 cm có màu nâu xám (giống màu vỏ cây), màu kem, hung đỏ hay màu vàng nâu. loại này được nhận dạng với đôi càng nhỏ, đuôi màu đỏ hoặc nâu hay sọc nâu và trắng. Thường ẩn mình dưới các tảng đá, đồng cây, hốc cây, khe núi... và cũng hay chui vào các đồng áo quần, giày dép... Loài bọ cạp này chích rất đau nhức, nhất là khi nó đang có chứa.

Khi bị rết cắn hay bọ cạp chích

Nếu nhẹ: sưng nhức, khó chịu.

Nếu nặng: tổ chức cục bộ bị hoại tử làm viêm tuyến bạch huyết, nóng sốt cao độ, đau nhức đầu, lợm giọng, nôn mửa.

Chúng ta có thể dùng một trong những biện pháp sau để điều trị cho cả rết và bọ cạp:

- Lấy hạt quất (tắc) giã nhỏ đắp vào vết thương.
- Lấy lá bạc hà, húng chanh, lá rau sam, giã đắp vào vết cắn.
- Nhai nhỏ một tép tỏi, đắp vào chỗ cắn.
- Ngâm nước thật nóng mà nạn nhân có thể chịu được, để yên chừng 30 phút, thay nước nếu thấy nguội
- Rửa bằng xà bông nước hoặc dung dịch Amoniac.
- Chườm lạnh nhằm làm giảm đau nhức.
- Nếu không thuyên giảm thì chuyển vào bệnh viện.

Ông đốt

Trong đầm lầy có nhiều loại ông khác nhau và cách chích nọc cũng khác nhau. Ông mật thông thường chỉ chích được một lần; sau đó mũi kim dính luôn vào da nạn nhân, con ông sẽ chết. Phần cây kim dính trên da cần thêm 2-3 phút nữa để hoàn thành nhiệm vụ bơm tất cả chất độc vào người nạn nhân. Đó là lý do vết ông chích thường nhức nhối rất lâu.

77



Ông mật



Ông đen



Ông vò vẽ

Các loại ông khác như ông vò vẽ, ông bầu, ông lá, ông đất . . . không có móc ở đầu mũi kim, mũi kim không bị dính vào da sau khi chích. Khoan mừng vội, điều này có nghĩa là con ông đó có khả năng . . . chích bạn nhiều lần! Hãy bỏ chạy khi bị bất cứ loài ông nào tấn công.

Khi bị ông đốt:

- Dùng nhíp nhỏ kim nọc ra
- Rửa vết đốt bằng xà phòng và nước sạch.
- Xử lý như khi bị rết hay bọ cạp cắn
- Chườm nước đá vào vết cắn
- Giữ vết đốt ở ngang mức tim hoặc thấp hơn.
- 7Nẹp bất động phần chi bị đốt.
- Cho nạn nhân nằm nghỉ, không hoạt động nhiều

- Nếu thấy phản ứng nặng, phải đưa đi bệnh viện.

Ruồi Muối

Hai sinh vật này có thể mang bệnh truyền nhiễm đến cho bạn, và cũng có thể truyền nọc độc tạo sự ngứa ngáy qua vết chích của chúng. Đa số chúng ta nghĩ ruồi không chích, và không gây ngứa do chưa từng bị chúng chích. Thực ra, trong thiên nhiên hoang dã, một số loại ruồi (con mòng) có khả năng chích và hút máu như muỗi. Một số loại ruồi trâu to bằng đầu ngón tay, có nọc độc đủ làm trâu bò phải rống lên khi bị chích phải.

Khi bị ruồi muỗi chích, hãy dùng những phương pháp sau đây:

- Rửa thật kỹ vết thương bằng xà phòng, sau đó mới bôi alcol hoặc các thuốc sát trùng khác có bán tại nhà thuốc tây.

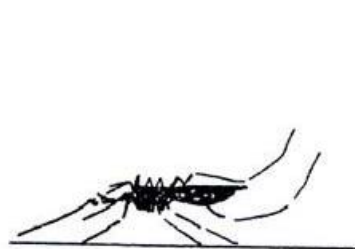


Con mòng



Ruồi trâu

- Dùng một viên aspirin nghiền nát, trộn với một vài giọt nước và đắp lên vết chích côn trùng ngay sau khi bị chích. Nó sẽ không bị nổi mẩn và không bị ngứa. Nếu không có phương tiện nghiền nát viên thuốc, bạn có thể thấm ướt chỗ bị chích, rồi xát viên aspirin lên đó.



Muỗi thường



Muỗi Anopheles

Làm vết chích không bị ngứa: Vết chích ruồi muỗi nhiều lúc làm bạn bị ngứa trong một hai ngày. Nếu bạn bị nhạy cảm hoặc dị ứng, vết này có thể kéo dài nhiều ngày và sinh ra những biến chứng khác. Một số phương pháp ngăn ngứa như sau:

- Dùng một cục nước đá đặt lên vết chích chừng 5 phút.
- Dùng muối ăn trộn với chút nước cho sệt sệt rồi bôi lên vết chích.
- Trộn một thìa cà phê bột nở (baking soda) vào một ly nước, khuấy đều, sau đó thấm vào một miếng bông gòn hoặc khăn giấy rồi đắp lên vết chích từ mười đến hai mươi phút.
- Xoa dịu vết ngứa bằng thuốc kháng Histamine. Loại này thường dùng trị sổ mũi, nghẹt mũi, bán không cần đơn tại bất cứ nhà thuốc tây nào.

Phòng ngừa bằng các thuốc bôi chống muỗi: Bôi các thuốc này lên khắp người để chống muỗi và các côn trùng khác. Cần thận khi bôi thuốc quanh mắt, sẽ rất khó chịu khi thuốc dính vào mắt.

Đĩa và vắt cắn

Đĩa là một nhóm sinh vật sống dưới nước thuộc ngành Giun đốt (*Annelida*). Chúng có thân mềm và nhầy phù hợp với việc bơi lội trong nước. Thức ăn của đĩa là máu các loại động vật. Miệng đĩa có giác hút để châm vào con mồi và hút máu. Đĩa tiết ra chất chống đông máu nên vết chích sẽ bị chảy máu liên tục. Một số bệnh viện đã dùng đĩa để chống bệnh máu đông cho bệnh nhân.



*Dùng cây nhỏ hay dao
bỏ túi để gạt con vắt ra*

Đĩa thường sống ở ruộng, ao hồ, đầm lầy. . . vắt cũng giống như đĩa nhưng nhỏ hơn đĩa và sống trên cạn, trong rừng, dưới những đám lá ẩm mục.

Khi bám được vào người, đĩa thường chọn chỗ có mạch máu, nhưng vắt thì len lỏi vào những nơi kín đáo như háng, nách . . .

Đĩa và vắt rất kỵ với nước miếng, muối, vôi ăn trầu, xà phòng, thuốc muối . . . bơi vào chúng sẽ rút ra ngay.

Vết thương của đĩa và vắt cắn sẽ tiếp tục chảy máu cho nên phải tìm mọi cách để cầm máu, sát trùng. . .



*Trước đây, người ta dùng
đĩa để hút máu độc, máu
bầm . . . Ngày nay, y học
hiện đại cũng sử dụng đĩa
để làm những công việc
tương tự.*

Để chống vắt cắn, các bạn có thể dùng một nắm thuốc lào nhúng nước cho ướt rồi thoa khắp chân tay, giày dép . . . bảo đảm không có con vắt nào dám đụng đến bạn.

VƯỢT ĐẦM LẦY

Dấu hiệu để báo cho các bạn biết vùng lầy lún hoặc cát lún là sự hiện diện của những mạch nước trào từ từ ở dưới đất lên. Những mạch nước này giữ cát, bùn và các tạp chất lơ lửng một lớp (có khi) rất mỏng. Chúng ta thường gặp những nơi như thế này ở vùng đầm lầy nhiệt đới (có khi rộng hàng ngàn hecta). Đất ở đầm lầy xốp, mềm, đi đứng khó khăn, ở đó còn có những chỗ có sức lún khủng khiếp, nếu người hay động vật lọt vào mà không biết cách tự cứu, có thể bị chìm chết. Ngoài ra, sự nguy hiểm còn do khí

hậu ở đầm lầy rất ẩm ướt, lạnh giá, đủ sức làm cho người ta chết cứng. Đây là một khu vực rất tồi tệ, nếu chúng ta bị lạc vào một vùng như thế này mà không chuẩn bị hay có kiến thức về nó thì thật là tai họa.

Trường hợp các bạn buộc phải di chuyển bằng qua đầm lầy mà không có một phương tiện gì, thì xin các bạn lưu ý những điểm sau:

- Cầm theo gậy nhẹ, dài, vừa dò đường vừa làm vật cản để bám víu khi bị sa lầy.
- Đi men theo vùng đất có cây cối, đặt chân lên những bụi cỏ, nếu đầm mạnh mà thấy mặt đất rung rinh thì đừng bước tới mà đi vòng để tránh.
- Những nơi có mặt đất bằng phẳng, không cây cỏ, có màu xanh đen hay đóng rêu thì thường là vũng lầy. Hãy cẩn thận.
- Tuyệt đối không di chuyển trong đầm lầy vào ban đêm, hay khi mưa gió, sương mù . . . Những lúc này nên tìm chỗ trú ẩn khô ráo, kín gió, chờ cho đến lúc thuận tiện.
- Không nên cởi ba-lô, áo mưa . . . khi di chuyển trong đầm lầy. Nếu bị lún, những vật này sẽ tăng thêm lực cản như những cái phao.
- Nếu có bạn đồng hành, tốt nhất nên dùng dây cột lại với nhau để có thể cứu viện cho nhau.
- Vì phải tránh những vũng lầy và chướng ngại, cho nên các bạn rất dễ bị mất phương hướng. Phải kiểm tra bằng địa bàn thường xuyên. Nếu không có địa bàn, phải chọn một điểm chuẩn để trông thấy để làm đích mà đi tới.

SA LẦY

Nếu phát hiện hai chân các bạn đang bị lún dần thì không được vội vàng rút chân hoặc vùng vẫy, vì càng vùng vẫy thì càng bị lún nhanh hơn và cũng mau chóng tiêu hao sức lực hơn. Các bạn hãy bình tĩnh sử dụng một trong hai phương pháp sau:

Phương pháp 1

Nhanh chóng và nhẹ nhàng ngã người ra phía sau, nằm ngửa mặt hướng lên trên. Đồng thời giang rộng hai tay để tăng diện tích tiếp xúc với mặt lầy. Nếu có gậy dò đường thì lót nằm ngang ở dưới cơ thể.

Sau khi đã nằm xuống thì nhẹ nhàng rút chân lên, dùng tư thế như bơi ngửa chậm rãi di chuyển về phía đất cứng vừa mới đi qua. Vói tay lên đầu, nếu có gốc cây, gốc cỏ... thì nắm lấy để mượn lực mà kéo người tới.

Khi bị sa lầy, lập tức lót gậy dưới lưng và nằm ngửa ra



Đặt gậy thẳng góc với thắt lưng, làm cho hông của bạn nổi



Cẩn thận từng động tác một, chậm chậm để cho bùn và cát có đủ thời gian lấp đầy những chỗ trống do tứ chi hay cơ thể rút đi.

Phương pháp 2

Dang tay ra, nằm sấp xuống, bụng và ngực ép sát trên bùn, lót gậy dò đường xuống dưới ngực. Tìm cách rút một chân lên, co lại, dùng toàn bộ căng chân đó tì lên mặt lầy rồi từ từ rút chân kia lên. Khi đã rút được hai chân lên rồi, thì từ từ trườn tới như rắn hay như tư thế bơi sấp. Phân bổ trọng lượng cơ thể cho đều.



Nếu có người đồng hành bị sa lầy, thì không nên vội vàng liều lĩnh lao tới cứu, mà bảo người đó nằm ngửa, bất động. Sau đó, cẩn thận thăm dò từng bước chân. Chỉ khi nào biết chắc là đất dưới chân mình có thể chịu đựng được thì mới tiến tới gần nạn nhân, ném dây hay đưa gậy cho họ nắm lấy, rồi cùng với sự hỗ trợ của chúng ta, đưa nạn nhân đến chỗ an toàn.

Nếu có người đồng hành bị sa lầy, thì không nên vội vàng liều lĩnh lao tới cứu, mà bảo người đó nằm ngửa, bất động. Sau đó, cẩn thận thăm dò từng bước chân. Chỉ khi nào biết chắc là đất dưới chân mình có thể chịu đựng được thì mới tiến tới gần nạn nhân, ném dây hay đưa gậy cho họ nắm lấy, rồi cùng với sự hỗ trợ của chúng ta, đưa nạn nhân đến chỗ an toàn.

Nếu chân dưới đất của các bạn không được rắn chắc, thì các bạn cần nằm sát xuống để tăng diện tích tiếp xúc trước khi ném dây hay đưa gậy cho họ.

- Nếu gần đó có cây cối thì dùng một đầu dây cột vào gốc cây, đầu dây kia ném cho nạn nhân hay cột vào người mình trước khi đi cứu nạn nhân.



Trước khi vào đầm lầy

Đầm lầy là một nơi rất nguy hiểm, các bạn không thể coi thường khi vào những nơi đó. Vì nếu không có kiến thức và kinh nghiệm, đầm lầy có thể nuốt chửng bạn. Vì vậy trước khi lên kế hoạch vào đầm lầy, các bạn nên:

- Nói chuyện với dân địa phương để tìm hiểu về những lối đi trong những dòng kênh, những vùng đất có thể cắm trại hay lưu trú.
- Hãy hỏi về bất kỳ dòng nước đặc biệt nào trong các con kênh mà có thể giúp cho bạn một khả năng phán đoán để định hướng, hay các dòng nước chảy mạnh có thể giúp các bạn di chuyển nhanh hơn dự kiến.
- Hãy hỏi về bất kỳ sự thay đổi bình thường và bất thường nào về thời tiết, khí hậu trong thời gian gần đây. Những chi tiết này có thể không được ghi chính xác trên bản đồ hay trong tài liệu của bạn. Một ví dụ là lượng mưa quá mức năm nay có thể đã làm ngập lụt một số cồn, đảo . . . mà bạn dự kiến sẽ nghỉ ngơi hoặc lưu trú.
- Để lại một bản sao chương trình và kế hoạch cũng như các thông tin về chuyến đi và ngày giờ trở về của bạn cho người thân hay nhân viên có trách nhiệm.
- Tham khảo và sử dụng các tài liệu hướng dẫn, ít nhất là trong các chuyến đi ban đầu.

