

急救时您还在用“土办法”吗?

科学的急救方法才能给身边人最好的保护

□本报记者 张诗绮

被鱼刺卡住了,您还在吃醋吗?被开水烫伤了,您准备往伤口涂抹牙膏吗?有人心脏病突发,卧倒在地,你会急忙将他抱送到医院吗?上面说的这些应急方法都是错误的。前不久,家住羊山新区的毛先生在与记者交谈时,提到了一些问题,希望大家能够警醒。

毛先生是位80后,孩子还不到一岁。毛先生告诉记者,自孩子出生以来,自己每天在茶余饭后,都会在生活中收集一些突发事件的应急办法,主要原因是,孩子成长需要保护,父母年纪越来越大,更需要悉心照料,而他,则是那位“撑伞人”。通过不断学习,毛先生发现,以前很多所谓的“土办法”都是错误的,常常会弄巧成拙。就我们前面提到的那三种情

况,毛先生说:“鱼刺卡住不能用馒头等往下咽,因为这样很可能使稍微大点的鱼刺越扎越深;被开水烫伤,也不能涂抹牙膏,因为很可能增加感染的几率;心脑血管疾病突发,不能轻易挪动患者,马上背着病人上医院更不可取,这样会使病情急剧恶化。这些知识都是在网上收集的,对家人的健康与保护,我觉得十分重要。”

的确,像毛先生这一代人,如今上有老下有小,但是忙碌的工作很可能让他们忽视了一些问题,而这些问题,常常威胁着身边人的健康。毛先生给我们讲述了一个身边鲜活的例子:毛先生的同事孩子刚三岁,一个多月前,同事带着孩子去他家做客,家里煮了一大锅豌豆,同事的儿子便津津有味地吃了起来。突然,同事大喊,说孩子被豌豆米卡住了,憋得满面通红,他赶紧

让孩子弯下腰,用力地拍其背部。虽然豌豆米被咳了出来,但是毛先生从厨房出来后告诉同事,这样做根本不可取,如果豌豆米卡的再深一些,拍背是没有用的。同事很不解,因为从小到大,类似这样的情况老人都是这么处理的。毛先生向同事讲解道,这种情况应该用“海姆里克法”来解决。毛先生说:“孩子小的时候,很可能被糖、花生米等卡住喉咙,一旦出现这样的情况,就要马上从后面抱住他,双手紧扣其上腹部,然后向内挤压,直到孩子把东西咳出来为止。”

气管被异物卡住也叫急性呼吸道异物堵塞,在生活中并不少见,尤其是对于不懂事的孩子来说,是十分危险的,严重者可能导致缺氧性休克。毛先生从屋内取出一份自己整理的资料,上面详细地介绍了“海姆里克法”,内容是“海姆里克腹部冲击法(Heimlich Maneuver)也

称为海氏手技,是美国医生海姆里克先生发明的。1974年他首先应用该法成功抢救了一名因食物堵塞呼吸道而发生窒息的患者,从此该法在全世界被广泛应用,挽救了无数患者的生命,因此该法被人们称为生命的拥抱。急救者环抱患者,突然向其上腹部施压,迫使其上腹部下陷,造成膈肌突然上升,这样就会使患者的胸腔压力骤然增加,由于胸腔是密闭的,只有气管一个开口,故胸腔(气管和肺)内的气体就会在压力的作用下自然地涌向气管,每次冲击将产生450毫升至500毫升的气体,从而就有可能将异物排出,恢复气道的通畅。”

毛先生希望通过记者告诉大家,为了保护好自己的亲人、朋友,在空闲的时间还是应该多学习一些急救常识,为人父母、赡养老人,也同样是与科学分不开的。

□张诗绮

父母年纪大了,孩子又嗷嗷待哺,我们拿什么去关爱、保护他们?是钱吗?当然不是。很多人每天埋头苦干,赚钱养家,工作之外还疲于应酬,费心交际,他们总以为挣的钱多,就能够给家人提供很好的生活,其实不然。健康才是家庭幸福的第一要素,是再多的钱也买不到;健康知识,正是这一“武器”,它能更好地保护我们的亲人,给他们更多的关爱。

多学习一些健康,让自己更加健康。我们是家的顶梁柱,撑着;我们是家的马达,转着。我们如果不健康,家怎么办?我们先来看看这些令人痛惜的人们:女演员李钰因患淋巴瘤医治无效,在北京协和医院病逝,终年33岁;香港著名女艺人梅艳芳因罹患子宫癌,年仅40岁;台湾歌手阿桑,因罹患乳腺癌晚期医治无效,病逝于台湾新店慈济医院,享年34岁。她们都是明星,她们的工作都很忙,忙得心力交瘁,忙得忽视了健康。如果她们能够多学一些健康知识,多注意些身体,提早发现问题,也许就不会有英年早逝,更不会有白发人送黑发人这样的悲剧发生。

家人的健康,更需要健康知识。如今,社会的发展让我们的生活中又增添许多“新事物”,比如说甲醛,还有一些不健康的食物。老年人没有广泛的接受这些知识的渠道,意识上可能也很欠缺,而孩子则是缺乏自我保护意识,这样就需要我们为家人撑起一把保护伞,不仅自己要多学习一些健康知识而且要向家人灌输一些健康知识;买家具不要只买贵的,一定要买味儿小,甲醛含量低的;油炸的食物虽然好吃,但毕竟不是很健康;清早起来不要大早出去锻炼,黎明前的空气质量其实很不好等等。这些知识必须变成我们的常识,这样,家人健康,家才能幸福。

拿起这个「武器」保护家



加强监管 确保安全生产

市安全监管局调研组赴新县调研指导安全生产工作

本报讯(马德波)为深入了解和掌握基层安全生产工作实际,进一步推动和改进安全监管工作,日前,市安全监管局相关科室同志组成调研组赴新县调研指导安全生产工作。

此次督导组采取实地督导和座谈调研的形式进行。期间,调研组一行首先召开新县安全监管局领导班子专题座谈会,就贯彻落实市安全生产工作会议精神和健全安全生产责任体系以及加强烟花爆竹安全监管等方面工作进行交流座谈。

调研组强调,安全系于责任,各级各部门要把安全生产责任体系建设放在统揽全局工作的重要位置,健全自下而上严密的责任体系,用制度落实,责任落实推进工作落实。要认真贯彻落实市政府关于安全生产责任体系的一系列制度文件,抓紧构建覆盖辖区的无缝隙、网格化安全生产责任体系,严格落实“一岗双责”,切实落实政府、部门的属地管理和行业监管职责。要全力抓好安全生产责任体系的宣传贯彻工作,让政府、部门的每位领导干部能认清责任、明晰责任,进而主动承担责任。各级领导干部要把安全责任落实到抓安全生产的具体行动上,对安全生产的政策和方针要做到心知肚明,对辖区的安全生产状况要做到心中有数,对辖区和行业的安全生产工作要走到位、查到位、改到位。要把行政问责作为推动安全责任落实的重要手段,严厉打击迟报、谎报、瞒报事故行为,严格查处每起事故,严肃追究事故责任单位和责任人的责任,用严管安全生产“倒逼”发展观念转变。

随后,调研组一行实地检查了烟花爆竹经营公司的安全生产工作。



5月26日上午,浙河区五里店镇邓楼小学和尹台村小学的学生们收到了一份特别的儿童节礼物,广州尚品宅配家居有限公司与信阳市家之喜装饰工程有限公司共同为两所学校捐赠了155套、价值3万多元的课桌椅。据了解,该活动属于尚品宅配发起的“爱尚计划·爱上学”计划中的一个部分,目前已在全国推广,辐射40余所贫困地区的中小学校。今后尚品宅配还将继续用实际行动改善贫困小学教学环境,免费为地方一些贫困中小学校定制课桌椅,因为孩子们兴高采烈地搬新桌椅。

本报记者 张诗绮 摄

“咱老百姓的艺术品拍卖会”

□本报记者 孙浩然

日前,“2014年春季书画拍卖会”在金牛山文化公园何家安美术馆举办。

据了解,此次拍卖会是由信阳天源拍卖公司主办的一次大型的拍卖活动,活动设有近现代名家书画作品专场、无底价专场以及民俗文化专场。其中,字画专场不乏实力派画家的得意之作,如史国良、启功、王晋元、舒同、贾平凹等众多书画名家的精品;民俗文化专场包括河北武强年画、陕西凤翔老木板年画、旧年画、剪纸等。

拍卖会结束后,记者通过主办方了解到,此次拍卖会成交拍品243件,成交率为74%,总成交额为人民币957000元。



5月24日晚,武林风环球拳王争霸赛信阳站比赛在信阳市体育馆震撼开战。国内一流搏击高手武僧一龙、“死神”方便、邱建良、李宁、邓泽奇等强势出战,迎战来自泰国、法国、瑞典、意大利、巴西等地的外国拳手。图为比赛现场。本报记者 郝光 摄

手持扫帚写人生

——记环卫女工陈金云

□本报记者 赵锐

在我们的城市里,有这样一群人,他们身穿桔黄色环卫服,日复一日,年复一年,用沙沙的扫帚声为人们迎来黎明。陈金云,就是其中的一个。数十年,无论寒冬酷暑,还是风里雨里,她都一直手握扫帚,无怨无悔地和同事们一起清扫着脚下的每一寸土地,用自己微弱的光华诠释了“脏了我一人,洁净千万家”最美环卫工人的真正涵义。

记者采访陈金云时,她正在清扫满地的柳絮,身上、头发上像落了一层柳絮。她看到记者有些不好意思,用一块旧毛巾擦了擦脸。“怎么这个时间点还在清扫?午间不是清扫一次了吗?”记者问道。“现在不分是清扫时间段了,脏了就扫,不敢停,每天在这条路上来来回回地扫。”陈金云边扫地边回答道。陈金云所负责的路段是我市“景观路”,沿河种植的都是柳树,三四月飘柳絮,九十月飘落叶。正值柳絮的季节,路边的柳絮像一团团棉花般,随着过往的车辆,漫天飞舞,陈金云就在这漫天柳絮里挥着她的大扫帚,一遍遍地扫着。她说:“这不算啥,到了秋天,柳树

叶又细又长落了满地的时候,根本没法扫,就得一片片弯腰捡,那个时候辛苦些,一整天下来,腰都直不起来了!”

采访中,身边过去几辆装载着石子的大货车,过一趟路边就撒下来好多石子,陈金云二话不说,拿起大扫帚就跟着开始扫了。忙活了一阵清理干净了,她跑过来冲记者笑笑:“石子必须赶紧扫干净,要不过往的其他车辆太不安全了!”“每天都有这样的大货车吗?”记者问到。她点点头,指指前面的彩虹桥,说:“桥洞限高,有些工程车辆装得货物过高,过桥的时候蹭下来许多石子、石粉、沙,那个比较麻烦,要先用铁锹撮一遍,再用大扫帚扫一遍,最后用自己扎的毛扫帚推灰,这样才能扫得干净!由于这些东西重量太沉,没多长时间垃圾车就会坏掉,一年反反复复不要焊多少垃圾车的底梁。”

采访中,陈金云所在路段的负责人胡大姐赶了过来。胡大姐直直地快地说:“她家情况有点特殊,可她从没因为家里的事耽误过一天的工作。”陈金云一听,赶紧打断了胡大姐:“自己家的事,别说了!”胡大姐不乐意了:“大家关心你,这是实际情况,有啥不能说的!”原来,陈金云有两个

儿子,大儿子正在上大学,小儿子出生就是脑瘫,个人生活无法自理,家庭生活十分困难。尽管如此,陈金云仍然13年如一日,兢兢业业,从未请过半天假。胡大姐说,前年10月份的时候,由于正是路落落叶量大的时候,陈金云一大早上起来给小儿子下了碗水饺,由于惦记这条路,她顾不上照顾小儿子吃完饭,就匆匆赶去上班了。到了中午,隔壁下班回家的邻居听到她家小儿子在屋里大声哭泣,慌忙给她打电话,她赶回去一看,原来儿子把早上刚出锅的一碗水饺弄翻了,肚子上、腿上全烫伤了,虽说后来在邻居的帮助下把孩子送到154医院治疗,但由于耽搁时间太久,现在儿子身上还留下很大的一片伤疤,每当想起此事她心里就很不滋味。看着陈金云瘦弱的身影,想着她所承担的一切,记者心中不禁有些酸楚。

采访最后,记者问她:“环卫这项工作,觉得辛苦吗?”她有些不好意思地说:“干这个工作,累是累了点,可是,扫干净了,得到了大家认可,累点我也心甘情愿!”就是这样一位朴实的环卫工人,全心全意地守护着她的路,用实际行动诠释着厚重的环卫精神。

“讲文明树新风”公益广告

文明中国 礼仪之邦

文明是最美的风景

眼中之美,源于自然;心灵之美,彰显文明。
旅途中的风景,用目光去发现;生命里的风景,靠行为来雕刻。

信阳日报社 宣

中央文明办 人民日报社