儿童乘车 家长安全意识亟需提高

■记者 张丽萍 通讯员 方杨洁

随着学校开学，学生的安全出行问题，再次引起了大家的关注。接送孩子上下学，也成了大部分家长每天的重要任务。连日来，笔者就儿童乘坐汽车情况进行了调查，发现隐患重重。

儿童乘车缺安全防护

昨天8时30分许，在市区中心幼儿园门口，大部分乘坐私家车上学的幼儿，以站立或坐在副驾驶室为多，一部分孩子虽然坐在后排，但都没有采取任何的安全防护措施，鲜少看到有家长使用儿童安全座椅。在建设路小学、实验小学等学校门口观察到的情况也大同小异。有小孩甚至站立着将身子探出汽车天窗玩耍。10时许，在乐清市妇幼保健院门口，可看到就诊的孩子，大多由家长抱着坐在副驾驶座上。

家长安全意识欠缺

在调查中，80%的家长认为有孩子在车上时，开车会注意些，在市内开，车速也很慢，没有必要装安全座椅。家长钱某说，之前也想买个儿童座椅，可觉得有些贵。“我女儿马上就要上幼儿园了，平时出门一般都抱着，没出什么意外，而且这个儿童座椅使用时间不长，大一点就不需要了。”也有很多市民认为，孩子抱在自己身上更安全。

其实，家长这些不正确的观点，正是导致儿童在交通事故中伤亡的主要原因。无论是怀抱幼儿还是让儿童单独坐在座位上，都存在一定的安全隐患。

当发生交通事故时，怀抱幼儿的做法并不能使孩子免于灾难。研究表明，当汽车以每小时48公里的车速行驶时，碰撞会使7公斤的幼儿产生275公斤向前冲击的力量，孩子会像子弹一样飞出，这样的速度是任何成年人都无法控制的。随后，飞出的孩子遇物体受阻时会产生往回的弹力，与大人向前的冲击力发生再次碰撞，致使怀抱的孩子受到二次伤害，后果不堪设想。

孩子在乘车过程中的不安分，也容易使驾驶人出现分心而导致意外发生。1月13日下午，城南街道良港路与中济路交叉口附近，一辆白色雪佛兰轿车与市政公路养护作业车发生碰撞，导致两车不同程度受损，一名市政公路养护人员在事故中受了伤。而事故就是雪佛兰轿车内孩子的吵闹导致驾驶人分心所致。

应当重视儿童乘车安全

目前我国约有9000万7岁以下的儿童，每年约有1.85万名儿童死于车祸，交通事故已成为我国儿童的第二大意外死因。近两年来，我市共有6名儿童死于交通事故，以在车内受到二次碰撞导致死亡的居多。“据有关部门研究，发生碰撞时，如果车内儿童使用了儿童安全座椅，孩子遭受致命伤害的可能性会大大降低；1岁以下婴儿致命可能性降低70%，1岁至6岁幼儿致命可能性降低54%。正确使用儿童安全座椅，能有效降低儿童在交通事故中可能遭受的伤害。”交警介绍说。

所以，为了孩子的安全，还是建议各位家长都为孩子配备必要的乘车保护设施。

Jiaojing 链接

儿童保护配置全搜索

增高坐垫

增高坐垫适用于4~12岁的儿童，让孩子坐在增高坐垫上以达到成人的设计高度，就能够正常使用安全带。

儿童锁

加装儿童锁后，后排车门只能从外面打开，避免了儿童无意中打开车门而造成的危险事故。当车门闭锁状态下发生碰撞，车门锁会自动解除，这样车内儿童可以及时打开车门脱离险境。

防夹手车窗

儿童天性好奇而且好动，如果不带防夹手功能，电动摇窗机产生的升力完全可能伤害儿童稚嫩的小手。许多新款车型，都开始装备车窗防夹手功能的装置。

可调高度安全带

大龄儿童的身高已经接近于成年人，那么安全带高度调节这项功能就有价值了。可调高度的安全带并非所有车型都配备，细心的家长不妨关注一下。

Jiaojing 图说交通规则

如图所示，车辆在拥挤路段排队行驶时，遇有其他车辆强行穿插行驶，以下说法正确的是什么？

A、迅速提高车速不让其穿插
B、持续鸣喇叭警告
C、迅速左转躲避
D、减速或停车让行

正确答案：D

试题解释：虽然说穿插行为很可恶，但是为了不发生事故，还是要减速让行。

曝光台

违法内容	违法车牌	违法时间	违法地点
通行人正在通过人行横道时未停车让行的	浙C5GE32	2016/2/20 13:44:15	宁康东路与乐怡路交叉口
	浙CZ8P06	2016/2/20 14:34:00	
	浙BQ3P06	2016/2/20 15:01:59	
	浙C076L0	2016/2/20 15:10:36	
	浙CF27L2	2016/2/20 15:27:24	
	浙C009DS	2016/2/21 10:37:06	清远路与丹阳路交叉口
	浙CQJ737	2016/2/21 10:47:57	
	浙C260ZU	2016/2/21 10:48:17	
	浙C5XL30	2016/2/21 10:53:08	
	浙C7711R	2016/2/21 11:01:13	

吃“发物”会影响伤口愈合吗

病人术后恢复 应该吃什么

■杨杰

作为一名外科大夫，经常有病人或者家属在手术前后问：吃什么刀口好得快？哪些东西要忌口？是不是不能吃发物？尤其是发物这个东西，问的特别多。也不知道从什么时候开始民间流传着这么一个说法：术后的病人不宜吃‘发物’，会影响伤口愈合。

什么是发物没有统一说法

听到‘不能吃发物’这种说法，有时候我们也会反问家属一句‘什么是发物’。

听到比较广泛的说法就是，蘑菇、鱼、虾、羊肉、鸡鸭等是“发物”，但也没个统一的说法。而且在不同的地方，发物的种类也不尽相同，在有些地方，香菜、葱、姜等调料，苹果、橘子、李子这样的水果，还有牛奶、鸡蛋都被列到了“发物”的行列。

要是真写一本综合全国各地的‘发物大全’，可能就没有什么不是‘发物’了。要是术后真的不能吃发物，那就没什么可以吃了。

但是在我们看来，只要有营养、能吸收的食物，都是可以吃的，目前没有有效证据说明‘发物’影响伤口愈合。

真正影响伤口愈合的因素

其实只要营养充足，吃什么不是影响伤口愈合的主要因素，真正影响伤口愈合的因素有以下几点：

年龄：年龄越大，伤口愈合越慢。

高血糖：长期血糖控制不佳，容易伴有血管病变，会影响伤口愈合，也容易发生感染。

感染：伤口感染时，渗出物很多，会使正在愈合的伤口或已缝合的伤口裂开，或者导致感染扩散加重损伤，伤口感染的发生与肥胖、糖尿病有关。

局部血液循环差：局部血液循环一方面保证组织再生所需的氧和营养，另一方面对坏死物质的吸收及控制局部感染也起重要作用。所以术后需要通过适量的活动来促进血液循环。

吸烟：吸烟者血液循环中一氧化碳和血红蛋白的结合，降低了对氧的运输能力，尼古丁会使周围血管收缩，影响伤口愈合。要做手术的话，还是不要吸烟了。

心理因素：心理压力、情绪会影响神经内分泌及免疫系统的功能，使伤口愈合减慢。

术后病人应该怎么吃

与民间说法相反，鱼虾、羊肉等‘发物’其实都是高蛋白食物，只要患者平时不过敏，是有利于伤口愈合的。

手术后如果恢复了正常饮食，要注意以下几点：不要迷恋高蛋白。术后的饮食应该多样化，注意营养平衡，不要只顾着高蛋白，馒头、米饭等主食也要吃够，否则吃多少蛋白粉也无济于事。不要迷恋鱼汤鸡汤。乳白色的汤看起来很有营养，很“补”的样子，其实是乳化的脂肪、调味料、嘌呤加上少量的氨基酸，营养还是多在肉里。喝鸡汤鱼汤的话，记得把鱼肉鸡肉吃掉。术后饮食要易消化。术后的饮食，烹饪方法以炖、煮、蒸为主，少用油炸和烧烤。不要迷恋喝粥。相比其他食物，白粥确实好消化，但粥里没有什么营养。在手术后刚刚恢复饮食，胃肠功能还在恢复期的时候，喝白粥非常合适，但长期只喝粥来‘养胃’，营养就会跟不上，一定要及时恢复多样化的饮食。

最后，特别提醒大家的一点就是：该不该吃，要严格遵医嘱。尤其是腹部手术，医生术后都会告诉家属‘不要吃东西喝水’，这时候患者的营养需求医生会通过静脉输液来补充，不用担心患者的营养会跟不上。照顾病人的人要听医生的，不要觉得‘喝点儿水没事’‘吃一点儿粥没事’，否则，最终受害的是患者。

扫一扫
关注“乐报乐健康”

只要您扫一扫“乐报乐健康”微信公众号二维码加以关注，就可以接收各种健康养生资讯与本地医疗卫生的最新信息啦！

Jiankang 养生馆

为什么晕倒了要做这么多检查

大部分引起晕厥的原因都是些小毛病，不需要特别的治疗。但如果是突然出现的晕厥，还是建议尽快去看医生，以免耽误病情。

以下情况需要注意：首次晕厥；反复晕厥过；晕厥导致受伤了；孕妇或贫血、糖尿病、心脏病患者等特殊人群；丧失意识前，有胸闷、心律不齐或者心跳剧烈等症状；有大小便失禁的情况；意识丧失的时间长达数分钟及以上。

晕厥后就诊时，医生会特别询问在什么情况下出现晕厥，例如当时在做什么、周围是什么环境等。同时，医生也可能建议做以下检查：

心电图。如果医生认为晕厥是由于心脏问题导致的，他会建议去做心电图。心电图是一种简单、无痛的检查，一般只需要五分钟左右。在做检查时，医生把电极片分别粘贴在人的手、脚和胸前，这些电极片会将人心跳时的“生物电”活动情况传输到仪器上，显示为一条波折的线，医生就能通过观察图像了解心脏是否有异常。

颈动脉窦试验。如果医生认为晕厥与颈动脉窦综合征有关，他会按摩患者的颈动脉窦。颈动脉窦是颈内动脉起始处的膨大部分，动脉血管壁内有压力感受器，能感受血压的变化，进而通过神经传导控制血压升降。如果在按摩后出现了晕厥或者头晕的症状，那么晕厥很可能是颈动脉窦综合征引起的。

血液检查。有时候医生会建议抽血检查，一般是为了排除糖尿病或贫血等疾病。

其他检查。医生还会分别在患者躺着和站着的时候测量两次血压。如果患者站起来后的血压比躺着的时候明显更低，那么可能是体位性低血压。确诊体位性低血压后可能还需要做一系列的检查来确定病因，因为服用一些药物也会引起体位性低血压。 （丁香）

本栏目由 北京同仁堂 协办
地址：乐清市区良港东路22号
电话：0577-57189988

男人乱补肾的严重后果

Jiankang 保健坊

中医里面所说的“肾”，是一个综合概念，首先，肾具有构成人体和维持人体生命活动的功能，决定人体的生长、发育和生殖；其次，肾还对维持体内水液的代谢起着重要的调节作用；最后，肾还有助于配合肺的呼吸功能，让呼吸平稳深沉。所以，当一个人出现了发育迟缓、精力体力不足、性功能下降、生育能力障碍等情况时，就可以考虑这个人是不是肾虚了。不过，生命现象十分复杂，这些问题也很可能不是肾虚造成，如果以偏概全，盲目补肾，会给男性带来很多伤害。

第一，破坏体内阴阳平衡。补肾药要么补阴，要么补阳，正常人长期服用后会破坏这种平衡，引发疾病。可能出现口干舌燥、心烦、起痘等上火的表现，也可能出现食欲下降、舌苔厚、便秘等问题。

第二，容易用错药，加重病情。肾虚简单可以分为肾阴虚和肾阳虚，二者的临床表现和发病机理是不同的，所以补肾的时候首先要分清楚是肾阴虚还是肾阳虚。如果是肾阴虚却用了补肾壮阳的药，就像火上浇油；如果是肾阳虚却用了滋补肾阴的药，就像雪上加霜，不仅治不了病，还会加重病情。

第三，对老年人造成严重伤害。许多老年人把自然的衰老现象归结为“肾虚”，过度地补肾壮阳。而补肾壮阳品，药性大温大燥，久服后易出现口干舌燥、口渴多饮、鼻出血、眼赤红、牙肿痛、大便干结、失眠多梦、心烦易怒、血压升高等一系列不良反应，甚至会引起药物性中风，危及生命。

（生命时报）

本栏目由 乐清兴华外科诊所 协办