



## 对生命的新体会

周末，我们去了浙江华中医疗设备销售有限公司，收获满满，学到了不少急救知识。

现场，我亲自体验了血压测量。夏天穿衣比较少，可以直接测量；但是冬天穿衣较多，需要脱掉外套测量。血压器戴我手上时，我觉得挺松的，之后马上紧了起来，我还没反应过来，血压便测好了。

数据表明，我的血压很正常。测量血压时，要注意身体坐直，手臂平放于桌面，手心向上，带子必须保持与心脏同一水平线。

三楼是急救工具存放地，我们在这里进行模拟急救。地上的假人是我们这次的“救生对象”，活动结束后会出“成绩单”。听浩特叔说，上午抢救全部失败，我们下午的这批说不定也会全军覆没。

老师指导我们如何进行急救，几分钟后便让我们自己来。小记者们一个个都抢着来，最后轮到了我。我因为力度不够而没能通过，成绩单上打出了四个大字——急救失败。

这次活动意义非凡，让我对急救知识有了充分的了解，对生命似乎有了新的体会。以后我遇到这样的情况就不会束手无策了。

北白象三小 四5班 林姿含

## 收获满满

“哇，这是什么呀？好神奇……”你们猜猜我在哪？我在浙江华中医疗设备销售有限公司学知识呢。

工作人员给我们介绍了血压器。在测血压时，不能慌张，身体坐直，手臂平放于桌面，手心向上，臂带与心脏保持同一水平高度。理想血压的收缩压小于120，舒张压小于80。之后，小记者还体验了量血压，臂带一会儿缩一会儿张，蛮有趣的。工作人员还教会我们怎样量血压，以后我还可以帮爷爷奶奶、外公外婆测量血压呢。量血压还有小门道，不能穿太厚的衣服，不然会影响血压值。

接着，我们上了二楼聆听心肺复苏课程，心肺复苏的英文为CPR。二楼地板上躺着一位模拟人。坐下后，我们看了一个视频。看完后，我才知道心肺复苏是多么重要。原来，黄金四分钟是指停止心跳，呼吸的人如在四分钟内获得正确的抢救，则生存机率很大。白金10分钟指在10分钟内获得正确抢救，生存机率只在百分之十之内了。

心肺复苏一共有5步，第一步是评估意识，第二步是求救，第三步是检查及畅通呼吸道，第四步是人工呼吸，第五步是胸外心脏按压。现场，小记者还体验了整个流程。我怕自己力气小，肺活量不足，所以没敢去试。

这次活动真是收获满满啊，真是一个有意义的上午。

温教院附小 五1班 秦一玲



老师介绍如何量血压。郑浩特 摄

## 量血压 学急救

# 小记者客串“救护员”



老师在讲解心肺复苏要领。张晓静 摄

## 揭开心肺复苏的奥秘

“把手放这里，对……”哈哈，乐报小记者来浙江华中医疗设备销售有限公司学知识了。

一跨进门，我就被这儿华丽的装修吸引住了。深黑色的柜子，亮晶晶的小字，还有一盏盏白灯、黄灯，一切都是让人觉得无比舒适。在大厅正中央，两位老师在两台血压仪面前，教小记者认识血压仪以及如何量血压。

好不容易轮到了我，老师笑眯眯地走过来，告诉我这款血压仪是一键式的，非常方便。他边说边把我的手伸进套子里。“扣这个东西要不松不紧。当然，如果别人衣服穿了很多，你可以稍稍扣紧些。”说罢，他又指着一个黄色按钮说道：“这是开始键和停止键，先按一下这里。”他边说边按了一下，显示屏上的数字不见了。“上一次的测量结果就没有了。再按一下，就开始测量了。”说着，他又按了一下。我立刻感到手臂越来越紧，紧接着“扑”的一声，套子开始放气了。

等到气完全放好了，我感觉手上好像有几只蚂蚁在爬，有点痒也有点麻。“血压正常。”老师说。

等所有小记者都测完血压后，老师带着我们上了三楼。在那里，我们先看了两部视频短片，明白了怎样做心肺复苏。接着，老师在模拟人旁边跪下，边说边演示：

“做心肺复苏前，要先找好位置……”老师示范完后，我们自己动手做心肺复苏。

轮到我了，我按老师教的步骤一步一步做。没想到自己力度不够，那可恶的仪器不停地叫着：“力量不够！力量不够！”

做完了按压，我又给模拟人做人工呼吸。我捏住他的鼻子，使劲给他吹气。可那台烦人的仪器丝毫不知道我的辛苦，还是在那叫着：“不够！不够！”

下午的阳光照耀着爸爸的车子，我带着一脑袋刚学的医疗知识，高高兴兴地回家了。

建设路小学滨海校区 五4班 林郑展

## “小细胳膊”也很棒

唐僧念紧箍咒时，孙猴子的感受就是如此吧！可是测完了，仪器上却没显示我的血压到底有多少。工作人员解释说很可能是我的手臂太细，仪器检测不到血压了。

最令人难忘的是学习心肺复苏术。一走进房间，就见地上一动不动躺着个人，身上还连接着一个仪器。原来是模拟人，乍一看真是吓了一跳。老师开始演示，我们目不转睛地盯着他，生怕自己不好好学习，待会就救不活人了。

轮到我了，我双腿跪在模拟人的一侧，左手扣在右手手，右手掌根放在胸膛的正中间，以一秒大概2次的速度按压胸膛。为了达到要求的胸膛起伏5cm的标准，我身体前倾，手臂伸直，动用

全身所有力量。按压30次以后，我按照老师的指令，捏住模拟人的鼻子，深吸一口气，把嘴巴张到最大，整个包住它的嘴巴，就开始吹。不好，感觉气不知从哪里就漏出来了，模拟人的胸膛也没有鼓起来，我抢救失败了。虽然有点小遗憾。不过，老师看着我的成绩单说：“已经很棒了，对你这样的小细胳膊来说，能压对11次已经很不容易了。”

是呀，虽然因为我的小细胳膊，我的血压现在还是个谜，心肺复苏也没能成功，但这次活动让我受益匪浅。以后面对紧急情况，我也能从容应对，迅速正确处置。

实验小学滨海校区 三2班 薛予欢



小记者学习中。郑浩特 摄

## 「活动预告」

## 圣诞迷踪 “战书”已达

■张晓静

还记得去年乐清日报为你请来的圣诞老人吗？你收到他送给你的礼物了吗？2016年的圣诞节即将来临，想和我们嗨一番吗？乐报小记者团为你精心策划了一场“圣诞迷踪”。

嘀嘀嘀！开车啦！圣诞帽、圣诞魔法棒、圣诞神秘暗号……多种圣诞元素的活动区、欢乐的活动现场、丰富有趣的游戏都在这里啦。还有你期待的圣诞礼物哦。快带上你的小伙伴来征战迷踪之旅吧！

活动对象：2016乐报小记者

报名时间：即日起

报名方式：关注“乐报教育”微信公众号，点击菜单栏“12月活动报名”，填写申请表，提交即可

活动时间：12月24日（周六）上午9：30

活动人数：100对亲子

集合地点：德信·乐清园（地址：乐清总部经济园广场，市区旭阳路和霖霄路交汇处）

## 「我为学校抢头条」

## 诗的课堂，充满诗意

探索诗歌教学的幽径，敞开诗歌教学的大门，是老师引领着我们从一首小诗走向一篇大诗。12月13日，学校多媒体教室举办了“清和之声”诗词教学研讨活动。来自全市各小学的语文老师和家长代表参加了此次活动。

语文名师工作室的何小丹、赵慧文、姚建荷、蔡莉莹老师，给我们上了一堂生动的诗词鉴赏课。语文大咖俞国平、林丹萍老师为名师们的授课以及同学们的精彩表现作了评价。

诗歌是我国文学中最美的体裁，诗歌的学习也是我们最享受最有乐趣的。课堂上老师的循循诱导，给了我们感性的浸润，也启发我们进行理性思考，更好拓展我们的阅读视野，让我们可以从一首诗，延伸至从古到今各时期诗人的优秀诗作。

建设路小学滨海校区 五3班 张子轩

## 「习作刊登」

## 竹子

春雨过后，竹子冒出了嫩黄色的小芽。几天后，竹子渐渐长大了，长出了叶子，那一片片的叶子好似一把把翠绿的小短剑。现在的它是多么弱小，即使是一阵春风也能将它吹弯，叶子“沙沙”作响。过了几天，它的背挺直了些。

再长大些以后，就要接受夏天的考验——酷热和暴风雨。猛烈的暴风雨已然来临，竹子被狠狠地打弯了，头几乎埋在地上，之前翠绿的叶子被打落了许多。看着它凋零的样子，我以为它再也起不来了，心中难免几分怅然。暴风雨过去，天空拨云见日，明媚的阳光洒向大地，倔强的竹子挺直了腰，叶子也长了出来。我惊叹生命的顽强，心中不禁肃然起敬，就这样经过一次次的磨练，它终于变得无比坚强了。

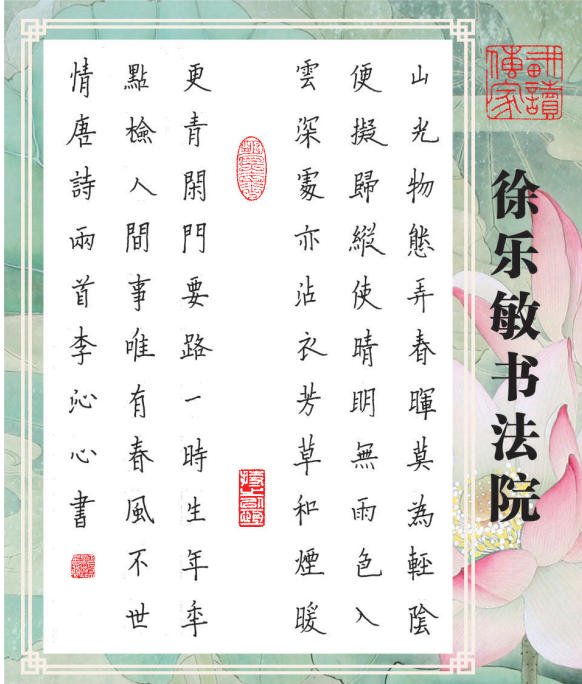
秋天，竹子的叶子渐渐变黄，掉落，地上一片金灿灿的。外表的衰落并不代表内心的悲伤，这时的它不会再在风雨中弯腰了，身子变得更坚硬了。这都是为冬天做准备，冬天到了，雪花从天而降，天地间浑然一色，一片银装素裹，竹子却依然把翠绿的生的欲望展现给人们。这时的它根扎得很深了，就算狂风骤雨也不能将它震撼动摇。

对竹子这种特殊的感情，让我每当看到它，就会联想到它在风雨中那坚强的样子。我学习它的精神品格，也想对千千万万具有竹子这般，不论在怎样艰难的环境里都如此坚强的人致敬。

虹桥三小 五1班 陈柯玮

本文由吴丹习作工作室  
指导老师：吴丹

## 小书法家展示台



徐乐敏书法院