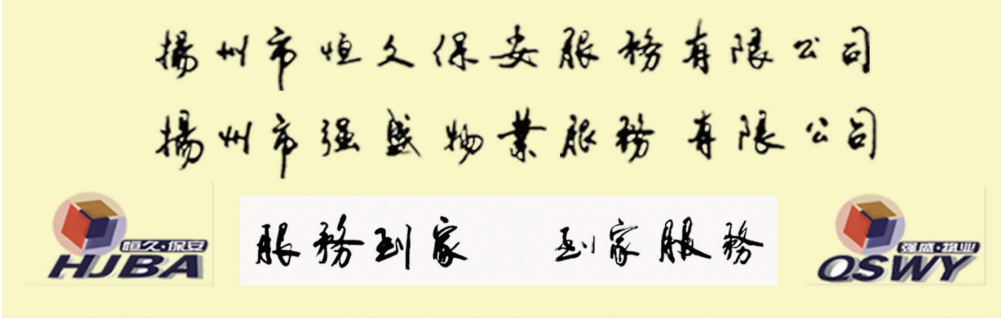




大火无情人有情 社会各界齐增援

□ 记者 陆业斌

14 日夜晚,位于市区通湖路西首的煤石宿舍楼四楼发生火灾,牵动了社会各界的心。所幸的是,在市领导直接指挥下,经过消防官兵英勇扑救和各界人士的帮助,大火被扑灭,未造成人员伤亡事故。

不明之火从天降

当晚 21 时许,煤石宿舍楼 305 室的吴管辉同学,像往常一样在家里聚精会神地做作业,一股焦糊味慢慢侵入到他的鼻腔。

吴管辉敏感地对妈妈说:“是不是什么东西烧焦啦!”吴妈妈当即把家里巡查了一遍,发现家里没有什么异常情况,就打开窗户往外看,并没有看到什么。她心想:“是不是邻居家烧煤炭炉子做饭,又或许是北边与宿舍楼一墙之隔的浴室锅炉飘出的气味。

不一会儿,对门 304 室秦梅珠夫妇在外就餐回来,也闻到一股焦味,他们打开南边卧室窗子,探头向上一看,吓了一跳,此时四楼西边已火光冲天。随即(当晚 21 点 23 分),他们一边拨打了 119 报警,一边敲对门 305 室住户,大家一起上楼救火。

秦梅珠夫妇和儿子秦元正、吴管辉和妈妈,两家子拧开水龙头,用水桶不断向楼上拎水灭火……紧接着,楼下邻居也闻讯陆续上楼救火。大家看到火势太凶猛,实在无法扑灭,就呼叫大家赶快安全撤离。

据居民们介绍,煤石宿舍楼建于上世纪 90 年代初,楼顶是人字架式,从西到东全部贯通,防漏材料是油毛毡等,遇火就着。顶层四楼 405 室、404 室当时都没有人居住,不知火从何来?

消防官兵战火魔

21 时 25 分,市 119 指挥中心接到居民报警,称位于市区通湖路西首的煤石宿舍楼四楼发生火灾,火势猛烈。接警后,高邮消防中队迅速出动 4 车 20 人,同时孟城路消防站 1 车 5 人也迅速赶赴现场扑救。孟城路消防站到场时间为 21 点 31 分,中队到场时间为 21 点 35 分。

到场后,消防官兵侦查发现该楼四楼西侧已全部燃烧,火势正不断往东蔓延。中队指挥员立即下达命令:做好现场警戒,防止坠落物伤人;成立两支搜救疏散小组对楼内人员逐户进行搜救、疏散;在外围出两水枪,一支从楼房正面、另一支从楼房后面面对火势进行压制并防止蔓延;成立一支内攻小组,冒着浓烟、高温到四楼第一时间对房门进行破拆并出两支水枪通过交替掩护进行内攻灭火;由于现场水源缺乏,中队成立两支供水组利用手抬机动泵抽水供水,为保证火场水源充足打下了坚实的基础。

经过消防官兵近三个小时的全力奋战,火势终于被完全扑灭,并且无人员伤亡,最大限度地保障了老百姓的生命财产安全。经现场初步勘查,过火面积约 80 平方米,火灾原因和损失正在调查中。

社会各界齐关爱

火灾发生后,市委、市政府高度重视。副市长兼市公安局局长刘春林第一时间赶赴现场,坐镇指挥,要求不惜一切代价,全力扑救,保障人民群众生命安全,减少居民财产损失。高邮镇镇长蒋国茂闻讯后,带领有关负责人迅速来到现场,指导救灾,妥善安排受灾居民。

记者在现场看到,10 多名公安民警,不辞劳苦地维护现场秩序,疏通交通,保障环境安全。巡特警大队副中队长时宏明告诉记者,他和民警卞益明、李丹晚上夜巡至运河二桥时,接到指令后迅速赶到现场,疏散围观人群,确保了消防车一到现场,就能及时投入扑救。



为了保证煤石宿舍楼 21 户居民安全,珠湖派出所所长沈后芳组织片警、御马社区党总支书记张燕艳带领工作人员,共同清点该楼所有居住人口,保证一个不漏地撤离火灾现场,并逐一安排住宿。居民盛庆祥发现火灾后,除了第一时间打电话报警外,果断关掉煤气管道阀门,通知居民转移到安全地带,并打开水厂大门通道,有效消除了安全隐患。他感慨地说:“越是关键时候,越要大胆处置,越要做细工作。这样,才能防止更大的灾害发生。”

夏天家中害虫多,您防对了吗?

夏季是家中害虫最容易滋生的季节,蚊子、苍蝇、蟑螂、蟑螂这些“不速之客”不仅影响着人们的生活环境,还可能传播病毒,如寨卡病毒、黄热病和疟疾等。

据了解,全世界有 3000 余种蚊虫,有 300 多种病毒可以通过蚊虫携带和传播。我国已经发现 124 种蝇,其中 32 种硬蝇和 2 种软蝇可携带病原体。对抗这些害虫,光靠“踩死”和“拍死”可能还远远不够,其实,防害虫是门技术活。

被蚊虫叮咬后发热要留意

被蚊虫叮咬后,红肿瘙痒,还可能感染寨卡、登革热等疾病。尤其登革热和寨卡病毒感染初期症状和感冒相似,如果误诊后果可能很严重。但与感冒不同的是,登革热和寨卡病毒感染后,不仅有发热、头痛症状,同时还伴有背部、骨、肌肉及关节疼痛,恶心、呕吐、腹痛、腹泻和便秘等。3 到 5 天就开始出现皮疹、颜面潮红、结膜充血及浅表淋巴肿大。

蚊虫特别喜欢在静止的水体中产卵,家中花盆托盘、瓶罐中的积水都是蚊虫易产卵的地方。因此,夏季应减少家中的积水,让蚊子无处藏身。

家中有“小强”千万别踩

当我们看到蟑螂的时候,本能地就会抬起脚去踩死它。虽然这很解恨,但是后面会有更麻烦的事。蟑螂可能会携带有蟑螂卵鞘,当蟑螂被踩死时,卵鞘并没有被踩死,卵鞘坚硬的外壳保护着里面的卵。而当卵鞘粘在鞋底,就会通过人的活动到处传播,在合适的时候繁殖出更多的蟑螂。

常用的杀蟑螂的方法是用杀蟑胶饵,对于被杀死的蟑

螂,最好扫到一个角落里,用火烧掉,这样可以彻底地把蟑螂卵鞘中的卵烧死。

“臭大姐”爱藏在床垫里

臭虫学名为椿象,虽然不咬人,但是被人碰到后会释放出难闻的气味,因此也被人们称为“臭大姐”。近年来,臭虫这种原本被消灭的害虫又在卷土重来。而且臭虫容易藏在床垫里。打扫房间时,应注意床垫缝隙中有没有虫子。如果有,可以先赶走虫子,再把被子拿到阳光下暴晒。如家中频繁出现臭虫,可选择用杀虫剂杀除。

厨房干货长虫可用微波炉杀死

厨房内保存的食品如果保管不当,时间久了就会长虫,一般是温度湿度较高的环境中容易生虫。厨房里最容易生的虫子种类有锯谷盗、赤拟谷盗和绿豆象,危害主要是把食物蛀空,让人无法吃。

一旦发现食品中有少量害虫,可放在微波炉杀虫处理或冰箱冷冻处理。如果食品遭到严重危害,则要及时清理掉,避免在室内扩散蔓延。

室内出现不明害虫 向专业机构求助

当室内出现不明有害生物时,可以向当地的疾病预防控制中心或专业的虫害防制公司求助,拍摄害虫照片,上传给对方,并告知虫害发生的具体地点,如室内还是室外,底层还是楼上,厕所还是卧室等,以及虫害发生的部位如地毯、米袋等,然后等待专业机构的判断和建议。选择机构时,应选择中国卫生有害生物防制协会推荐的、经专业能力等级评定的资质机构。

云苓白术鲫鱼汤养心疏肝

近期天气异常闷热,广州市第一人民医院南沙医院副主任中医师邓聪指出,夏季属火,其性热,通于心,主长养,暑邪当令。中医讲究天人相应、顺时养生。在饮食方面,夏季的养生食疗主要在疏肝养心,清热消暑,增酸减苦。

夏季暑邪当令,机体出汗多,“汗为心液”,容易耗损人体心阴,导致耗气伤津,出现身体倦怠、乏力、少气懒言、口干咽燥等症状。可适当多吃养阴清热生津的食材,如莲子、百合、西洋参(花旗参)、太子参、沙参、玉竹、麦冬、石斛、银耳、雪梨等。

同时,入夏后人体脏腑肝气渐弱、心气渐强,酸入肝、苦入心,故宜采取增酸减苦的饮食原则,可适当多吃些酸味食物,如番茄、柠檬、乌梅、葡萄、山楂、菠萝、芒果、猕猴桃等。

此外,中医认为“暑多夹湿”,可适当多吃清热消暑、健脾利湿的食材,如赤小豆、扁豆、薏米、芡实、淮山、茯苓、白术、苍术、芦根、竹叶、荷叶、西瓜等。

夏季汤水推荐,云苓白术鲫鱼汤,材料:云苓 50g,白术 15g,鲫鱼 1 条(500g 左右),陈皮 1 角,幼盐少许。方法:云苓、白术、陈皮分别用清水洗净放入瓦煲内,加入适量清水,先用猛火煲至水滚,然后加入已割洗干净预先煎香两面的鲫鱼,改中火继续煲一个半小时左右,加盐即可饮用。功效:有健脾、益气、祛湿的作用。适用于精神疲倦,头目重坠,胃口呆佳,口淡无味。禁忌:身体燥热发烧之人不宜多饮用。

缓解胃胀,试试这个食疗方

胃胀气多由消化不良、胃肠功能失调所致,主要表现为胃部饱胀感、压迫感或伴有恶心呕吐、烧心反酸、打嗝嗳气等症状。胃胀气多与日常的饮食和生活习惯有关,出现胃胀气后应注意饮食调理,少吃甜品,多吃清淡的食物,积极锻炼身体。还可选择一些有行气作用的药食同源之物,如萝卜、陈皮、玫瑰花、山楂、生姜等做成的药膳。

1.蜜饯橘皮。取新鲜橘皮 500 克、蜂蜜 200 克,将橘子皮洗净,沥干水,切成细条状,浸泡于蜂蜜中腌制一周,当蜜饯嚼着吃,每日 2~3 次,每次 10 克。

2.姜汁蜂蜜饮。取鲜生姜 20 克、蜂蜜 30 克,将生姜洗净、切片,加适量温开水,在容器中捣烂取汁,兑入蜂蜜,调匀,上下午各服一次。现代药理

研究表明,生姜含挥发油和姜辣素,能促进胃液分泌,增加胃肠蠕动,有温胃止吐、醒脾开胃的功效;蜂蜜有滋补及健脾和胃之功,不仅可矫正生姜辛辣的口味,还可缓和姜汁辛温之性。对常表现为胃部胀闷疼痛、喜暖畏冷者的脾胃虚寒型消化不良尤为适宜。

3.山楂饮。炒山楂 9 克,将其研为细末,加糖少许,用沸水冲服。本饮具有消食、化积、和胃的作用。山楂味酸甘,性微温,可健脾开胃、消食化积。但需要注意的是,脾胃虚弱者不可久服多服,孕妇切忌服用,因山楂破血破气,容易伤胎气、导致流产。此外,山楂所含的酸性成分较多,空腹不宜多食,以免胃中的酸度急剧增加,出现胃痛甚至溃疡。

身心健康

