

# 学习如何防治脑中风 现代快报小记者变身“小医生”

如何有效预防和治疗脑中风?怎样进行正确人工施救?简易伤口包扎有哪些注意事项?5月15日,现代快报大记者秋晨哥哥带着20余组小记者家庭和社区居民,来到南京玄武湖街道仙鹤门社区,在这里开启了一场医学知识大讲堂。

现代快报+/ZAKER南京记者 谢喜卓

## 怎样有效预防、治疗脑中风?

南京科普教育基地应用协会邀请到了此次活动的主讲嘉宾,来自南京医科大学附属逸夫医院的神经外科主任王天路。他告诉孩子们,其实被大众熟知的“脑中风”,在医学上称之为“脑卒中”,又称“脑血管意外”,是一种由急性脑血管病引起的局部脑功能障碍疾病,一般分为缺血性脑卒中和出血性脑卒中两大类。

那什么时候容易发生脑中风呢?原来这种疾病不论任何时候都会发生。“如果你身边有人出现脑中风,时间就是生命,必须争分夺秒进



行救治。”王天路表示,在送往医院的路上或者拨打120之后等待救援的一段时间里,可以让病人平躺,将衣物宽松,尽可能不要转动病人头部。若病人出现恶心、呕吐现象则应该让其侧卧,并将麻痹无力的一侧肢体朝上。

讲到此处,突然有小记者提出了一个问题:“王老师,脑中风有哪些危险信号?能不能提前发现治疗呢?”“当然有了。”王天路发现小记者们特别好学,提高声音接着说:

“常见的脑中风前兆有突然面瘫、上下肢麻木无力,尤其在一侧;突然意识不清,语言障碍、说话或理解能力;突然平衡障碍、行走困难、躯体不协调;突然单眼或者双眼视物不清或复视;突然不明原因的头痛、头晕。”

人类面临的三大疾病杀手,脑中风排名第一,接下来就是心脏病,癌症排名第三。王天路告诉现场的小记者及家长们:“预防脑中风要从年轻的时候开始,一定要早发现,早

就医,早治疗。同时,保持良好的生活习惯、饮食习惯,保持身心愉悦,辅之以适当的锻炼,才能有效防止病发。”

## 动手学习如何正确人工施救

现场,来自南京林业大学红十字会急救队的志愿者们手把手教学,带着小记者们学习如何进行正确人工施救,以及简单的伤口包扎。“急救的第一条就是先检查病人的呼吸状态,同时可以通过轻拍患者双肩或者在耳边重声呼唤,确定他的意识是否清醒。”

学习完胸外按压和人工呼吸法之后,小记者们还进行了一把现场实操。“清除病人口腔异物,保持呼吸通畅,手掌根部重叠,十指相扣,掌心向下,指尖向上翘起,按压两乳头连线与胸骨交界处。”小记者们一边嘴里默念着哥哥姐姐教的方法,一边在人体模型上有条不紊地操作着。一旁还有小伙伴提醒:“用力按压30次,就要进行2次人工呼吸。”

活动最后,小记者们还学习了怎样进行简单的伤口包扎。“通过王老师和哥哥姐姐们的介绍,我们今天都收获满满,以后如果遇到突发情况,也可以利用自己所学去帮助



别人,我觉得非常有意义。”来自南京师范大学附属小学仙鹤门分校的陈士渠告诉记者,自己的爷爷奶奶远在山东老家,回去之后他还要把当天所学告诉两位老人,让他们做好自身防护,预防脑中风。

还有小记者说,平时自己在生活中经常会不小心把手割破,以后不用爸爸妈妈,也可以自己包扎伤口了。王大爷当天是带着小孙子一起来参加活动的,教学过程中,年仅8岁的小孙子听得特别认真。事后还不忘叮嘱爷爷平时生活注意事项,王大爷非常开心,他感叹道:“孩子长大了,学会照顾别人了,真好!”

“现在各种突发性疾病比较常见,通过这样的科普讲座,能够提高全民健康意识,在应对突发情况的时候,大家也能够从容面对,并且科学急救。”南京科普教育基地应用协会秘书韩天琪表示,南京林业大学红十字会急救队的志愿者们通过理论与实践相结合的方式,给孩子们和家长带来急救救护的现场体验,加深了大家对急救救护的科学认知,提高了他们自我防护的意识,值得点赞。

## 他生气了

南京市三牌楼小学五(3)班 王子涵 指导老师:李健

今天天气有些闷热,使人感到压抑,这似乎隐藏着丝丝不祥的气息,果不其然……

我刚走进教室,就看见李老师的脸阴沉沉的,眉头紧锁,眼睛严厉地瞪着大家,那眼神像要射出火花一般。全班鸦雀无声。突然,他用力一拍讲台,大声如雷霆,震撼激射。“美术课上,你们真是无法无天了!”说着,他一挥手,讲台上的纸巾盒飞出老远,开了花。李老师教了我们这么久,却没见过他如此生气,真让人有点害怕。虽然我上那堂美术课,但我知道同学们一定闯大祸了。

“把喷壶都交上来!”不一会儿,许多同学的心爱水壶都牺牲了。其实事情是这样的:前天活动排练时,班上几个女生用“挠痒痒”的方法欺负我们几个男生,于是我们就用小孙同学的小喷壶作为武器来防卫。大家一看这种喷壶既有

趣又能当防身武器,都偷偷买了带到教室里。今天美术课时,同学们竟放肆地说话打闹,还用上了喷壶。你说李老师能不生气吗?

李老师摸摸胸口,深吸一口气,闭上眼睛,沉思几秒,说:“凡与喷壶有关的同学,都写一份反思交给我!包括前天排练现场玩喷壶的同学!”第二句话,特别清楚地传入我的耳朵。完了完了,我们也受牵连了,我不禁后背一阵凉。不过,转念一想,作为班长,我那天应该阻止男生使用喷壶防卫那几个女生,否则就不会引起大家对喷壶的兴趣,自然也就没有今天美术课上的情形了。

其实,最近一次的语文测试,我们班不理想,李老师理理不高兴,再加上喷壶事件,他当然得怒火中烧。哎,真是屋漏偏逢连夜雨,船迟又遇打头风!我们以后可不能再惹李老师生气了!

## 爱吃糖的淘气包

南京市将军山小学五(4)班 王希卓 指导老师:殷琼琼

他来我们家快四年了,在这四年里,总有一些有趣的事情发生。

他有着圆圆的脸蛋,浓眉大眼,说话嗲声嗲气,他是谁?他可是一个名副其实的淘气包,一个超级爱吃甜食的小家伙,他就是我的弟弟。

记得有一天我放学回家,手上拿了块糖果。还没等我把鞋子换好,他就像一阵风似的跑到我的面前,伸出双手:“姐姐,给我糖,我要吃糖。”

“没有糖,哪来的糖呀?”我的态度十分强硬。心想:淘气包,今天我要逗逗你。他见我铁了心不给他吃,立刻变成了一只温柔的小猫咪,抱着我的大腿,开始撒娇。

“好姐姐,我今天上幼儿园没有哭,我表现特别好,你给我吃糖好不好?”

“就不给你。”我依然没有答应。

他往地上一坐,开始耍赖,两个小脚丫像弹簧一样轮流敲击着地板,大声喊道:“坏姐姐,我要吃糖,她不吃给我。”

“你给我安静一点,不然我不会给你吃的。”我实在受不了他的哭声。

这句话像灵丹妙药一样,他立刻止住了哭声,从地上爬起来,伸出双手:“快给我,谢谢姐姐。”

我给了他一块糖,还留了一颗准备自己吃。结果我还没有把糖纸揭开,他又来了,原来一眨眼的工夫,他已经吃完一颗,又来问我要另外一颗。看着他那忽闪忽闪的大眼睛,我无奈地摇摇头,把另外一颗也给了他。

这个淘气包,可爱又调皮,真是让我又爱又“恨”哪!

## 八喜

南京师范大学附属小学二(3)班 黄紫棋 指导老师:曾悟洁

八喜到我们家已经一个月了,和刚来的时候有了很大的变化。

它的身材从我的袜子大小变成了妈妈袜子大小。从脸部有黑色的毛,再到四只小爪子慢慢变成了灰黑色。圆溜溜的两只小眼睛转来转去,对什么都好奇,每天都在不断地探索。一双立起来的小耳朵听到声音就会动,仿佛接收信号的小天线。牙齿也变得越来越锋利,一个不留神就跑去咬鞋子,然后就会被妈妈“抓捕归案”,一顿批评教育,说它是“没有家教的狗”。

因为有了它,我们家更忙碌了,也因为有了它,我明白了什么是责任。

## 迎春花

南京市后标营小学二(1)班 张晓溪 指导老师:刘晓翔

一大束阳光洒下来,为它披上一层金黄色的轻纱。在这样的光华之中,花瓣显得更加娇艳欲滴。远远望去,她好像一位仙子,这就是我爱的植物——迎春花。

一大片碧绿的枝叶点缀着娇嫩的迎春花,在褐色枝叶的衬托下,迎春花显得更加的美丽了,它金黄色的花瓣仿佛是一位仙女,穿着美丽的裙子,我仔细观察,它的花瓣上还有一颗晶莹剔透的小水珠,凑近一点儿,一股芳香扑鼻而来,它看上去是那样的轻盈,仿佛风一吹就随风飘落了。

其实在人们心中,迎春花很平凡,但我认为它很特别,因为它是春天的信使,每当春天来了,迎春花就会绽开。它那金黄色的笑脸,让我们知道春回大地,让我们感受到春日的美好,而每当此时,妈妈总会带着我去月牙湖看迎春花。

这就是我最爱的迎春花,我爱它的精神,爱它的美丽,更爱它能送来春天。

## 我是一棵小树

我是一棵小树,在春天里吐出嫩芽。细细的腰肢,绿绿的叶子,却在夏天里茁壮成长。我虽然还不粗壮,

南京市小西湖小学一(3)班 印思宇

也不那么雄伟,但在秋天也能成荫。白雪固然浪漫,冬天因为有了我,才显得格外妖娆。

## 我的植物朋友

南京师范大学附属小学三(11)班 戴子易 指导老师:许海雁

有人喜欢香味扑鼻的桂花,有人喜欢洁白无瑕的白玉兰,还有人喜欢沁人心脾的海棠花,而我却喜欢娇艳欲滴的桃花。

春天来了,桃花就像一个个小仙女,静静地坐在树枝上。远远望去,满树的桃花就如傍晚天边的云霞一般令人着迷。

走近仔细看,朵朵桃花各有各的姿态,有的桃花完全开放了,绽放了笑脸,露出了嫩黄的花蕊,仿佛变成了“小仙女”的帽子,蕊蕊上有几个小绒球般的花粉,用一些丝带连在花心上,等待小蜜蜂来采蜜;有些桃花只展开几片花瓣,很害羞,不好意思让别人看到她的容颜;有些桃花还只是小花苞,可能圆滚滚的如珍珠般的脑袋里有一点好奇:世界是什么样的呢?说着,就用尽力气开放,那花苞饱胀得像要破裂似的。

“吹面不寒杨柳风”,那温暖的春风一阵又一阵地吹过,片片花瓣在空中一圈又一圈宛如跳起舞的精灵,最后飘落到地上,化身成了一块柔软的小毯子。

看着看着,我仿佛觉得自己是一只小蜜蜂,飞向桃花的怀抱中。

## 寻访老党员陈爷爷

南京市中山小学二(2)班 沈雨禾 指导老师:冯俐

前段时间,我参加了中山小学“红领巾寻访百名共产党员”主题活动,我们去寻访了南京农业大学离休老干部陈养田爷爷。陈爷爷今年已经91岁了,他的头发花白,穿着中山装,佩戴着党员徽章,看起来很精神。

陈爷爷很亲切,坐在我们中间,向我们缓缓述说当年是如何加入中国共产党,以及他参加解放太原战役的那一段故事。我认真地聆听着。

陈爷爷出生在山西的一个农民家庭。日军侵略山西的时候,陈爷爷才7岁。日军就驻扎在离陈爷爷家不远的镇上,被日军统治的那8年,老百姓的生活十分艰苦。后来,八路军来到这里,和日军作战,帮助老百姓干农活,为老百姓带来了希望。从此,陈爷爷对共产党领导的人民军队心生

向往。当时15岁的陈爷爷因为年龄太小,没能参加部队,直到1948年,陈爷爷第二次申请加入人民解放军的部队,才如愿成为西北野战军第七纵队第十二旅的一名宣传队队员。1949年陈爷爷加入中国共产党。陈爷爷参加过最为艰难的解放太原战役,当时的陈爷爷是一名宣传队员,他经常冒着危险在战场前沿向敌人喊话,在总攻太原的时候,陈爷爷在战场的最前面协助抢救伤病员。在战场上,很多战友都牺牲了,说到这里,爷爷的眼眶湿润了。爷爷告诉我们,正是这么多人的牺牲才换来了我们今天的和平年代。

今年是建党100周年,在这特殊的日子,听了陈爷爷的故事,我下定决心要好好学习,天天向上,长大以后回报祖国,为国家的建设贡献自己的力量。