

祥

祥

和

和

# 新年一切都好 勿忘安全防护

## 预防跌倒

在浓浓的年味里,适当参加节庆活动可愉悦身心,有利于老年人健康。但在参加节庆活动时,一定要预防跌倒。特别是老年人视觉、触觉能力下降,反应时间延长,神经系统疾病、脑血管疾病、心血管疾病、骨关节疾病、直立性低血压、糖尿病、帕金森病等慢性疾病可致头晕、步态不稳、平衡功能失调、虚弱、视觉或意识障碍而诱发跌倒。

要预防某些老年性疾病致头晕目眩而跌倒;合理用药治疗疾病;预防平衡功能障碍、听视觉障碍所致跌倒。居家时家里的地面材料要防滑、平整、干燥,厕所、洗漱间浴室铺设的防滑垫、地毯铺设要平整。腿脚不便的老人家里应在卫生间、浴室、走廊安装扶手,电话或呼救器放在方便易取处,室内照明充足但不刺眼。

## 提防烫伤

天冷的时候,有的家庭可能会使用取暖器或者火炉来取暖,宝宝可能会好奇而去触摸,从而引起宝宝被烫伤。另外,如果将热菜、热汤或热水瓶放在宝宝伸手就能够得着的地方的话,宝宝稍有不慎就有可能被烫伤。

如果是小面积烫伤,可在流动的自来水下冲洗伤口,至少冲洗15分钟以上;在冷水下用剪刀剪去创面周围的衣服;脱下创面周围的衣服,冷水下浸泡30分钟以上;使用烧烫伤乳膏。如果出现水泡,建议前往医院处理。

## 谨防吸入异物

每年春节,各家年货里少不了糖果、糕点、瓜子、花生,这些可常是儿童误吸入气管的“危险食物”。据调查,儿童中有97%的气管异物是由于进食误吸入气管引起,其中80%

的儿童是因为进食瓜子仁、花生米等坚果类食物。孩子被卡,家长应把孩子头朝下横抱,让上身低于臀部,再在背部用力拍击,帮助孩子把异物咳出。

被鱼刺、鸡骨、鸭骨卡住食管或喉管时,不要用饭团硬咽,也不要用手抠,咽和抠都会造成骨头、鱼刺刺向更深处,甚至刺破食道,刺到相邻的血管造成出血,或引起感染,应立即送往最近的医院。

## 安全用火

养成良好用火习惯,不要随意乱丢烟蒂和火柴梗;液化气、煤炉等有明火的灶具应有单独场所,使用时应保持通风,并与可燃物保持至少1米以上的距离;发现燃气泄漏,要迅速关闭气源阀门,打开门窗通风,切勿触动电器开关和使用明火,并迅速通知专业维修人员来处理。

火灾发生切莫惊慌,迅速拨打119,讲清起火地址、燃烧物质等,报警越早损失越小。在火灾现场,用湿毛巾捂住口鼻,并沿安全疏散指示标志和安全出口爬行撤离,头部尽量贴近地面,千万不要盲目跟从人流,切莫乘坐普通电梯。若被烟火围困无法逃离,应尽量待在阳台、窗口等地方,便于消防人员寻找、营救。

## 注意防盗

春节近在眼前,大家也都在为过年置办张罗,购物出行的需求也大大增多,不法分子也在蠢蠢欲动。多数案件的发生都是盗贼利用门窗防盗网,伪装成各种入户工作人员试探,或技术性开锁入户,关键时期,我们一定要特别注意防盗。

出门和睡觉前都要检查门窗是否关好,并将防盗门反锁。家里无人时不要打开窗户,入户关门时不要忘记将门锁上,防止尾随。不轻易给陌

生人开门,外出时清理门口传单或标记。大量现金和贵重物品需存放得当,避免全部放在家里。

外出时,钱包和物品随身携带,并保持在自己视线范围内。身份证、银行卡等证件分开保管,不要放在一起。对陌生人保持警惕,不吃、喝陌生人给的食物,不委托陌生人帮忙看管物品。

## 安全用电

这个时节天干物燥,本来就是火灾高发期,加上春节期间用电量增加,火灾等安全事故隐患加大。

保证电器有足够的散热条件,不要在电视机、空调、电脑、电暖器、冰箱等周围放置窗帘、衣物、书籍等可燃物品;切勿同时使用几种功率大的电器,以免线路超负荷引发火灾;经常查看电器线路有无破损、短路、接触不良等故障,发现问题应及时解决;家用电器或线路着火,要先切断电源,再用干粉或气体灭火器灭火,不可直接泼水灭火,以防触电或电器爆炸伤人。

## 交通安全

道路交通出行承载着亿万家庭和亲人节日团圆的殷切期盼,作为交通参与者,我们要遵守交通规则,维护道路交通安全。

做一名合格的驾驶人。自觉使用安全带,开车不接打手机,不闯红灯、不抢道、不超载、不超速,酒后不驾车、不走禁行路。不乱停乱放,不违规鸣喇叭。驾、乘摩托车要佩戴安全头盔。高速公路驾驶时不占用应急

车道。  
做一名合格的骑车人。遵守交通信号灯和标志标线;不在机动车道骑行,不闯红灯,不乱停乱放。

做一名合格的乘车人。自觉排队,有序乘车,尊老爱幼,先下后上。

做一名合格的行人。穿越道路时,自觉走人行横道,遵守交通信号。不走机动车道,不闯红灯,不横穿马路,不跨越交通护栏。

特别提醒,千万不要乘坐非法营运车辆,非法营运车辆存在质量差、技术不达标、不符合安全检验及运行技术标准等问题,有些甚至是报废车辆,安全隐患严重,极易发生交通事故。不要乘坐超员面包车出行,面包车超员行驶,会使车辆动力性能下降,车辆躲避障碍物、变更车道、转向性能降低,非常容易发生侧滑或者侧翻,增大发生事故的几率。

交通安全关系到每个人的生命安全和家庭幸福,出行在外家人忧,出行多一分小心,家人多十分安心,无论何时何处,请不要忘记交通安全,安全才是回家最近的路。

本报综合



“爆竹声中一岁除,春风送暖入屠苏。”作为中华民族最为隆重的传统节日,春节是希望的象征,也是亲朋好友共聚、尽兴贺岁的喜庆佳节。喜庆祥和的欢乐气氛中,不管是居家还是外出都存在安全隐患,还要留心防火、防盗。这里为你准备了一份春节安全防范攻略,帮你避开这些不愉快的事。

## “四步法”做好 安全收快递

春节期间通过快递来进行采购,物流是减少人员聚集的好办法。而在收取快递时,则应做到个人防护、无触碰配送和及时清洁消毒。

**取件前** 出门前应做好个人防护,佩戴好口罩,有条件的佩戴一次性手套,建议携带75%酒精或含氯消毒剂(如84消毒液)的消毒喷壶或纸

巾。需要当面签收时要自带签字笔。

**取件时** 取件期间应做到无触碰配送并避免人员聚集。推荐通过快递柜收取快递,既节约快递人员的时间,又避免了人员面对面接触。无论是签收或是排队时,都应和快递员及其他人保持1米以上的安全距离。

**取件后** 取件后应立即对快递包装进行喷洒消毒。如若没有消毒工具,最好是戴上一次性手套或者垫一层纸巾,避免直接用手接触。快递建议尽量就地拆封处理,拆封后做好手部消毒再取出物品,尽量不要将快递外包装带回家中。

**回家后** 只能回家拆封

的快递回家后及时拆封,将消毒后的包装按照生活垃圾处理要求尽快妥善处理。全部完成后用肥皂液或洗手液在流水下洗手或使用手消毒液做好手部的清洁消毒,消毒前不要用手擦汗或触碰眼、鼻、口。

据新华网