



17岁少年打暑假工中枪身亡

事发岳阳一射击俱乐部,涉事两人被采取刑事强制措施

7月26日,湖南岳阳一17岁少年在射击俱乐部打暑假工中枪身亡。7月26日下午,岳阳市公安局岳阳楼分局就此发布一则警情通报。通报如下:7月22日15时许,我局接到辖区一射击俱乐部报警,称该俱乐部内发生一起枪击走火伤人事件。接报后,分局会同应急管理局第一时间赶赴现场,开展事件调查及伤者救治工作。

经查,该射击俱乐部于2019年11月1日经相关部门审批,2021年5月1日正式营业。7月22日13时许,刘某及同伴三人前往该射击俱乐部进行射击体验。

工作人员杜某靖对刘某进行射击指导时,枪支意外走火,子弹击中杜某靖头部。事发后,俱乐部工作人员立即将杜某靖送医救治。7月24日11时许,杜某靖因抢救无效死亡。目前,该射击俱乐部法人李某因涉嫌重大责任事故罪,射击体验者刘某因涉嫌过失致人死亡罪已被依法采取刑事强制措施。

据死者表姐介绍,中枪的男孩是她姨妈的儿子,今年17岁。他就读于一所职业高中,暑假期间在一家射击俱乐部打工,因枪支走火被击中头部,经抢救无效身亡。其还称,目前已经协商好。 (据九派新闻)



俄乌互袭首都 战事或再升级?

专家:双方争夺重点在乌东

据路透社25日最新消息,俄罗斯当天凌晨对乌克兰首都基辅发动空袭。报道称,基辅军事管理部门负责人谢尔盖·波普科在社交平台Telegram上发布相关消息。“在基辅郊区,防空系统正在(击退袭击)。”波普科写道。

据央视新闻25日消息,当地时间24日,联合国秘书长副发言人法尔汉·哈克,就俄罗斯首都莫斯科当天遭遇无人机袭击一事表示,希望各方避免采取任何进一步升级冲突的行动,并呼吁各方更加谨慎,确保此类事件不再发生。

互袭战略重镇,俄乌战事再升级

据今日亚洲7月24日报道,克里米亚大桥遭袭之后,俄乌战事升级。24日凌晨,俄首都莫斯科再遭无人机袭击,与此同时,紧邻黑海的乌克兰重镇敖德萨在过去一周几乎每天遭遇炮轰。

据俄罗斯国防部24日通报,俄方当天成功防范了一起乌武装力量利用无人机对莫斯科发动袭击的事件,两架无人机在电子战系统的干扰下坠毁,袭击未造成人员伤亡。

乌克兰南部司令部稍早前发布消息,指责俄罗斯动用“至少5种不同类型的导弹”打击敖德萨,导致敖德萨港基础设施遭到破坏。乌克兰总统泽连斯基回应说,势必要进行报复。

俄国防部当天证实,俄军使用远程导弹打击敖德萨多个目标,包括无人艇生产与训练点。俄国防部强调,空袭前经过仔细核实,且“所有预定目标均被摧毁”。

俄称击退乌多次进攻,乌称打击俄军指挥所

据央视新闻7月25日消息,当地时间24日,俄罗斯国防部发布战报称,俄军当天在多个方向击退了乌军进攻,并拦截了乌军发射的“海马斯”火箭弹和无人机。同一天,乌克兰武装部队总参谋部表示,乌军对俄军人员和装备阵地进行了多轮炮击和空袭。

俄罗斯国防部在战报中称,俄军在顿涅茨克、红利曼、库皮扬斯克、扎波罗热、赫尔松等

扎波罗热成争夺焦点,俄军会否撤离?

据英国《卫报》、路透社等多家外媒消息,对于24日“莫斯科再次遭到乌克兰无人机袭击”一事,白宫发言人让·皮埃尔同日晚些时候回应称,美国不支持乌克兰对俄罗斯境内发动袭击。让·皮埃尔还表示,俄罗斯只要从乌克兰撤军就能迅速恢复和平。

有消息指,俄军准备撤出扎波罗热,但遭到了俄方的否认。时事评论员郑浩分析,从目前的战争局势来看,俄罗斯大概率是不会放弃扎波罗热的。在俄罗斯占据的东乌四州里,扎

舆论普遍担心围绕敖德萨的战火势必会导致黑海区域紧张局势升级,俄乌冲突战线也将因此扩展。

俄方此举被认为是乌克兰袭击克里米亚的报复行动。7月17日,具有重要战略意义的克里米亚大桥遭到乌无人艇袭击受损。这是自俄乌冲突以来克里米亚大桥第二次遭遇重大袭击。此后俄军连续数日对敖德萨、尼古拉耶夫等乌克兰港口城市发动大规模袭击。

与此同时,乌克兰正在“高效使用”美国所提供的集束弹药。据俄罗斯国防部消息,当地时间22日,多名俄罗斯记者在扎波罗热进行报道时遭乌军使用集束弹药炮击,有4名记者不同程度受伤,其中一人撤离途中伤重身亡。俄罗斯联邦委员会国防和安全委员会主席邦达列夫说,炮击发生时,俄新社记者乘坐的是一辆民用汽车,乌军不可能将民用车辆误认为军用车辆。

多个方向击退了乌军进攻,打击了乌军指挥所、弹药库、燃料库等目标。俄防空部队还拦截了乌军“海马斯”火箭弹和多架无人机。

乌克兰武装部队总参谋部的战报则显示,在过去24小时内,乌军继续在多个方向与俄军展开激战。乌军对俄军人员和装备阵地进行了多次空袭,并对俄军指挥所、防空导弹系统、电子战系统等目标进行了打击,还拦截了多架俄军无人机。

扎波罗热是一个连通南北的位置,往南是赫尔松和克里米亚,往北则是顿涅茨克和卢甘斯克。一旦俄罗斯选择放弃扎波罗热,那么俄罗斯基本就是默认他们要输掉这场战争了,而战败引发的连锁反应是高度不可控的,可能会引爆俄罗斯的内忧外患。

因此,乌军一定会在扎波罗热方向发动进攻,而俄军也绝不可能再放弃扎波罗热,双方都将在扎波罗热投入一切力量,以期能够彻底赢得这场战争。 (据每日经济新闻、环球网)

流亡15年 他信计划下月回国

他信的女儿贝东丹·西那瓦26日在社交媒体平台发布了这个消息。她写道:“爸爸将在8月10日飞抵曼谷廊曼国际机场。他一直说要回国,自2022年初以来,就非常执着于这件事。”

报道指出,他信家族支持的为泰党在泰国工薪阶层和农村民众中颇受欢迎,在5月14日的国会下院选举中得票位居第二位,仅次于远进党。在泰国国会日前投票否决远进党党魁皮塔德的总理候选人提名资格后,为泰党试图组建政府,预计将在未来几天内提名总理候选人。

他信现年74岁,自2001年起担任泰国总理,直到2006年9月在军事政变中被赶下台。泰国最高法院宣判他贪污等罪名成立,并判处监禁。他信2008年开始流亡国外,至今约15年。

(据环球时报)

得州建浮标墙挡移民 被美联邦司法部起诉



浮标屏障被安装在墨西哥兰德河中央。

据美联社报道,当地时间7月24日,美国司法部对得克萨斯州州长格雷格·阿伯特提起诉讼,指控该州在美墨边境里奥格兰德河上非法设置阻止移民入美的浮标屏障。

该诉讼要求法院迫使得克萨斯州拆除一条约1000英尺(305米)长的亮橙色、由球体组成的浮标线。拜登政府表示,得克萨斯州未经许可在边境城市附近非法设置浮标屏障,引发了人道主义和环境问题。

报道称,这些浮标是得州“孤星行动”的最新升级,旨在确保边境安全。该行动还包括设置刀片刺网,以非法侵入罪逮捕移民以及将大量寻求庇护者送往其他州的由民主党领导的城市。

据报道,24日早些时候,阿伯特向美国总统拜登发了一封信,以捍卫得州安装屏障的权利。阿伯特指责拜登没有采取更多措施阻止移民前往美国,从而让这些移民处于危险之中。

(据中国新闻网)

印度官员收贿被抓 当场吞下5千卢比钞票

7月24日,印度中央邦一名官员在收受贿赂时被警方当场抓到,这名官员直接将多张钞票放进嘴里咀嚼吞下。

这名来自中央邦税务部门的官员名叫加金德拉·辛格。他在索取5000卢比(约437元人民币)后被当事人告发,在当地一个警察小组将其当场抓获时,辛格竟然把收到的钞票塞进嘴里咀嚼并吞下。一名警员试图打开辛格的嘴以收回纸币,但被他咬住手指。

辛格随后被送往一家医院,在接受体检后,工作人员表示他一切正常。医护人员最终找到了一些钞票的碎片。目前,当地警局已对辛格立案。

(据新华网)

腰椎间盘突出症病人如何护理?

作为导致腰痛、腿痛的最常见病之一,腰椎间盘突出症的高危人群是中老年人,但近些年此病的发病年龄有所下降,而且此病容易反复发作,因此,除了治疗,护理也必不可少。

何为腰椎间盘突出症?

我们的脊柱像一条由骨头相互连接的“高速公路”,这些骨头之间有类似于垫子的软骨盘,叫做腰椎间盘。然而,当腰椎间盘不听话时,它可能像一个弹簧一样变形或者突出,破坏了原本的平衡,这个过程就叫做腰椎间盘突出症。

十大护理建议:

1. 休息和活动控制。在急性期间,休息是很重要的,可以减轻疼痛和减少进一步的损伤。但过度休息也不

利于康复,适度的活动也是必要的。

2. 正确的姿势。在坐立和行走时,保持直立的姿势,避免驼背或长时间保持同一姿势;在坐下时,选择一个能够提供足够支撑的椅子,并使用腰部垫或靠垫来减轻腰部的负担。

3. 避免重物 and 过度用力。避免搬运或抬举重物,尤其是在急性期,如果必须搬运重物,使用正确的姿势,弯膝盖并用腿部力量提起物体,而不是用腰部。

4. 物理治疗和运动疗法。物理治疗可以帮助改善症状和增强腰部肌肉的稳定性,物理治疗师可以进行针对性的治疗,包括热敷、冷敷、按摩、牵引和特定的伸展运动。此外,定期进行适度的运动,如腹肌加强、核心稳定性练习和有氧运动,可以帮助减轻症状和改善康复。

5. 注意体重管理。因为过重会增加腰椎的负担,加重症状。

6. 管理疼痛和炎症。在急性期间,可能需要使用非处方的止痛药物来缓解疼痛和减轻炎症。然而,要是需要长期使用止痛药物,则应在医生的指导下进行,并遵循正确的用药剂量和频率。

7. 睡眠姿势和床垫选择。

睡眠姿势:

(1) 仰卧位是腰椎间盘突出症患者的推荐睡眠姿势,在仰卧位时,可以将一个小枕头或折叠的毛巾垫在腰部下方,提供额外的支撑,有助于维持自然的脊柱曲度并减轻腰部的压力。

(2) 如果习惯于侧卧睡眠,选择一侧并将腿稍微弯曲,可以使用一个腿部垫垫在膝盖下方,以保持脊椎的对齐。

床垫选择:

(1) 选择一个硬度适度的床垫。床垫过硬或过软都不利于腰椎间盘突出症的护理,一般来说,中等硬度的床

垫较为理想。

(2) 考虑选择具有较好支撑性的记忆棉床垫或弹簧床垫。记忆棉床垫可以根据身体的形状和重量来提供定制的支撑,而弹簧床垫则可以提供弹性和稳定性。

最后,避免使用过厚的床垫,因为过厚的床垫可能会改变脊椎的自然曲度,并增加腰部的压力。

8. 心理和情绪支持。可以通过与家人和朋友交流,寻求专业心理咨询师的帮助或加入支持小组来减轻压力并增强康复的积极性。

9. 避免长时间坐姿和重复性工作。长时间保持同一姿势,尤其是坐姿,会增加腰部压力 and 不适感。如果需要长时间坐着,可以适当进行伸展和活动,保持良好的血液循环和腰部的灵活性。

10. 定期复查和遵循医生建议。

(据《大众卫生报》)

患上高血压,如何合理用药?



1 高血压药物的分类

●利尿剂 利尿剂是通过增加尿液产生,降低体内钠离子浓度,减少外周血管阻力,降低血容量来达到降压作用的药物。常见的利尿剂有氢氯噻嗪、呋塞米、螺内酯等。服用此类药物要保证足够的饮水量,定期监测电解质和肾功能。

●血管紧张素转换酶抑制剂 血管紧张素II是一种存在于血液中强烈的收缩血管物质,它可以引起广泛的血管收缩,导致血压升高。血管紧张素转换酶抑制剂可通过抑制血管紧张素转换酶活性,减少血管紧张素II的生成,舒张血管,减少血容量,使血压下降。代表性药物有卡托普利、依那普利、贝那普利等。注意,血管紧张素转换酶抑制剂可能引起刺激性干咳,不建议患有喉头水肿的患者使用。

●血管紧张素受体拮抗剂 常见的药物有缬沙坦、厄贝沙坦等,此类药物通过拮抗血管紧张素II受体亚型AT1,阻断血管紧张素II的作用通道,舒

张血管,达到降压目的。需要注意的是,服用血管紧张素转换酶抑制剂或血管紧张素受体拮抗剂时,要定期监测血钾、肌酐和肾功能。避免过量食用高钾食物,如豆类、海带、香蕉等。另外,这两类药物可能导致胎儿畸形,孕妇禁用。

●钙通道阻滞剂 常见的药物有硝苯地平、氨氯地平、地尔硫卓等,这类药物通过阻断心肌和血管平滑肌细胞膜上的钙离子通道,抑制细胞外钙离子内流,松弛血管平滑肌,降低外周血管阻力,达到降压的目的。服用此类药物时,应密切监测心率和血压。

●β受体阻滞剂 代表药物有酒石酸美托洛尔、比索洛尔等,这类药物通过抑制β肾上腺素能受体,抑制心肌收缩力,减慢传导,对抗交感神经过度激活,阻断神经系统对心脏的刺激,降低心脏负荷和血压。注意,此类药物会减慢心率,服用期间要监测心率。

2 服药期间的注意事项

●遵医嘱服药 服用高血压药物时应谨遵医嘱,不能随意增减剂量。如对药物反应感到不适,要及时向医生反馈。

●定时服药 高血压药物需每天定时服用,长效降压药最好在早上空腹服用,每天服用一次即可。中、短效降压药每天服用两到三次,白天服药应在血压高峰前1个小时左右,早上空腹服用,晚上服药最好在晚餐前,不要到睡前才服用。定时用药可保持药物浓度的稳定,有效控制血压。

●切勿突然停药 高血压药物是控制血压的关键手段,不可突然停药,否则可能导致血压反跳,甚至引发心脑血管疾病。

●勿与其他药物混用 一些药物可能与高血压药物产生相互作用,影响药物疗效或引起不良反应,因此,高血压药物与其他药物混合使用时,应咨询医生或药师。

(据《医药卫生报》)

如何区分药品和非药品?

药品是可以对人体的生理机能进行调节,有适应证或功能主治的一种物质。药品有中药、化学药、生物制品等类型。目前,所有上市的药品必须包含批准文号等相关信息,而且能够在国家药品监督管理局网站上被查询到。

国产药品的批准文号的格式为国药准字+H或Z+顺序号。其中,不同的字母表示药物种类不同,H表示化学药,Z表示中成药,S表示生物制品,J表示进口药物。

而非药品没有药品批准文号,如常见的保健食品。要注意的是,保健食品不能替代药品,无法用于治疗疾病,一般用到的是辅助作用。保健食品有专门的批准文号,为国食健字G或者卫食健字,进口保健食品为国食健字J。

处方药和非处方药有何区别?

非处方药是指不需要医生开具处方,可以自行购买和使用的一类药物,主要针对的是容易诊断、容易治疗的常见病;而处方药是必须经医生明确诊断、开具处方,才能购买和使用的药物。不管是处方药还是非处方药,都需要经国家药品监督管理局批准才能使用,包装上必须有国药准字等说明。

两者的标识不同。处方药的标识为国际上通用的Rx,非处方药的标识为OTC。非处方药可以分为甲、乙两种,包装上通常会用红色或绿色进行区分,红色OTC表示甲类非处方药,绿色OTC表示乙类非处方药。乙类非处方药和甲类非处方药相比,安全度更高,而且使用的风险更低。

处方药需要我们在医院的药房或药店购买。处方药不可以开架自选,而非处方药可以。两者的区别是很大的,但两者之间也是可以互相转化的,每年都有部分非处方药转变为处方药,或处方药转变为非处方药。

(据《医药卫生报》)