



冷藏货车违规载人致8死

事发河南叶县,死者均为一牛肉厂的女员工,坐冷藏车下班回家出意外

近日,河南叶县一辆冷藏货车违规载人致8死,引发关注。

据“叶县融媒”微信公众号消息,6月15日22时许,一辆车牌号为豫DJ103F的轻型厢式冷藏货车违规载人,行驶至河南省平顶山市叶县洪庄杨镇境内(兰南高速平顶山站出站口西500米加油站)时,司机发现车厢内8人窒息昏迷,迅疾拨打120进行紧急抢救。经全力抢救,截至16日3时,8人不幸遇难。目前,货车司机和相关责任人已被控制,善后工作已经展开,具体原因正在调查中。

6月17日,记者从洪庄杨镇人民政府获悉,遇难8人均均为洪庄杨镇村民,来自不同村子。

记者随后致电洪庄杨镇人民政府工作人员称,“那辆车是高新区一家企业的,这8个人在那家企业上班。”并表示具体情况不太清楚。

当地一位村民向记者介绍,遇难8人均均为女性,年龄在30岁至50岁左右。遇难8人在附近的牛肉厂打工,从事牛肉包装工作,厂离村子大概20分钟路程。

上述村民介绍,发现出意外的加油站附近是司机接

送车的下车终点。平时,白天上班,村民骑电动车到村口一公里远的加油站斜对面集合,由厂老板派车接,晚上下班再送到加油站附近。“出事当天,厂里加班,市里也没有回村的车,厂老板就安排了冷藏车,没想到出了意外。”

当地另一位村民介绍,加油站有目击者看到,事发时车厢中还拉有冷藏牛肉等货物,以及保温用的干冰,“可能是狭小空间内干冰挥发,让人短时间内失去了意识。”

一位生产冷藏车的厂家向记者介绍,冷藏车车厢里严禁载人,箱体是密闭的空间,密闭性强,就像一个大气箱。车厢没有氧气流通,且氧气会随着制冷机组的工作不断减少,人在里面不久就会感到缺氧,切勿用生命去冒险。

此外,冷藏车厢是内外玻璃钢,中间采用保温板,在车厢密闭的情况下大概率没有信号,难以求助。

对于此次事故原因,记者从平顶山市高新区应急管理局获悉,近期相关部门一直在加班处理此事,具体原因还在调查中。

律师:司机和相关责任人可能追究刑责

陕西恒达律师事务所高级合伙人赵良善介绍,本案中,司机不顾他人生命安全、违规载人,严重违反道路交通安全法,致8人死亡,司机在本次事故中负主要或全责,故而司机涉嫌交通肇事罪,依据《中华人民共和国刑法》第133条规定,犯交通肇事罪的,处三年以下有期徒刑或者拘役;交通运输肇事后逃逸或者有其他特别恶劣情节的,处三年以上七年以下有期徒刑。

赵律师介绍,《最高人民法院关于审理交通肇事刑事案件具体应用法律若干问题的解释》规定,死亡2人以上或者重伤5人以上,负事全部责任或者主要责任的,属于“其他特别恶劣情节”,因而司机最高面临七年有期徒刑。因司机及所属公司存在重大过错,故司机及所属单位也免不了对死者家属的民事赔偿责任。

(据红星新闻、新湖南客户端)



俄一客机 北极圈内硬着陆

机上人员全部生还

根据俄罗斯乌拉尔交通检察官办公室发布的信息,近日一架优梯航空公司的安-26客机在亚马尔—涅涅茨自治区的乌特连尼机场附近硬着陆,机上人员全部生还。乌特连尼机场位于格达半岛,该地区深入北极圈。

俄罗斯联邦航空运输署新闻官员科列尼亚科表示,涉事飞机原定从同一自治区的萨贝塔机场飞往乌特连尼机场,机上有36名乘客和5名机组人员。飞机着陆后,机上人员被转移至机场航站楼。另据俄罗斯媒体报道,优梯航空方面称,飞机遭遇大雾和强风,机组在恶劣天气情况下让飞机降落。事件造成1名乘客和2名机组人员受伤。

俄罗斯联邦侦查委员会表示,已经对该事件刑事立案,并指示相关部门进行调查。

(据央视新闻)



14国拒绝签署联合声明,无一国愿意“接盘”举办后续会议

乌克兰问题“和平峰会”收效甚微

乌克兰问题“和平峰会”6月15日至16日在瑞士举行,全球共有90多个国家的元首或代表出席,西方国家占到一半。刚刚参加完七国集团峰会的西方领导人大多转战瑞士,为这次会议捧场。主办方瑞士称,这场会议主要是为“启动”乌克兰和平进程,并“带动”之后俄乌均参加的和平会谈。当会议结束之时,却难掩所存在的尴尬局面。

据路透社当地时间6月16日报道,虽然此次会议被冠以“和平峰会”之名,但西方大国及其盟友仍大力谴责俄罗斯“入侵”乌克兰。不过,这些国家并未能说服一些主要的“不结盟国家”一同签署会后联合声明,包括与会金砖国家在内的14个与会方,也没有任何一个国家表态愿意主办后续的各类峰会。

灵魂之问:和平符合谁的利益?

《明镜》周刊6月15日说,尽管称之为“高级别会议”,但其中35个国家其实都只派出了第二、第三级的政府代表。

此次会议,包括美国副总统哈里斯、德国总理朔尔茨、法国总统马克龙和日本首相岸田文雄在内的多国政要聚集瑞士卢塞恩近郊。尽管泽连斯基公开发出邀请,但美国总统拜登并未出席。而随着第二天的会议议程转向粮食安全和核能问题,一些与会

领导人甚至提前离开,包括哈里斯、朔尔茨和岸田文雄等人。

德国《青年世界》在谈到俄罗斯为何未受邀参加时就指出,该会议一直被误导性地吹捧为“和平峰会”,但西方是为了在政治上将俄罗斯逼入绝境,而绝大多数非西方国家并没有一起跟进,同意去参加这场“政治秀”。

和平符合了谁的利益?这应该是灵魂之问:现在停战,究竟符合谁的利益?

肯定不符合美国利益。所以,也就可以理解,拜登连参会的兴致都没有,哈里斯呆了几个小时就离开。

还是中国外部的这句话:有些国家即使参会,也未必真心希望停火止战,关键还是要看实际行动。

和平需要“艰难的妥协”

对于乌克兰危机以及和平前景,瑞士联邦主席薇奥拉·阿姆赫德在闭幕致辞中警告说,“前路漫长而充满挑战”。

据《基辅独立报》当地时间6月16日报道,最初有80个国家签署了联合公报,该公报未得到亚美尼亚、巴林、巴西、梵蒂冈、印度、印度尼西亚、利比亚、墨西哥、沙特阿拉伯、斯洛伐克、南非、瑞士、泰国、阿

联酋等国的支持。

一共有14个国家选择不签字。其中瑞士这个国家,就有些耐人寻味了,瑞士这次可以说也是为了这次和平峰会忙前忙后了,结果到会议最后连字都没签,这是图啥呢。

毕竟,战场上得不到的,就别指望谈判桌上能够得到。这考验着普京,更考验着泽连斯基。从战场形势看,俄罗斯显然更占优一些。

特别值得注意的是,乌克兰希望沙特能主办下一届和平峰会,因为沙特与中俄同时保持着良好关系。但沙方保持了沉默。沙特外交大臣费萨尔表示,沙特准备协助推进和平进程,但可行的解决方案将取决于“艰难的妥协”。

有西方媒体称,这次会议的目标是就乌克兰危机达成国际共识,“迈出和平的第一步”,但舆论普遍认为,和平希望依然很渺茫,会议取得的实际成果将相当有限。

为什么会出现在这种情况,问题的症结究竟在哪里,其实从这次乌克兰问题“和平峰会”的各种细节中不难得到结论。它也再次反映出,如果没有共同、综合、合作、可持续的安全观,相关和会“收效甚微”将是完全可以预见的。

(据央视新闻、澎湃新闻、牛弹琴微信公众号)



如何正确使用冰敷与热敷



用冰敷还是热敷,要看具体的情形而定。

图片来源于网络

冰敷和热敷都属于比较常见的物理治疗方法,这两种方法能够有效地缓解疼痛症状,但有一定的区别。

冰敷

急性损伤常由于突发的外伤引起(如跌倒、扭伤以及直接撞击等),疼痛感较强,立即冰敷能够抑制感觉神经,起到镇痛、麻醉效果。此外,冰敷还可改善周围血管通透性、防止水肿和渗出。而且冷刺激可以使组织代谢率降低,从根本上降低炎症反应发生的可能,减轻红肿热痛的症状。

冰敷的最佳时间:冰敷适用于急性受伤后的48~72小时内,每隔2~3小时进行一次,如果肿胀、疼痛、发热明显,每隔1~2小时就可冰敷一次。每次冰敷时长应控制在15~20分钟内,冰敷时间不宜过长,否则会导致血管反射性扩张,结果适得其反。

冰敷的最佳位置:最痛、肿、热的地方。

冰敷的物品:除了市面上可以买到的冷喷雾、冰袋,还有更为经济的方法——自制冰袋。准备1份冰和2份水,将冰水混合后占冰袋容量的1/2,一份自制冰袋就完成了。

冰敷的注意事项:

充分贴合皮肤。无论硅胶冰袋法还是冰水混合物法,使用时都要考虑贴附性,让冰袋与炎症组织充分贴合,这样冰敷才能发挥最好的效果。

防止冻伤。严格控制冰敷时间在每次15~20分钟,预防冻伤。

冰敷时注意防止凝结水滴污染伤口;年老体弱、虚寒证、孕妇、经期等不宜冰敷。

热敷

热敷能够增加人体软组织的延展性,缓解肌肉痉挛的症状,促进血液循环,热敷还能够起到舒缓和放松情绪的作用。

热敷的最佳时间:热敷主要用于急性损伤的后期和慢性损伤。急性损伤的后期是指损伤48小时后,因为这个时候往往出血已经停止。慢性损伤是指较长时间因反复过用而产生的损伤,与突发的意外伤不同。热敷又可以分为湿敷与干敷两种,湿敷的效果一般优于干敷,因为组织渗透性好,能抵达更深部的组织。通常一次热敷30分钟左右,温度控制在40℃~50℃,每天2~3次,具体热敷的时间又可根据医嘱灵活调整。

热敷的最佳位置:以最肿痛的地方为宜。

热敷的物品:在家中,最简单易得的是热水毛巾,但其热量一般只能维持5~10分钟,使用时间不足。

热敷的注意事项:

不是所有的慢性损伤都要使用热敷,如慢性损伤急性发作仍然首先选择使用冰敷。

不是所有的急性损伤都要使用热敷,早期肿胀、疼痛得到控制后可改用热敷。

有伤口感染未愈、皮肤感觉异常、皮肤过敏史以及心血管疾、恶性肿瘤病史等情况都需避免热敷;各种内脏出血、急腹症也不宜热敷。

(据《燕赵老年报》)

健康度夏,掌握五个“轻”

◎交际轻:讲究静则不乱

少交际,心则静,心静自然凉,再热的夏天也就不觉得心烦意乱了。

民间养生先贤、清初李渔在《闲情偶寄》“夏日行乐之法”中记载了他在炎炎夏日,不求点滴利禄,不出去拜谒客人,也没有客人来访,不戴头巾中穿衣衫,随意坐卧于乱荷之中、长松之下,飞泉洗砚,积雪煮茶的至乐之境。

他认为,度过夏季这一危险关口,然后再出去应酬世故人情,不算晚。

◎睡眠轻:不久卧宜午睡

夏日作息宜晚卧早起,以顺应夏季阴阳变化的特点,晚卧早起,顺应夏长,使阳气得以顺利升发。

另则,中医“五劳所伤”理论中有“久卧伤气”的说法,夏季炎热汗出,人体能量消耗较大,心气、脾气等有所虚亏,若不把握睡眠时间,当起不起,久卧在床,也会加重气虚,使人越睡越软,越睡越乏,久之疾病生。

所以,夏季要“轻睡眠”,成人每天保持睡眠在6~7个小时,午时一定要小睡一会,在夏季,午睡比什么时候都特别显得重要。

(据《中国中医药报》)

吃核桃能补脑吗

很多人都有这样的想法:吃啥补啥,以形补形。核桃的样子长得像人脑,于是民间就有了吃核桃能补脑的说法。这是真的吗?

核桃中含有α-亚麻酸,而DHA是大脑发育的重要物质。但这并不能说明核桃补脑效果好,还要看α-亚麻酸转化成DHA的转化率。

研究发现,男性体内α-亚麻酸转化为DHA的比例小于4%,女性体内α-亚麻酸转化为DHA的比例也只有9%。《中国食物成分表》显示,普通核桃和山核桃(熟的)的α-亚麻酸含量分别为6.86%、0.78%,还不如亚麻籽油、紫苏油的α-亚麻酸含量,它们都高达50%以上,是补充α-亚麻酸更好的来源。

另外,补充α-亚麻酸转化成为DHA,不如直接补充富含DHA的食物,比如金枪鱼、三文鱼、鲑鱼、鲱鱼等。

需提醒,健脑不是吃某一种食物就能达到的神奇效果,还涉及到充足睡眠、适量运动等。

所以,靠吃核桃补脑是不靠谱的。但是作为一种坚果,核桃富含矿物质、维生素E和B族维生素,且中国居民膳食指南建议每周吃50~70克坚果,所以每天可以吃1个大一点的纸皮核桃。

(据《家庭医生报》)

不是所有咳嗽 都要“立即止咳”

咳嗽和发烧一样,是一种症状而不是疾病,也是我们的身体清除细菌、病毒、呼吸道异物和分泌物的主要手段。在某些情况下(比如普通感冒),咳嗽是一件好事,是有利于恢复健康的。所以,并不是所有的咳嗽都需要“立即止咳”。大部分的咳嗽都是可以自愈的——短则1至2周,长则2至3个月。

如果开始咳嗽了,那么喝一些温热的液体、保持室内适宜的湿度和温度,都是有效的止咳方法。

1岁以上的儿童可以试试喝蜂蜜水,6岁以上的儿童可以试试吃硬糖,也都有一定的止咳效果。

止咳的关键,不是一味停止咳嗽,而是找到并消除引起咳嗽的原因。比如使用抗生素杀灭细菌、免疫系统清除病毒,或者远离引起咳嗽的过敏原。

如果咳嗽已经严重影响到正常生活和睡眠质量,那么可以在医师或药师的指导下,规范使用止咳药。

(据《中国妇女报》)

健脾祛湿试试三道食疗

夏季暑湿盛行,一旦心火过旺,人容易感到燥热、心烦、食欲不振等。此时饮食养生,要注意健脾祛湿、养心护心。

薏仁煲猪骨

材料:炒薏米50克,陈皮1瓣,蜜枣2个,猪脊骨250克,食盐适量。

做法:猪脊骨斩件焯水,再向锅内加入适量清水煮沸;加入炒薏米、陈皮、蜜枣,煲煮约1小时,加盐调味即可。

功效:薏苡仁味甘、淡,性微寒,归脾、胃、肺经,既能利水渗湿,又能健脾止泻。但它性寒,不适合脾胃虚寒人群和月经期女性食用。

白扁豆冬瓜莲子饮

材料:冬瓜300克,白扁豆10克、莲子20克。

做法:将白扁豆、莲子洗净后,加入适量的水浸泡4小时;冬瓜连皮切小块备用;所有食材入锅,大火烧开后小火炖煮1.5小时,可根据喜好进行调味。

功效:白扁豆不仅有健脾的功效,还能够补气,适用于脾虚、食少或者泄泻的人群食用。

猪心安神汤

材料:猪心50克,桂圆10克,大枣10克,党参10克,食盐适量。

做法:猪心清洗切片,加其他药材入炖盅隔水炖2小时,加盐调味即可。

功效:猪心入心、肝、脾经,能够滋养心脏,增强心脏功能。适合自汗、心悸心慌、面色苍白、失眠多梦的人群食用。

(据《家庭医生报》)