



### 亲子牵手 体验“两型”

本报讯(记者 肖蓉 通讯员 吴刘义忠)昨日,株洲树德公益组织作为我市首批两型公益组织,开展“文明新株洲,两型心家园”活动。上百对家庭参与其中,通过亲子共读、两型环保知识宣讲、趣味游戏等,在小手拉大手的互动中,感知两型社会的美好。

昨日下午,在奥园广场上,该活动吸引了来自株洲、长沙、汨罗等地的树德公益组织亲子团以及株洲日报社小记者们,共计上百对家庭参与。在诗词大会展区,孩子和家长配合以最快的速度完成拼图,并读出诗词内容。现场,还有自然教育与野外环保、足球小游戏,我和机器人游戏互动等活动。

◀活动现场,孩子和家长通过趣味游戏感知两型 记者 谭清云 摄



▲歼-20四机编队通过航展现场上空



▲歼-20战机挂弹开仓

## 健身房锻炼后,他突然晕倒猝死

### 市中心医院近期已接诊两位健身时突发疾病的患者



昨日,记者从市中心医院获悉,近期该院接诊了两位健身时突发疾病的患者,可惜患者都因抢救无效而离开。

### 两人都是健身后发生猝死意外

市民张先生今年50多岁,10月底在某健身会所健身后,在洗澡时晕倒在浴室,120医务人员赶到现场时,张先生已经没有心跳。

无独有偶,11月初刘先生也在运动后急促致死。刘先生今年55岁,这两年开始“发福”,随之而来的高血压、高血脂等疾病困扰着他,为了减肥他办了一张健身卡,每天坚持去健身房锻炼身体。当天到健身房健身时,刘先生跑步跑到一半就晕倒在地,工作人员拨打120将其送到医院时,呼吸心跳已经停止。

惜的同时,我们也不得不敲响警钟。市中心医院急诊科副主任医师贺晓艳说,发生猝死的原因很多,最常见的是心源性猝死,也就是由心脏问题导致的猝死,占80.7%,其次为脑源性,占17%。

贺晓艳说,在健身群体中,猝死主要发生在30岁以下和50岁以上人群。大部分是由于潜在的心脏疾病导致的。进入秋天气温寒冷,也是心脑血管疾病的高发期,健身时要注意保暖,运动前做好热身,运动后要拉伸。科学、合理的健身才能改善体质,切莫让悲剧再发生。

### 切莫错过生命的最佳抢救时机

贺晓艳说,及时有效的心肺复苏是关键,大量实践证明:4分钟内进行心肺复苏者,可能有50%被救活。4-6分钟内进行心肺复苏者,可能有10%被救活。超过6分钟存活率仅4%,超过10分钟存活率几乎为零。

做心肺复苏,要让患者仰卧,在乳头连线中点给予胸外按压,成人按压深度在5-6cm,按压速度100-120次/分钟。按压30次,人工呼吸2次,如此交替循环,直到救护人员到达。如果做不到对口人工呼吸,也可持续胸外按压。

### 健身运动要注意什么?

晓艳说,身体不适者(感冒、发烧等)、心脏病患者、亚健康等群体不适合参加健身运动。同时,普通市民参加运动时,要适量运动,不

能运动过量,不能空腹运动,运动时要注意补水休息。

(记者 赵露 通讯员 宋玺)

### 相关新闻

### 咳嗽8年没查出病因 “元凶”竟是一粒西瓜籽

因为8年前一次吃西瓜的经历,市民段女士便与咳嗽结下了“不解之缘”,这是为什么?

段女士今年52岁,在铁路系统工作,常年在外奔波,且需要倒班。2011年,段女士出现咳嗽症状,以为是倒班劳累导致,休息几天便会恢复,就没在意。可没想到,这一咳就是几个月。后来,在家人陪同下,她到当地一家医院检查,医生并未发现有异常,就开了一些止咳化痰的药物让她暂时服用。

又过了数月,药吃完了,段女士的咳嗽还是没停。于是,她再次去到医院,这次医生建议她住院,做个系统全面检查。一周下来,全身大大小小的检查结果均显示正常。

几年过去了,段女士仍断断续续地咳嗽,家人都以为是慢性支气管炎,尽管一直在求医用药,却始终找不到病因。

今年,段女士的咳嗽情况加重,早晨起床或稍微活动时还会出现气喘症状,于是就前往市中心医院感染内科就诊。

科室主治医师田玉球通过问诊、体格检查和临床诊断经验分析,怀疑是吸入异物。

10月底,田玉球医生建议段女士先做CT检查,结果显示肺下部有阴影。经纤支镜探查,医生发现段女士的肺下部有一个黑色异物,且异物已与肺部发生粘连,在管腔内形成了肉芽组织,导致支气管充血水肿并化脓发炎。

医务人员决定立即通过纤支镜取出异物,由于异物位置“深藏”在肺底部,要取出十分不易,经过1个多小时的努力,才成功将这块异物取出。没想到,竟然是一粒黑色的西瓜籽,约有成人指甲盖大。

医务人员分析,段女士多年的慢性咳嗽,正是与异物粘连肺部,反复刺激气管内膜有关。如果再不取出,使异物嵌顿到肺部组织里,就必须进行手术了。

这时,段女士才恍然大悟,这8年的咳嗽折磨原来竟是它在作祟。仔细回想,很可能是以前吃西瓜时不慎呛到,西瓜籽误入气管所造成。

目前,段女士的咳嗽症状明显改善,段女士的复查纤支镜结果正常,上周已出院回家了。

(记者 赵露 通讯员 张曦予)

### □《“半路妻子”散尽家财救中风“丈夫”》后续 爱心人士捐款3000元

本报讯(记者 姚时美)为了挽救因脑溢血中风的“丈夫”,李文姣花费了近20万元(详见本报11月9日A02版)。报道见报后,有爱心人士给李文姣捐献了3000元。

昨日,记者联系上爱心人士唐先生,据他介绍,11月9日,他和几位朋友看到晚报报道后,对李文姣和刘景福的遭遇深感同情,“太可怜了。”于是大家一起凑了3000元

钱,通过微信转账给李文姣。

到11月10日,刘景福的治疗费已经欠了16000多元,这3000元爱心款李文姣刚拿到,便赶紧交了医药费。

一面是高额的治疗费用,一面是生命垂危的“丈夫”,昨日,李文姣称实在难以承受压力,决定上街乞讨,为“丈夫”筹集治疗费。

## 燃! 建设强大现代化空军 中国空军公布路线图

“庆祝人民空军成立69周年记者见面会”11日在珠海举行,中国空军在会上公布了建设强大的现代化空军路线图。

中国空军副司令员徐安祥中将说,中国空军现代化建设按照三步走战略设计和展开,与国防和军队建设的总目标一致。

第一步,到2020年基本跨入战略空军门槛,初步搭建起“空天一体、攻防兼备”战略空军架构,构建以四代装备为骨干、三代装备为主体的武器装备体系,不断增强

强基于信息系统的体系作战能力。

第二步,在实现2020年目标任务的基础上,进一步构建全新的空军军事力量体系,推进空军战略能力大幅提升;再用一段时间,全面实现空军军事理论、组织形态、军事人员、武器装备现代化,基本完成空军战略转型,到2035年初步建成现代化战略空军,具备更高层次的战略能力。

第三步,到本世纪中叶全面建成世界一流战略空军,成为总体实力能够支撑大国地位和民族复兴的强大空天力量。

### 聚焦

### 这“腹肌”,没谁了! 歼-20战机首次在公开飞行展示中挂弹开仓

第十二届中国航展11日在珠海迎来“高光时刻”,歼-20战机在公开飞行展示中挂弹开仓,震撼献礼人民空军成立69周年纪念日,彰显人民空军的开放和自信。

当日10时53分,4架全新涂装的歼-20战机,以四机编队进行了约8分钟的飞行展示。低空高速通场、大仰角拉起、开加力小半径转弯、空中滚转、大坡度盘旋……一系列高难度动作竞相上演,歼-20如魅影灵动,在天幕上留下道道炫酷的银白色涡流,燃爆中国航展闭幕日现场。

伴随着巨大轰鸣声,机动盘旋的2架

歼-20战机在数万名观众的见证下,打开了位于机腹下的内埋弹仓,现场响起阵阵欢呼声。这是歼-20战机首次在公开飞行展示中挂弹开仓。

“空军歼-20战机以编队形式在航展上进行展示,代表着歼-20战机已经具备了初步的作战能力;歼-20战机打开弹仓以盘旋形式在机场上空进行展示,说明歼-20战机已经具备了挂载新型中远程和近距空空导弹的能力,也是人民空军和中国航空工业向党和人民交出的一份新答卷。”空军副司令员徐安祥中将说。

### 航展

### 2018年中国航展签约超200亿美元 成交飞机239架

第12届中国航空航天国际博览会11日下午闭幕,航展上签订了逾569个项目价值超过212亿美元的各种合同、协议及合作意向,成交了239架各种型号的飞机。

中国航展组委会11日发布信息显示,在为期6天的展会里,共有来自43个国家和地区770家厂商参展,还有近200个军贸贸易代表团参观,专业观众近15万人次,普通观众约30万人次。

在参展商中,国外展商数量达350家,比上届增加了30家,境外展商比例为

45%。包括波音、空客在内的大飞机制造厂商,以及公务及直升机厂商、航空发动机厂商和航空系统集成厂商齐聚珠海航展,实现了航空产业链全覆盖。

珠海航展有限公司董事长周作德说,借着港珠澳大桥开通,依托连接港澳的优势,未来珠海航展可以整合三地会展资源,做到“一展三地,一会多站”,促进国际买家要素、买家资源集聚,发挥港澳的重要作用。

(综合新华社报道)

### 疫苗管理法公开向社会征求意见 明知存在质量问题仍然销售的,受种者可要求惩罚性赔偿

国家市场监督管理总局11日在其网站公布《中华人民共和国疫苗管理法(征求意见稿)》以及起草说明,开始为期半个月的向社会公开征求意见。

按照党中央、国务院决策部署,落实全国人大常委会立法要求,国家市场监督管理总局、国家药品监督管理局、国家卫生和计划生育委员会等部门共同负责疫苗管理法起草工作。国家药品监督管理局商国家卫生健康委员会起草了《中华人民共和国疫苗管理法(征求意见稿)》。

征求意见稿共十一章,分别为:总则、疫苗研制和上市许可、疫苗生产和批签发、上市后研究和管理、疫苗流通、预防接种、异常反应监测与补偿、保障措施、监督管理、法律责任和附则。

征求意见稿结合疫苗研制、生产、流通、预防接种的特点,对疫苗监管的特殊要求作出具体规定:突出疫苗的战略重要性、公益性;加强疫苗上市监管;实施更加严格的生产管

理;强化疫苗上市后研究管理;加强疫苗流通和预防接种管理;严惩重处违法行为。坚决落实“四个最严”,综合运用民事责任、刑事责任、行政责任手段,强化疫苗上市许可持有人和相关主体责任。

征求意见稿提出,明知疫苗存在质量问题仍然销售的,受种者可以要求惩罚性赔偿。相关违法行为构成犯罪的,依法追究刑事责任。总结近年来疫苗案件暴露的问题,对数据造假等主观故意违法行为予以严惩。落实“处罚到人”要求,强化监管部门和地方政府责任追究。参与、包庇、纵容疫苗违法犯罪行为,弄虚作假、隐瞒事实、干扰阻碍责任调查,或者帮助伪造、隐匿、销毁证据的,依法从重追究责任。

征求意见稿还要善处理了与药品管理法等法律的关系,明确优先适用疫苗管理法的原则。

(据新华社)

### 时事短讯

●记者11日从应急管理部获悉,金沙江白格堰塞湖泄流槽工程已完工,预计11月12日凌晨至上午堰塞湖将开始过流。截至11日上午9时,堰塞湖水位累计上涨57.44米,推算堰塞湖蓄水量约为4.69亿立方米,转移群众2.5万人。

●11日,法国政府在巴黎雄伟的凯旋门前举行仪式,隆重纪念第一次世界大战结束一百周年。德国总理默克尔、美国总统特朗普、俄罗斯总统普京等多国领导人或高级代表出席了仪式。

●土耳其总统埃尔多安10日说,土方已将沙特阿拉伯记者卡舒吉遇害案相关录音交给沙特、美国、德国、法国和英国。埃尔多安当天在发表电视讲话时说,“毫无疑问”,沙特派往伊斯坦布尔的15人行动小组知道谁杀害了卡舒吉及其遗体的去向。

## 盛康养老 关爱老人

盛康·国际老年颐养苑,株洲市高标准老年公寓,占地30多亩,环境优美、医养结合、专业护理。

**入住对象:自理、半自理、全护理老人;失能、失智老人。**

电话:0731-28838999、17352729210  
地址:株洲市芦淞区枫溪街道曲尺村(市内免费接送)  
公司长期招聘养老护理人员,包食宿。详询:0731-22327995

关注公众号有惊喜