

石景山工商分局建首个政府服务部门红十字急救救护站

周全到位 打造更好服务



本报讯(通讯员马力)5月27日,全市首个政府服务部门红十字急救救护站在石景山工商分局成立。市红十字会在工商分局机关登记服务大厅配备了AED(心脏除颤仪)等急救设备,工商分局

建了15人的急救队伍,一旦来办理业务的当事人出现紧急事故,工商分局具备急救知识的工作人员能够迅速做出反应,及时启动急救设备,最大限度地挽救生命。

干部队伍建设的重要举措。通过急救救护站的建立,积极向工商干部传播人道、博爱、奉献的红十字文化精神,普及生命安全救助知识,提升干部科学急救救助能力,努力维护办事群众的生命安全。

市直机关工委工会主席时代新指出,急救救护工作不仅是红十字会的职责,也是当前整个社会开展安全教育工作的迫切需要,石景山工商分局的建站工作开了个好头,今后将在政府机关中广泛推广,急救救护培训要纳入公务人员提高综合素质的必修课程。北京市红十字会秘书长刘燕君,从红十字会急救救护培训的必要性、全

市建立工作站的情况等多个内容进行了讲解并勉励大家不断弘扬“人道、博爱、奉献”的红十字精神。市工商局副局长张永明要求石景山分局将急救救护工作做扎实,全员普及生命安全救助知识,提升干部科学急救救助能力,并鼓励与会人员珍惜学习机会,掌握救护技能,更好地服务于办事群众及干部职工的生命安全。



把关心和爱带给特殊孩子们

本报讯 六一前夕,石景山区城管执法监察局的团员青年走进石景山区培智学校,与这群特殊的“天使”们共庆儿童节,为这群特殊的儿童带去了关爱与欢乐,让他们感受到了社会的温暖。

张卓



警惕拇外翻的四大发展阶段

拇外翻俗称“大脚骨”,是一种常见的拇趾外侧过度倾斜的疾病,常发于女性群体。拇外翻经常伴有其余足趾的畸形,常感疼痛,且足外形差,影响美观。长庚医院骨科医院专家介绍,遗传是拇外翻的主要病因之一,经常穿高跟鞋是女性高发拇外翻的重要原因。那么拇外翻有那几大发展阶段呢?各阶段的症状表现有哪些呢?

一、拇外翻的四大发展阶段及症状

第一阶段,拇外翻可逆阶段。大拇趾外翻10度左右,虽然影响美观,但是没有疼痛感,脚掌有轻微脚茧,不会影响行走。但是穿高跟鞋会引起疼痛。

第二阶段,拇外翻挛缩阶段。大拇趾外翻约在10-20度,患者关节及韧带带有炎症,第一、第二脚趾明显挤压,脚掌明显变宽,足底脚茧明显,长时间行走易引起大拇趾关节疼痛及脚掌疼痛。

第三阶段,拇外翻严重阶段。大拇趾外翻大约在20-40度,脚趾重叠现象,横弓塌陷,出现鸡眼、脚垫、扁平足、后跟疼痛、双脚受力难平衡等现象,严重影响站立和行走。

第四阶段,大拇趾畸形阶段。大拇趾外翻超过40度,出现拇趾严重重叠,脚趾不受力,足弓塌陷,难以行走,脚掌直接承受脚趾部分压力,足底有老茧,双足严重错误负力。各关节难以协调运作,导致人体负力线改变,引起膝关节炎症腰酸背痛等,伴有拇囊炎肿胀现象。

二、日常保健预防

1、在日常选择皮鞋时,一定要根据自己的脚型,选择舒适的样式。特别是处在生长发育期的青少年,脚在不断地发育、长大,更不适合穿窄小的尖头鞋子。

2、避免长时间穿尖头高跟鞋,平日穿鞋应尽量选用前部较宽的鞋,尤其是在运动或需长距离行走的时候。

3、如果某些场合必须穿高跟鞋,回家后要马上换掉,并经常用热水泡脚,缓解软组织的痉挛。

4、要增加多种维生素摄入,如维生素A、B、B1、B12、C和D等。

5、当发现有拇外翻畸形时,最好及早防治,这样,不仅能够延缓拇外翻恶化的程度,并且可以有效地预防一些并发症的发生。

粗心大意电源未闭 外出遛弯酿成火灾

前不久,石景山区消防支队古城中队接到119调度指挥中心命令称,位于海淀区建西苑中里9号楼4单元五层的一住户家中发生火灾,需要支援。古城消防中队立即行动,投入到灭火行动中。

事发当晚22时,古城消防中队接到命令后迅速出动4辆消防车赶到现场支援。到达现场后,消防队员看到浓烟正从失火住户的窗户中滚滚冒出,防盗门紧锁。经询问确认该住户家中没人,2名小区物业人员提着水桶站在门口爱莫能助,并不时电话联系户主。

同意破门后,消防队员使用铁挺、开门器等破拆器材将防盗门打开。当消防队员冒着浓烟进入现场后发现,卫生间内狼藉一片,墙砖受高温烘烤部分已脱落,洗衣机已经烧的只剩下电机,火苗不断冒出,电热水器被烤变形,卧室和客厅虽未过火,但已经被浓烟熏黑。消防队员迅速出水将火扑灭,火灾未造成人员伤亡。

据报警人称,她是失火家楼上邻居,家人遛弯一起回家闻到呛鼻的烧焦味道,浓烟不断从窗户进入家中,随后她打开自家窗户发现楼下窗户有浓烟冒出。出于好心,她迅速下楼敲门但无人应答,情急之下,只好拨打119电话报

警,并通知物业到场处置。在之后询问失火租户时得知,家中插着热得快烧水,之后便带着孩子外出遛弯,疏忽大意忘记拔电源才酿成祸事。

消防员在此提示广大居民:夏季是用电高峰期,居民外出串门购物或是游玩时,切记切断电源、燃气,防止因一时疏忽大意或是侥幸心理给您的家庭造成不必要的经济损失。



消防卫士 石景山公安消防支队协办

北京长庚医院健康教育知识普及
健康热线:010-88296363