

调查

让孩子自己上下学安全吗?

为了孩子上下学的安全,绝大部分孩子都是家长送去学校,近的陪着走去学校,远的开车送,每到上学放学的时间,只要是学校门口,绝对是主要拥堵路段。大家都觉得,路上那么多车,让孩子一个人去上学不安全,那到底有哪些不安全的因素?杭州市下城区疾控中心参与了一个学生道路安全项目,专门对这些家长关心的问题进行了调研,初步调查数据刚刚新鲜出炉。

下城区7所学校参与调查

这个调研是针对道路交通伤害的。据《道路安全全球现状报告2013》显示,目前每年约有124万人死于道路交通伤害,其中,儿童是受道路交通伤害威胁的主要人群之一。杭州的情况怎么样?去年,全球道路安全合作伙伴与浙江省合作进行“安全上学 安全回家”项目,项目持续3年,下城区为全省唯一试点参加了项目。下城区疾控中心对凤帆中学、青蓝青华实验小学、朝晖实验小学、大成实验学校等7所学校共10个校区开展了项目调查工作。

54%的家长选择汽车接送

在基线调查中,收到学生上学及返家使用交通工具调查问卷7560份,从分析结果来看,随着年级的提高,自己出行比例呈现上升趋势,家长接送比例逐步下降。自己出行的学生中85%的小学生和67%的初中生以步行为主,因此,要路上安全上下学,走人行横道线十分重要。在家长接送的初中生中有54%通过汽车接送,因此,提醒家长在学校周边停靠车辆时要注意安全。

安全带使用率仅14.96%

项目调查还做了为期5天的学校门口学生交通行为观测。通过观测结果来看,在学生步行穿马路时人行横道使用率73.04%、过马路前观察交通状况64.80%、跑步过马路13.64%、机动车减速让行人83.94%、过马路时看手机2.08%;在驾乘非机动车时,头盔佩戴率0.64%;乘坐机动车时,安全带使用率14.96%、儿童安全座椅使用率3.19%。这些数据都提醒家长,很多不安全的因素

素要靠自己去避免,譬如,驾乘非机动车要佩戴头盔、开车使用安全带、过马路前要观察交通状况、不要过马路玩手机等。

非机动车驾乘人员受伤率最高

此外,根据对7198名学生的调查,道路交通伤害年发生率0.74%,受伤者以行人39.29%、非机动车驾乘人员46.43%为主,主要为与机动车或电动自行车发生碰撞后受伤。受伤部位以下肢和头部为主(占71.43%),伤害严重程度以轻度62.50%和中度35.71%为主,5.36%的道路交通伤害受伤学生发生功能受损,显示了加强交通安全教育的重要性。此外,在道路交通伤害知行调查中还发现,参加过道路交通安全的专项培训的教师和家長比例仅为40%。

交通安全知识普及常抓不懈

道路交通伤害是可以预防的。为改善辖区学生交通安全知识现状,下城区疾控中心在每个项目学校安装了交通安全“宣传大巴”展示橱窗,提高交通安全知识的普及。为将交通安全知识融入到课堂中,开展了《中小学生学习安全教育教师指导手册》教材试用,并在试用后进行有效评估,下一步将推广到全区、全市。以“小手拉大手”的形式在几个项目学校签署了浙江省“平安上学安全回家”项目学生及家長《交通安全承诺书》,通过承诺规范交通安全行为,倡导家長以身作则,遵守交通规则,同时还按学期对签署活动中提供的车牌号按学期到交警部门进行违章查询,推选无违章“安全出行模范家庭”。暑期,将在项目学校开展交通安全知识亲子竞赛预赛,届时将以微信答题的方式开展。

何宝华 严敏

【相关】

交通安全无小事

6月26日10时20分许,湖南宜凤高速宜章县长冲东溪大桥附近,一辆55座、车牌号为湘D94396的客运大巴车发生交通事故起火,致35名乘客遇难。笔者从伤者处了解到,事发时司机未开车门自行率先逃生,大部分乘客未能脱困而被烧死在车中。一女乘客王丽(化名)在医院接受采访时说,司机第一时间自主逃生,没有打开客舱车门,乘客发现情况不对后,就开始在车上找锤子,但是一直没有找到,“一车人都找不到东西敲那个玻璃”。

现在客运大巴的车窗玻璃都是固定死的,无法推开,乘客可以说是被密封在车里面。如果客运大巴发生车祸或其他事故的话,假若车里有安全锤,令乘客能用其敲碎车窗玻璃逃生,则能尽可能降低人员伤亡程度。但是据该起事故逃生乘客讲述,事发当时乘客无法在车里找到安全锤,导致乘客逃生通道受阻,无疑加重了该起事故造成的人员伤亡程度。

实际上,企业作为安全生产第一责任人,理应将各项安全管理规定落到实处。所以,客运大巴出车前,交通运输企业应当进行检查,如果发现车辆存在安全锤缺失的情况,理应及时予以补齐,以避免万一发生车祸或其他事故,不利于乘客逃生。同时,交通运输企业还应对司乘人员加强职业道德与事故处置方法教育,这样也就不至于出现像此次客运大巴司机这样只顾自己逃生、罔顾乘客安全的现象。可以想象的是,如果此次事故发生后,司机能够有效组织乘客逃生,事故造成的人员伤亡也就不会如此惨重。

魏文彪

癌症就像纸老虎,你强它就弱,你弱它就欺负你

抗癌遵医嘱很重要 一定要忌口

“抗癌明星”机智斗癌



最新公布的《2015年中国肿瘤登记年报》显示,每分钟全国有6人被诊断为恶性肿瘤,5人死于癌症。

一个家庭有人得了“癌”,可能就意味着悲欢离合,充斥着痛苦、崩溃、绝望等负能量。

有这样一群人,一直坚持与癌症斗智斗勇,家人的爱,让他们坚定信念、充满力量,不放弃一丝希望,信任、爱和积极的治疗,让他们重获新生。

第22届肿瘤防治宣传周于上周五在全国各地开展。4月18日,一场充满正能量的抗癌经验交流会在杭州举行,来自杭州、宁波、嘉兴及安徽等地的两百多位肿瘤患者齐聚一堂,听“抗癌明星”讲述他们的抗癌故事。

抗癌明星·张如成

癌症就像纸老虎 要相信自己能够打败它

张如成,68岁,退休前是一名外科医生。2001年,查出肝部有一个9.8厘米的肿块,后确诊为肝癌。

由于肿块较大,无法直接手术治疗,张如成先做介入治疗。在介入治疗的过程中,妻子打听到中药也能治疗肿瘤。

可张如成并不是很相信中医,他认为中医治疗肿瘤效果太慢。

等张如成从刚确诊癌症时的五雷轰顶

中逐渐平静下来,他发现没有别的更好的办法来治疗自己的肿瘤,这才开始将信将疑地服用中药。

张如成在服用中药同时,在医生建议下,手术切除了肿瘤。术后不久,肝里又发现了一个2厘米大小的肿块,他继续服用中药。

4年后,张如成去复查,发现这两厘米的肿块不见了。

在妻子的坚持下,张如成继续服药巩固

当天,来了20多名“抗癌明星”,其中6位分享了他们的抗癌成功经验。他们中最长的康复时间有22年,最短的也在5年以上。

“为积极响应第22届肿瘤防治宣传周活动,杭州艾克(种福堂)组织了这场抗癌经验交流会。今天上台分享抗癌故事的,像张如成肝癌康复15年,黄佩芬结肠癌康复11年,王明之肺癌康复15年,他们这些抗癌明星用自己的实践铺设了一条抗癌成功之路。榜样的力量是无穷的,我们组织这样的座谈会,就是希望将这样的正能量传递出去,给肿瘤患者树立战胜肿瘤的信心。”杭州艾克(种福堂)孙彩珍院长说。

固治疗一直到现在。

如今,精神矍铄的他,各项指标显示正常,肿瘤也未见复发迹象。

明星有话说

这15年来,与癌症做斗争,我最大的感悟就是要思想上重视,心态上放松,要相信自己能够打败肝癌。癌症就是纸老虎,你强,它就弱。治疗的同时,一定要有信念,告诉自己:不能在癌症面前倒下。

明星有话说

生病了,遵医嘱很重要,千万别跟着自己的性子来。另外好心态、好习惯也很重要。以前我吃完饭,会散步半小时。现在,有时候走不动了,就开始做广播体操,让自己动起来。我还买了车,但我不会开啊,就雇了个保姆,让她开车带我去兜风。这种乐观的心态对治愈癌症,帮助很大。

明星有话说

我知道自己得结肠癌时,索性就豁出去了,让医生给我开药,努力治病。虽然吃中药不吐,但它的味道实在不好。所以我就每隔几年,和医生商量着减少一点量。我要感谢我的爱人,他每天都会给我煎药,鼓励我。

我老伴说,中药治疗癌症,就像是“于无声处听惊雷”。我觉得,抗癌过程中,坚持很重要,既要坚持吃药,又要坚持忌口。

抗癌中药应吃多久? 忍不住想喝酒了怎么办? 肿瘤专家快问快答

专家名片

周宜强 主任医师,教授,博士生导师,从医四十余年。现任中华中医药学会肿瘤分会名誉主席。

问:得了癌症,实在忍不住想喝酒、抽烟,该怎么办?

答:原则上要戒烟戒酒。肝癌、大肠癌病人尤其要注意不能喝酒。我们的肝脏能分解代谢酒精,肝脏生病了,就不要再喝酒了。心脏病、肺癌等呼吸道疾病的病人不能抽烟,否则会加重病情。

喝酒对一些肿瘤影响较小,但不等于可以放开胆子喝。有些肿瘤治好了的病人如果实在忍不住,而且年龄也大了,治了十几年癌症,心情好了,可以喝一点,但一定要适量、少喝。具体情况还需要根据病情来讨论。

问:病人吃中药到了稳定阶段,有些还发现肿瘤消失了,这个情况还需要吃中药吗?

答:原则上说,5年以上没有复发

都算治愈,可以不用继续吃中药。但是,举个例子来说,如果你的肝癌是由乙肝造成的,肿瘤消失了,乙肝没治好,这个时候还是需要针对乙肝进行中药治疗。

问:中医药在治疗肿瘤中到底能够走到哪一步?

答:刚才听了几位病人和家属的发言,我的感受是他们讲得很真实,真实地道出了中医治疗肿瘤的特色。实际上,中医能够治肿瘤,而且治的都是很难治的肿瘤。我们中医接治的恶性肿瘤患者80%以上为晚期病人,常由三部分组成:一是经治疗失败和放疗化疗后出现毒副反应的患者,二是复发和转移或有严重并发症的患者,三是一发现即是晚期的。在这个阶段,中医治疗可减轻患者痛苦,提高生存质量。

解郁 通络 软坚 排毒 抗癌专家解读 中医治疗肿瘤“八字诀”

专家名片

孙彩珍 中华中医药学会肿瘤分会委员、杭州艾克(种福堂)中医肿瘤门诊部主任、武汉艾克中医院院长

我已经看了20多年的肿瘤了,中医治疗肿瘤这条路都是靠下功夫、不断琢磨得来的,很多经验和教训实际上是用病人的生命换来的。

以祛邪为主,解郁、通络、软坚、排毒就是我摸索出来的一条道路。肿瘤是癌毒高度集中之处,就像一座顽固的堡垒,堡垒不能攻破,就谈不上治疗肿瘤,更谈不上清扫体内的癌毒。所以我们常常用比较猛烈的手段,来驱除病人体内的邪气。

我们发现,肺、肝、胃、大肠、妇科等肿瘤,跟气滞有关。气滞致病,就要解郁。肿瘤病人体内有毒毒,有瘀血、毒火、痰湿、食积停滞,所以我认为要立足于祛邪为主。

我在坐诊过程中发现,来看中医的大多都是“走投无路”的病人,大部

分是经过放疗、化疗、手术后或用其他方法治疗后复发的晚期肿瘤病人,很多人都瘦得不到50公斤了,血色素降到极低,有的正处于大量呕血、咳血的危急情况中,有的多日来靠靠输液活命。

我的建议是,要让中医药早点介入,等到实在不行了再来吃中药,这个压力可想而知。

我们都会为癌症病人配一本小册子,让他们记录治疗的过程,便于我们了解病人病情对症用药,也是希望给病人增添一个信任中医的理由。

另外,许多癌症病人尤其是肺癌病人,需要一个好的治疗环境,我们准备在威海、三亚等空气好的城市建立疗养点,提高肺癌病人的治愈率。

(转《都市快报》)