

老人打麻将“惊动”120,一年逾50例

沉湎搓麻,已成为南京老年人突发心脑血管疾病的主要原因之一

什么场合最容易突发疾病?周围有人突然晕倒应该怎么做……昨天,南京市急救中心面向紫竹林社区举办了急救知识讲座。现代快报记者了解到,搓麻已成为导致南京老年人突发心脑血管疾病的主要原因之一,而对于年轻人来说,周五、周六晚上则是“危险高发时段”。

现代快报记者 吴怡



久坐伤身 老年人搓麻不宜超过2小时

退休在家的市民老王,有一天在小区里搓麻将。运气好,摸了一手好牌。

“碰,胡了!”牌运极佳的老王攥着手里的那张牌,激动地站起身来,把牌按在牌桌上。而瞬间,老王也倒了下去。牌友们赶紧拨打120急救电话,原来老王由于过于激动,突发脑

梗塞。这是今年上半年,在南京锁金村发生的真实事例。

“打麻将结果被送到急救中心的情况,这些年来很多。”南京市急救中心急救科科长郝思祥告诉现代快报记者,一年至少有50例。“最多的时候,甚至一个季度就有20例,在春节等节假日,更加密集。”郝思祥

表示,老年人进急救中心的主要原因是心脑血管疾病的突发,而打麻将引起的情绪剧烈波动极易引起心脑血管疾病。

“老年人搓麻将很容易一坐就是一下午,对身体非常不好,一般打4圈,2个小时,就应该停手了。”郝思祥说。

学会小憩 锻炼后垂头休息,当心窒息

除了搓麻将,平时锻炼不当也是造成老年人突发疾病需要急救的一个原因。

“很多人,尤其是老年人经常会结伴去旅行爬山,当中途走累了后,往往会独自坐在路边,靠着石头、大树,垂着头休息,殊不知这样很容易造成窒息。”

郝思祥表示,人在运动后身体疲惫,呼吸本就有些困难,如果坐下

来后垂着头,气管被折挤,呼吸就不顺畅。这个姿势保持过久,人就很容易呼吸困难,越休息,问题反而越大。不光是老年人,年轻人在工作累了以后,如果在位子上垂头休息,也会越来越难受,越来越累。

“如果看到同伴身体不舒服,这样垂头休息,应该及时提醒他仰起头,以免造成呼吸困难。”

对于年轻人来说,周五、周六往

往是急救事故发生最高的日子。

“平时忙着上班,到了这两天晚上可以休息,往往出去跟朋友玩,喝很多酒,或者玩通宵。”郝思祥说。在这样的情况下,喝酒造成的肠胃疾病,或者醉酒后车祸、斗殴的事故也高发。

国庆节、春节等假期较长的节假日里,这些情况发生的次数也比平时要多很多。

说清地址 急救电话中,三成报警方式错误

当周围突然有人晕倒,需要急救的时候,我们能想到的第一件事就是拨打120急救电话,但在打电话时,如何快速准确地告知事发地点也有技巧。

“我们曾经接到一个急救电话,是一个12岁的孩子,他的家长在家

中突然晕倒了。当我们询问家庭地址时,小孩就说在某某小区,多少号。”郝思祥说。但实际上,这个小区并不是很有名,因此知道的人也不多。最后,急救中心工作人员通过孩子拨打的固定电话号码判定位置,赶到了现场。这时,时间已经过去

12分钟。

“我们100次出警中,类似报警方式错误的就占了30%。”郝思祥介绍,其实在呼叫120时,除了说明地址与门牌号,还应该准确告知周围的标志性建筑,这更有利于急救人员迅速找到事发地点。

普及常识 定期举办急救培训班

救护车赶到现场总需要时间,如果在这段时间内,现场人员就给病人进行一些必要的抢救,对于挽救病人的生命很有帮助。

不过,目前我国现场急救复苏成功率仅有百分之一点几,很多人在晕倒后,周围的人完全不知道如

何抢救,最后虽然救护车赶到,却错过了最佳抢救期,给后期的救援增加了困难。

从今年7月开始,南京急救中心开始使用“电话回访”措施,在出救过程中,仍保持医生与患者家属的电话联系,使得病人能够事先得到关键的

抢救。而事实也证明,这样做急救病人的抢救成功率得到了提高。在昨天的科普现场,郝思祥也对几个现场抢救的动作进行了演示。

据了解,类似的急救科普培训班,以后南京急救中心每个月将举办1到2次,借此提高市民的急救意识。

轿车被撞烂摩托车被压扁,都是违停惹祸

快报讯(通讯员 江公宣 记者 陶维洲)近日,江宁发生两起车祸,都和路边违停有关系,两位违停车主也因此经历了与死神擦肩而过的惊悚一刻。

“幸好我不在车上,不然哪还能在这里说话。”刘某亲眼看到自己的汽车被撞烂,心有余悸地说。他是一名洒水车驾驶员,10月中旬一天晚上10点钟,他去和同事换班。当时洒水车在宁高线望远路段作业,该路段正在施工,路上有抛洒的土块,晚上需要清扫干净。刘某驾着私家车到了换班地点,为了下班时方便回家,就把轿车停在路边洒水车的后方。

当时,刘某口渴,就问换班的同事有没有水。同事的车子停在路对面,车上有矿泉水,让他过去拿几瓶

带着晚上喝。就在刘某过马路不到两分钟,就听“轰”一声响,回头一看,一辆黑色轿车已撞上他停在路边的车。由于撞击猛烈,他的车子整个插进了前面洒水车的后保险杠内,驾驶室严重变形,车尾几乎被撞平。

江宁秣陵交警中队民警赶到现场时,肇事司机已吓得呆坐在路边。原来,他为了避让一辆大货车,向右打方向,哪想到路边还停着车,由于车速过快来不及避让就酿成惨剧,所幸刘某不在车内。

李某也有类似的遭遇。10月初的一天早晨6点半左右,他驾驶摩托车和同事结伴上班。在行驶到江宁华商路和将军大道路口时,他和同事路边停车,等待另一位同事前来会合。由于同事迟迟未到,他们便下

车到路边抽烟,谁都没有想到危险正一步步逼近。

当时,林某驾驶的重型半挂车行驶到这个路口要左拐,绿灯还有3秒,便想加速冲过去。由于速度过快,货车发生侧翻,而翻倒的方向正是李某和同事停车的位置。看到巨大的货车侧翻过来,李某和同事本能地朝后奔跑,才算躲过一劫。

李某回头再看自己的摩托车,已被侧翻的货车完全压扁了,同事的车因为距离稍远只是被碰翻了。

“要是我还在车上,现在压在底下的就不只是摩托车了。”李某惊魂未定地说。

警方提醒,不要随意停车,停车位置应选择安全、稳妥的地点,以免发生意外。

不良商家也盯住老年人

来听课就送鸡蛋,第一天送一个,第二天送两个……推销保健品四大陷阱 别被忽悠了

近日,雨花台区赛虹桥工商所接到多起保健品消费投诉。大部分消费者都是老年人,销售人员用各种招数诱导他们购买保健品,还不给退货。工商所盘点常见的保健品销售4大招数,提醒消费者注意防范,避免掉入陷阱。

通讯员 冯阳 朱雯婷
现代快报记者 朱蓓



本版漫画 俞晓翔

招数一: 两日游一半时间在上,“吃人嘴软”无奈掏钱

日前,李老先生收到保健品公司邀请函,请他参加海滨两日健康行免费游,吃住玩全包,不需要老人掏一分钱,至于公司的产品,随便老人买不买,完全自愿。

销售员拍着胸脯打包票,李老先生经不住诱惑接受了邀请。可参团后,李老先生郁闷了,说好的两日

游有一半时间都是在宾馆宣传产品。销售员还借机夸大保健品功效,许多老人经不住软磨硬泡掏了钱。一些老人觉得免费游玩欠了保健品公司的人情,最后也掏钱买了。

看到其他人都买了,李老先生想,反正吃了对健康有好处,也花2000元购买了两盒。

招数二: 路边免费体检,夸大病情“吓唬人”

一些推销人员假扮医务人员给老人体检,夸大老人病情,趁机夸大产品功效。

王老太太患有高血压,做点家务就觉得乏力。前几天,她在菜市场门口看到有“白大褂”在免费体检,就凑过去咨询。“白大褂”很热情地帮她测了血压,还搭了搭脉。

随后便天马行空地聊起健康话题,并嘱咐王老太太定期来测量。

混熟后,“白大褂”告诉王老太太,她的高血压非常严重,除了按时吃药,还可以吃松花粉来保健,以增强抵抗力降“三高”。没费多大工夫,王老太太就很“听话”地掏钱买了足够吃两年的松花粉片。

招数三: 送鸡蛋送牙签盒,“小便宜”吸引老人听讲座

邓阿姨说,不少商家利用老年人时间宽裕、爱占小便宜特点,打出送菜盆、送牙签盒、送购物车的横幅,吸引他们来“听课”。有的打出送鸡蛋的广告,只要连续来听课,第一天送一个鸡蛋,第二天送两个,第三天送三个……

讲座中,推销员一般不直接介绍产品,而是从老年人关心的健康话题入手,让老人放松戒备,觉得来这里听课有用,下次自然再来。推销员能言善辩把产品说得天花乱坠,最后一些原本不打算购买的老人也把持不住掏腰包。

招数四: “叔叔”“阿姨”叫得甜,还有上门捶背捶腿的

“温柔一刀”最容易让独居的老年人中招。他们在渴望身体健康的同时,更渴望得到晚辈的关心和照顾。推销人员抓住这种心理,对他们在情感上的关心和心理上的暗示,成了成功推销保健品的关键。

业务员大打亲情牌,一口一个“叔叔”“阿姨”叫得无比亲切,有

的上门帮老人捶背捶腿,听他们诉苦聊天,让一些子女不能经常陪伴在身边的老人觉得温暖,心甘情愿掏钱买保健品。

可一旦老人吃了没效果或要求退货,销售员就会迅速“变脸”,以疗程不够、个人体质不同等理由拒绝退货退款,有的甚至人去楼空。

提醒 子女多关心老人需求

赛虹桥工商所提醒消费者尤其中老年人,保健食品不是药品,不能用于治疗疾病,一些不良商家通过各种招数夸大产品功效,使消费者不但损失金钱,甚至耽误疾病的治疗。即使是正规保健品,如果夸大产品功效、虚假宣

传,也是违法行为,消费者可以保留宣传彩页,或采取拍照、录音、保存购物票据等作为证据,及时投诉或举报。工商部门还建议,子女应该多关心老人,及时了解老人的精神需求和身体情况,避免他们被保健品商家忽悠。