

大三男生体测跑1000米突然不行了

抢救无效不幸身亡;专家建议调整体测时间,同时学生平时要加强锻炼

10月24日下午两点半左右,在南京大学仙林校区的操场上,发生一起悲剧,一个正在进行体能测试的大三男生,突然倒在了跑道上。虽然校医院值班医生进行了紧急抢救,120也及时赶来,但最终还是没有挽回他的生命。专家表示,引发猝死的原因很多,体测不能因噎废食。他也建议,最好高校老师每周带学生跑几圈,增强学生的体能,同时调整体测时间,给学生充足的时间先锻炼。
现代快报记者 赵书伶



跑步锻炼,要讲科学 资料图片

悲剧 跑1000米突然倒下,抢救无效身亡

“事情是24日下午两点半左右发生的,当时这名男生刚好跑到操场东南拐角处一个球门附近,差不多刚跑了700多米吧,就突然倒在地上。”当天在现场一名同学称,这名男生今年大三,正在体测1000米,这名男生倒下后,全身就开始抽搐。眼见情况不对,附近的一名同学立刻跑到操场主席台,向正在值班的校医院医生求助,随后,值班医生提着急救箱跑到同学身边展开急救,同时也拨打了120急救电话。差不多两点五十分左右,救护车抵达体育场,这名男生被载往仙林鼓楼医院。昨天凌晨,自称为南京大学新闻传播学院记者团的微信公众号“新潮”也发帖,详细描述了

当时事发情景。
“看见同学倒下被送进医院,同学们都很担忧。”南京大学大四学生刘同学表示,大概晚上的时候,就从医院得知这名同学抢救无效去世了。据刘同学介绍,这名男生姓黄,体形还算正常,“之前也没有听说有过什么重大疾病。”昨天,现代快报记者联系上了南京大学校医院工作人员的电话,对方以“这个事情我不太清楚”为由挂断了电话。南京大学体育部的相关负责人也直接表示“不清楚,不接受采访”。
据了解,体能测试作为大学生的必修课,一般安排在大三大四进行,测试内容都是国家规定的相关项目。

专家观点

可能平常锻炼太少了,猝死原因很多

针对这名男生在体测中意外猝死的现象,昨天下午,现代快报记者也采访到南京理工大学动商研究中心主任王宗平教授。他表示,事实上在其他行业,比如公交车司机、高空作业的工人、老年人在家做家务,甚至

是打篮球等项目中,猝死的情况也很多。“去年就有一所城市,曾发生过一个月有4人因打篮球而猝死。而跑步猝死的概率并没有篮球高。”

他说,学生在体测中猝死可能有多方面原因,“或者有先天

性心脏病,或是前一晚熬夜,最近几天比较疲劳,或者有病毒性感冒,也可能是没有吃饭,出现低血糖等诱发猝死。”

而目前,现代快报记者了解到,南大这位学生猝死的原因,相关部门还在做调查。

体测不能因噎废食,建议建立筛查机制

王宗平说,首先要肯定大学生体测的必要性。“现在我国国家有关学生体质健康标准规定,从初一到大四,都有女生800米,男生1000米测试。如果没有测试,学生体质可能会更糟糕。”

他表示,由于我们国家是应试教育,学生们用在文化课上的

时间太多,而缺乏体育锻炼意识。“据我了解,大学里大概只有10%的学生养成平时坚持锻炼的习惯。大约95%的学生甚至跑不过自己父母。”

“我们不能因为有的学生猝死,就因噎废食。”王宗平建议大学要建立筛查机制。“国家对

于体弱多病的学生有免测机制,而对于极少部分天生不适合跑步的学生,比如有心肌炎或者遗传性心血管疾病的,在提前筛查出来后,就可以免考或者通过其他比如游泳、登山等有氧运动项目来替代,帮助学生提高肺活量。”

建议高校老师每周带学生跑几圈

此外,他也建议高校老师每周能带学生跑一次。“比如男生跑2000米,女生跑1600米左右。也就相当于十分钟左右,这就意味着一学期将跑15到20次,坚持一年跑步下来,学生再体测800米或者1000米,问题就不大。”

另外,对于高校选择体测的时间,他也建议可以适当调整。“去年,教育部把体测上报数据的时间规定在9月1日到10月30日,今年上报数据时间是从9月10日到12月31日,也就是给了学生锻炼时间。”他说,新学期

开学还不到两个月。现在测试的成绩并不能证明是这个学生这一学年的成绩。“我也建议国家有关部门,采用学年而不是年度的方式。让学校能调整到第二年的上半年来体测,给学生足够的锻炼和准备时间。”

提醒

参加体测的同学要注意这些

那么,接下来,学生再参加体测时,要注意些什么呢?王宗平表示,首先,自己是自己最好的医生,要坚持锻炼,还要对自己身体

有所了解。第二,测试前两天要做好充分休息。测试前几周,自己到操场测试跑一跑。“学生体测每年测一次,对自己要有充分估计。”此

外,还要调整好饮食。如果没有吃饭,或者感到特别疲劳,体弱、情绪不好,包括女同学来月经,都可以向老师提出申请缓测。



CASTEL
瓦伦堡·卡思黛乐兄弟荣誉出品

Valombreuse

瓦伦堡

世纪间的法国风范



江苏元丰
JIANGSU YUANFENG

品牌运营商江苏元丰国际贸易有限公司
电话: 025-83557993 | 网址: WWW.JSYF.ORG