

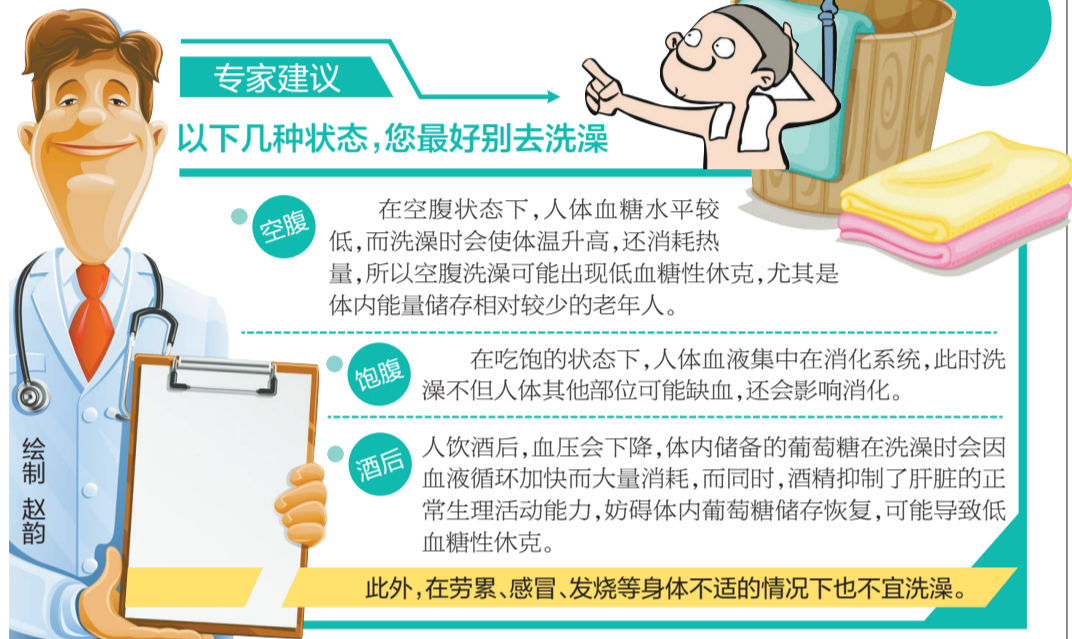
洛阳·城事

洗澡解乏很惬意,但方式不对,就可能造成严重后果,特别是在冬季——

一天之内,俩人洗澡出了事

□记者 郭秩铭 通讯员 孙鹏瑞

9日,两名市民在洗澡时发生意外,其中一人猝死。专家表示,洗澡时突发疾病虽不常见,但一旦发生就会危及生命,特别是在寒冷的冬季,心脑血管疾病患者和老年人要多加注意。



专家建议

以下几种状态,您最好别去洗澡

空腹

在空腹状态下,人体血糖水平较低,而洗澡时会使体温升高,还消耗热量,所以空腹洗澡可能出现低血糖性休克,尤其是体内能量储存相对较少的老年人。

饱腹

在吃饱的状态下,人体血液集中在消化系统,此时洗澡不但人体其他部位可能缺血,还会影响消化。

酒后

人饮酒后,血压会下降,体内储备的葡萄糖在洗澡时会因血液循环加快而大量消耗,而同时,酒精抑制了肝脏的正常生理活动能力,妨碍体内葡萄糖储存恢复,可能导致低血糖性休克。

此外,在劳累、感冒、发烧等身体不适的情况下也不宜洗澡。

绘制 赵韵

洗澡出意外,一男孩晕倒,一男子猝死

9日18时许,市民李先生在龙门镇某大众浴池洗完澡,刚穿好衣服,就听见浴室里传来一阵急促的呼救声。随后,一名中年男子抱着一个五六岁的男孩从浴室里冲了出来。

“当时男孩已经失去意识,瘫软在中年男子的怀里。”李先生说,“听人说,男孩是在洗澡时突然晕过去的。”众人连忙拨打了120急救电话。

“在救护车还没赶来前,男孩慢慢恢复了意识,还哭了两声,我们这才放下心。”李先生说。

无独有偶,当日21时许,在老城区某大众浴池,一名五六十岁的男子在洗澡后发生意外。现场一目击者说,他看到出事的男子时,该男子已经洗完了澡,穿好衣服在澡堂休息区休息。不一会儿,他发现

那名男子脸色发白,浑身发抖,随后晕倒在休息区。

“几个人喊他,他都没反应,我们就赶快打电话叫了救护车。”这名目击者说。可在救护车赶到前,该男子的心跳和呼吸都停止了。急救人员表示,只有通过尸检才能确定男子的死因,很有可能其本身的心脑血管疾病因洗澡被诱发了。

洗澡时水温最好在37℃~40℃,时间不要超过30分钟

河南科技大学第二附属医院急诊科主任林岩说,该院急诊科每年都会接到几个因洗澡而导致晕厥、猝死的病人,尤其是在冬季发病的基本都是老年人或心脑血管疾病患者。“情况虽然危急,但市民也不要‘谈澡色变’,洗澡时注意一点儿,就不会有危险。”林岩说。

林岩说,洗澡之所以会让人感觉舒服、放松,是因为热水

会让人体血管扩张,血液循环加快。也正因为此,一些特殊体质的人在洗澡时容易发生意外。

“冬天天气寒冷,人体血管收缩,血液都在主要脏器内,这时候如果直接跳进热水中洗澡,身体血管扩张,有可能造成供血不足,诱发心脑血管疾病。”林岩说。

他建议市民在洗澡前先喝一点儿热水,补充水分,并让冷热环境慢慢过度,不要一

下子就跳进热水里。洗澡的水温最好在37摄氏度至40摄氏度。

“在一些条件不好的大众浴室,通风条件不好,澡堂内都是蒸汽,含氧量低,长时间置身在这样的环境中,可能造成缺氧、晕厥。”林岩说,“长时间待在闷热的浴室里,出汗很多,会使身体缺水。”他建议市民洗澡的时间应控制在半个小时以内。

在澡堂里洗澡出了事,责任该谁担?

近年来,不少类似在澡堂发生意外的报道见诸报端,意外发生后,责任该由谁来承担也成了人们热议的焦点。

洛阳晚报律师帮帮团成员、河南大进律师事务所律师谢亮说,澡堂有义务在顾客消费前对不适宜洗澡的顾客进

行提醒。

如果澡堂履行了对顾客的提醒义务,顾客执意要洗澡而因自身疾病发生意外,澡堂不应承担责任;如果澡堂没有尽到提醒义务,需要承担部分责任。

谢亮说,但如果有证据证

明顾客发生意外或是疾病被诱发与澡堂洗澡水过热、空气不流通等有关,澡堂应承担部分责任。

此外,在一些在澡堂内滑倒摔伤的纠纷中,澡堂因为没有确保内部设施的安全性,也应承担责任。

您家附近的道路干净吗

城管志愿者“扫街”评出6条“最差背街小巷” 您若发现哪条道路脏乱差,请告诉我们

□记者 连漪 实习生 魏莹 通讯员 易勋

专门给城市“找碴”的城管志愿者最近怎么没动静了?原来,这些志愿者最近正忙着“扫街”呢!昨日,洛阳晚报记者从市城市监督管理局(以下简称“监管局”)获悉,由志愿者参与的“推举您身边最差背街小巷”活动已告一段落,6条背街小巷上“黑榜”。

1 6条背街小巷上“黑榜”

对市民来说,背街小巷可谓大家“回家最后一步”。市监管局有关负责人透露,目前我市有590余条背街小巷,这些道路的环境卫生主要靠定期抽查进行考核,个别路段的清扫人员存在侥幸心理,不认真清扫,致使这些路段脏乱差。

城管志愿者招募、培训工作结束后,监管局充分利用志愿者覆盖面广、随机性强的特点,通过城市管理信息员志愿者微信平台发布了“推举您身边最差背街小巷”

的活动通知,收到了志愿者的大量举报信息。通过实地查看,6条背街小巷登上“黑榜”,分别是:

南昌路小学门前(丽新路至丽春路段)无名小巷;

浅井西路(天津路以东段);

民主街(中州路至东大街段);

机车厂东路;

关圣街(开元大道至太康路段);

河南省工人疗养院大门前至龙门大道段无名巷。

2 如果“回家最后一步”不干净,您告诉我们

该负责人告诉记者,从此次活动效果来看,志愿者举报的问题大部分与事实相符,这使得管理人员的工作更有针对性,也更有利于问题的解决和市容环境的改善。“推举您身边最差背街小巷”活动将持续开展,除了接受志愿者举报,市民也可拨打12319城建监察热线投诉。

此外,本报也将继续关注,如果“回家最后一步”不干净,请您@洛阳晚报官方微博或拨打本报热线电话66778866告诉我们。

该负责人称,工作人员接到投诉后会到现场实地查看,如果情况属实,将纳入数字化城市管理考核评比体系,对被曝光的城市区扣30分考核分。

3 人人都是管理者,志愿者招募持续进行

该负责人同时透露,城市管理工作的都是市民身边的小事儿,理应由群众自己评判,未来这种由市民找问题的工作机制将逐步由市容环境卫生推广至小广告、社区治理等多个领域,这就要求有更多的城市管理志愿者参与到这项工作中,因此城市管理志愿者招募工作即日起重新启动,也就是说常年接受志愿者报名。

■招募条件

1. 洛阳市常住人员
2. 遵纪守法,热心公益事

业,热爱城市管理工作,具有较强社会公德意识

3. 身体健康,服从安排,具有吃苦耐劳精神

4. 乐于奉献,能够利用业余时间参与公益活动

5. 年龄在18岁以上70岁以下

■报名方式

现场报名:到市城市监督管理局绩效考核科报名

地址:洛龙区积翠北街2号,市数字化城市管理指挥中心301室

联系电话:63926610