

■亲子宝典

凤网“宝贝安全训练营”走进消防队

# 这些救援绝技让孩子们惊呆了

文：今日女报/凤网记者 吴雯倩

“起火啦~起火啦~”

随着刺耳的警报声响起，一股股白色的“浓烟”冒出，消防员提起灭火器，快速拔掉保险阀的插销，瞄准着火点火焰的根部，向下按压进行扫射……

别担心！不是真的有火灾发生，这是凤网“宝贝安全训练营”开展的火灾演练教学现场。12月16日，凤网“宝贝安全训练营”带领30余组家庭走进长沙市消防支队天心区大队金盆岭中队，零距离感受消防、认识消防。亲子家庭们通过体验式学习，不仅掌握了安全防护本领，还被消防员勇敢无畏的工作精神所感染，用行动向消防员致敬。



扫一扫，看更多精彩现场图片



凤网“宝贝安全训练营”走进长沙市消防支队天心区大队金盆岭中队合影。

## 1分钟：从接到火警到消防车出车

“叔叔，这是什么？”

“这是排风机，有时候进入火场烟尘太大，需要它工作起来，快速地散去一些烟尘，以便更快更准确地开展救援。”

在抢险救援车前，消防指战员们带领着充满好奇心的宝贝和家长了解了消防知识，向小朋友们逐一讲解并示范操作每件装备。

“提起灭火器，仔细观察指针指在绿色区域，然后快速拔掉保险阀的插销。”消防员王龙飞一边拿起灭火器演示，一边慢动作现场讲解，“特别要注意的是，使用干粉灭火器灭火时，一定要站在火势的上风方向，灭火器要保持直立，不要横卧

或者颠倒，那样都是不能喷出粉来的。”

在消防员宿舍区转角处，竖立着一根笔直的钢管，从一楼贯穿到二楼，这引起了亲子家庭的兴趣，孩子们迫不及待地提问：“这是干什么用的呢？”

原来，这根钢管就是消防员出任务时“速降”装备。特勤班班长曾胜介绍说，一旦接到辖区内救援任务，必须在迅速穿戴好救援装备，从二楼依次速降到一楼，快速登上消防车准备出发，“从接警到车出车必须在1分钟内完成。”

救援就是和时间赛跑。1分钟内，训练有素的消防战士能完成这么多准备工作，让亲子家庭们惊叹不已。

## 25公斤：每天穿消防服负重跑3公里



消防员向亲子家庭进行灭火演练现场教学。

穿上灭火服，今天我是小小消防员，这是最让家长和小朋友们感到新鲜又神奇的经验。“好重啊！”没几分钟，换上“全套”体验的一位男家长不由得大呼“吃不消”。

原来，这一套装备少说有四五十斤，即便没有任务，消防员们也要每天穿戴好，

还得操练“跑好几公里”。等孩子们全部换好消防服后，只见有的站在了消防鞋里，有的在肥大的灭火服里只露出了头，有的顶着大头盔……一个个憨态可掬的晃来晃去，看起来十分可爱。

“叔叔，什么是消防？”

“消防是保障国家和人民生命财产安全的一项重要工作。消防工作以预防为主、防消结合为工作方针，火灾扑救是消防的重要工作，除此之外，消防应急救援也是灾害事故应急救援体系的重要组成部分。”班长蒋振阳向孩子们答疑。

换句话说，消防员不仅承担灭火任务，还要积极参加危险化学品泄漏、道路交通事故、地震及其此生灾害、建筑到地质灾害等事故的应急处置工作。

## 220 余项集体荣誉：长到后我要成为你

据中队长邹智介绍，长沙市消防支队天心区大队金盆岭中队多次被上级授予“安全防事故先进单位”、“先进党支部”等220余项集体荣誉，中队史上共有19人荣立一等功、57人荣立二等功、176人荣立三等功。

在凤网“安全训练营”活动中，亲子家庭们不仅参观火险快速出警演练、认识消防车辆与消防器材，还体验了灭火现场、现场学习叠“豆腐块”，还听消防官兵讲了灭火救援的故事……有趣而生动的短暂体验，让小朋友们和爸爸妈妈真实体验到消防员们训练与救援的艰辛与不易。



消防员耐心地向小朋友们逐一讲解并示范操作每件装备。

消防员英姿飒爽的样子很是帅气，他们背后那些汗水和热血的付出让孩子们更加明白了什么叫“敬业和奉献”。

整个参观体验过程中，消防员不断通过答题互动的方式，向小朋友普及正确逃生等消防常识，在寓教于乐中开阔视野，“消防安全”这颗种子在孩子们幼小的心灵中生根发芽，活动结束后小朋友们纷纷说：“向消防员敬个礼，长大后我要成为你！”

## 奶粉冲得过浓或过淡都不好

文/汤芳(湖南省儿童医院新生儿三科)

初为人母，新手妈妈照顾宝宝时容易陷入误区。比如宝宝经常哭闹，很多人下意识认为是因为没有吃饱，担心宝宝营养跟不上。同时一些宝妈会怀疑自己根据说明书冲调的奶粉太淡了。实际上，奶粉冲得过浓或过淡都不好。奶粉浓度过高，会导致钠离子含量增多，宝宝肠胃无法负担，可引起便秘、消化不良等情况。奶粉冲得太淡，则会导致宝宝蛋白质摄入不足，进而导致营养不良。为了避免上述这两种情况的发生，建议大家一定要按照包装上标明的配比给宝宝冲调奶粉。当然了，母乳喂养是最优选择。

## 冬季小儿腹泻勿滥服抗生素

文/鲁慧彬(湖南省儿童医院感染科)

冬季小儿腹泻又到高发期，发病原因多数为病毒感染，家长切勿擅自给患儿口服抗生素。如果婴幼儿感染比较轻，仅有腹泻现象而无发热、呕吐症状，无多饮、少尿等脱水症状，可多喝水，吃半流质食物，补充益生菌及口服补液盐，通常5至7天就可痊愈。如果婴幼儿高热不退，呕吐次数较多，出现精神萎靡不振、少言懒动、多饮、少尿、不能进食或抽搐伴心肌损伤，应立即到医院对症治疗。居家或上学的孩子，要注意饮食及饮食器具的卫生，避免食用生冷食物，避免暴饮暴食。

## 冬季水果这样吃，孩子不着凉

文/杨婷(湖南省儿童医院呼吸一科)

寒冷的冬季该如何给宝宝吃水果呢？1、煮着吃。可以煮水果粥、水果糖水。煮水果容易流失营养成分，但水果煮熟后，纤维被软化，不会对肠胃造成过重的刺激，对于肠胃不好的孩子很有好处；2、蒸着吃。有的水果蒸着吃还有食疗的功效，一举两得；3、烤着吃。比如奶酱烤水果；4、水果汤圆/面条。做法：将草莓、枇杷、青枣等洗净，用搅拌机打成汁；将糯米粉倒入各果汁中，搅拌均匀，用手搓成小小元宵；锅内放水烧沸，放入元宵，煮沸后，开中火煮至元宵漂浮在水面即可。

## 孩子脊柱健康平时要自查

文/刘庆红(湖南省儿童医院骨科)

脊柱侧弯是儿童青少年中最常见的脊柱畸形，脊柱弯曲大于10°或躯干侧方偏移大于2cm，即可诊断为脊柱侧弯。平时家长可帮孩子自查，比如给小朋友洗澡时，看肩膀是不是一样高；另外一个关键点是看腰线，看两侧手肘是否和腰线在同一个高度，如果不在同一个高度，就提示有侧弯了。其实，很多家长担心孩子有驼背、脊柱侧弯，于是给孩子买一些背部矫形衣穿，不过这样并不能预防背部疾病发生，还可能影响孩子正常的脊柱发育，因为那些产品都是按一个曲度标准做的，反而会限制孩子的发育。

