

冬春火灾总量远高于夏秋 消防专家教您“火里逃生”

□本报记者 周美玉



据公安部消防局对全国近十年来的冬春火灾总体情况统计发现,冬春6个月共发生火灾132万起,总量比夏秋高出36.6%。电气原因引发火灾占比最高,近三成的火灾是电气设备故障、电气线路短路、使用加热电器产品不慎等原因引发,尤其

是57%的重特大火灾都是电气原因引起的。

为避免火灾的发生,防患于未“燃”,记者在119消防安全日前夕采访了北京市公安局消防局防火监督部宣传处处长金德洙,请他向居民们介绍一些防火小知识。



冬季防火三注意

在冬季,人们在家庭大量用火、用电、用油进行取暖的同时,也增加了火灾危险性;再加上冬季天干物燥、风大,是一年中火灾多发期,因此做好冬季防火工作十分重要。

确保安全用电。不能在电灯泡上罩纸或其他可燃物,不能将未经冷却的电热器具放在有可燃物的场所,或将可燃物放在电热器具上,更不能乱接乱拉电线。要注意提防电热器具的温控、时控装置或温度指示器失灵,避免温度过高起火。下班前,必须关闭办公设备电源,以免在无人监管的状态下发生电器引发的消防安全事故。

谨防烟头引发火灾。要严禁在一切易燃易爆单位、物资仓库和其他一切禁烟区内吸烟,禁止在维修汽车和清洗机械零件时吸烟。应纠正不良的吸烟习惯,不能躺在床上或沙发上吸烟,不在劳动和寻物时吸烟,不能乱丢烟头和火柴梗、乱弹烟灰,更不能将引燃的烟头随处乱放等。

避免楼道、电梯口等地方堆放杂物。车间职工应及时对楼道

和电梯口周围杂物进行清理,如果发生火灾,会影响逃生通道的畅通;另外这些物品很多是易燃物,火灾发生以后会助长火势。因此定期清理周围杂物。同时,消防通道要保持畅通,发生火灾事故能顺利开展疏散工作。



冬季是职业性一氧化碳中毒的高发季节。在生产过程中,一些企业的作业场所门窗紧闭、车间通风措施未落实,致使有毒有害物质不能及时排出,给安全生产和职业健康工作埋下了隐患。

一氧化碳具有无色、无味的特点,可通过呼吸道进入人体导致窒息。职业性急性一氧化碳中毒是指作业人员在较短的时间内吸入大量一氧化碳后,引起的以中枢神经系统损害为主的全身性疾病,属法定职业病的一种。

接触岗位

炼钢、炼焦等冶金生产,煤气生产,氨、光气、甲醇等化学合成,使用煤炉、土炕、火墙、炭火盆,使用其他燃煤、燃气、燃油动力装备等进行作业者。

常见症状

轻度中毒:剧烈头痛、头昏、四肢无力、恶心、呕吐,有轻度至中度意识障碍,血液碳氧血红蛋白浓度高于10%。

中度中毒:意识障碍表现为

冬季一氧化碳中毒易发 防范措施须到位

轻度至中度昏迷,经抢救后恢复且无明显并发症,血液碳氧血红蛋白浓度高于30%。

重度中毒:脑水肿、休克或严重的心肌损害、呼吸衰竭、上消化道出血等,血液碳氧血红蛋白浓度高于50%。

防范措施

企业应定期检修设备、排查隐患,防止煤气发生炉及管线泄漏;

加强设备密闭和作业场所通风,在易产生一氧化碳的车间配备相关报警设备;

学会正确拨打火警电话

火警电话打通后,应讲清楚着火单位,所在区县、街道、门牌号码等详细地址;

要讲清什么东西着火,火势情况;

要讲清是平房还是楼房,最好能讲清起火部位,燃烧物质和燃烧情况;

报警人要讲清自己姓名、所在单位和电话号码;

报警后要派专人在路口等候消防车的到来,指引消防车去火场的道路,以便迅速、准确到达起火地点。发现火情应及时报警,这是每个公民的责任。

被困在室内怎样呼救

人被大火围困在建筑物内向外呼救,外面的人很难听到。因为熊熊烈火形成一道火围墙,向外呼救实际上是很困难的。此时此刻被困的人应保持冷静,人应卧倒在地面上呼救。因火势顺着气流上升,在低矮的地方,可燃物已经烧过或还有未燃烧之处,呼救的声波可透过这些空隙向外传出。这样外界容易听到呼救声,能够及时设法营救。

如何选择避难房间

选择临街的房间,因为那样便于观察火情,可以和救援者通过呼喊、手势等取得联系,对及时获得救援大有益处;

选择有阳台的房间;

选择接近楼梯间的房间。



发生火灾后怎么办?

逃生时,身上着火怎么办?

人身上着火后千万不能跑,因为越跑火就越旺。这是因为人一跑反而加快了空气对流而促进燃烧,火势会更加猛烈。不但不能灭火,反而将火种带到别的地方,可能扩大火势,这是很危险的。应该尽量先把衣服脱掉,浸入水中或用脚踩灭;

如果来不及脱衣服,也可以卧倒在地上,把身上的火苗压灭;

可以跳入附近的水池和水塘内灭火,如果烧伤面积大,就不能跳入水中以防感染;

切忌用灭火器直接向着火人身上喷射,因为多数灭火器的药剂会引起烧伤的创口产生感染。

怎样使用湿毛巾防烟

折叠层数要依毛巾的质地而异,一般毛巾折叠8层为宜,这样烟雾浓度消除率可达60%;

毛巾不必弄湿;

使用时要捂住口和鼻,滤烟的面积尽量增大。

金德洙表示,根据部署,北京消防部门将结合电气火灾、高层建筑消防安全综合治理,持续开展隐患排查整治。

此外,还将积极推进微型消防站和小型消防站建设,强化联动联训和演练拉动,实现“救早、救小、救初期”的目标,依靠物联网、信息化手段规范管理,提升城市高层建筑消防安全管理水平。

【健康红绿灯】

绿灯

这样的猕猴桃最好吃



用手指肚轻轻按压猕猴桃的两端,不再坚硬,按压处发生轻微变形,但不是很软时是最佳食用状态。猕猴桃,“3天软,7天烂,半月坏一半”。因此,购买时应选择果实处于坚硬状态、无损伤,常温下一般放3天左右为最佳食用状态。

鳝鱼炖豆腐补钙调血糖



鳝鱼营养价值高,富含DHA、卵磷脂、维生素A和铁。对于糖尿病人来讲,其脂肪含量少,含有的“鳝鱼素”还有调节及稳定血糖的作用。

做法:炆锅后依次放入鱼和北豆腐,添汤时加盐、葱和蒜,慢火炖至剩1/4原汤,撒点香菜就好了。

红灯

饮酒过度伤害大



饮酒过度危害大:造成味觉障碍;引发急性胃炎,甚至会引起严重的慢性胃炎和胃溃疡;造成大脑功能障碍和意识障碍等;会造成肝细胞代谢紊乱,导致肝损伤;可能会发生股骨头缺血坏死;男性血中睾酮水平下降,性欲减退。

4种情况吃甜食更伤身



甜食控们注意了!以下4种情况最好别吃甜食。1.焦虑时。吃太多甜食反而会影影响情绪平稳。2.上火时。甜食会加重上火症状。3.经期时。甜食影响体内激素的平衡,加重不适。4.饿肚子时。此时吃甜食会使血糖水平快速升高,对健康不利。

咨询电话:400-004-0525 网址:www.bj525.com

心理培训·企业EAP·职工心灵驿站建设

心理健康 专业服务商 · 北京五二五科技有限责任公司

职业与健康

协办 | 北京市卫生和计划生育委员会