

防盗窗成为夺命窗?

消防提示： 安装防盗窗需预留“逃生口”

□本报记者 周美玉

北京一些老旧小区普遍安装防盗窗。防盗窗被赋予多种用途，包括防盗、防坠落、置物甚至放养小动物。但在防盗和多种用途的同时，也给消防安全埋下隐患。大兴区消防救援支队提示居民，在安装防盗窗时务必留出逃生出口。

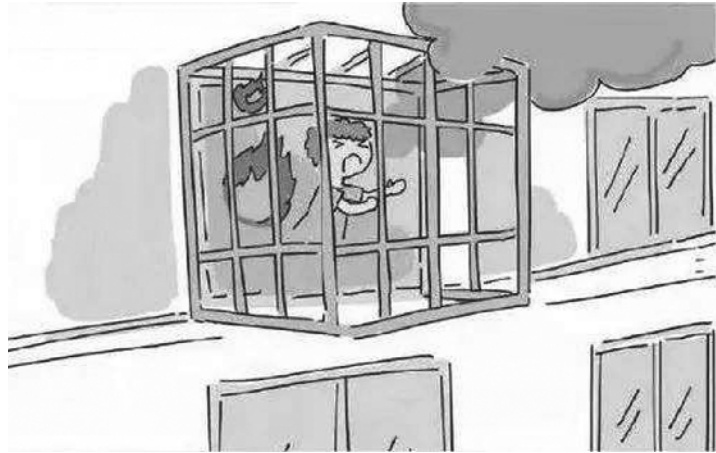
■防盗窗缘何成为夺命窗■

记者了解到，多年前安装的防盗窗大多没有逃生出口，近几年，居民大多选择带有逃生出口的防盗窗，但相当一部分人是为安装空调而留下的位置。被大火包围时，选择合适的逃生出口或者临时庇护场所至关重要。家庭类火灾中，什么情况下该选择窗口躲避或逃生呢？大兴区消防救援支队刘丙涛介绍，在发生火灾时，一般家庭安装的铁质防盗门遇热后会迅速膨胀，火灾发生几分钟后铁质门凭人力就很难打开了，加之楼道充满有毒烟雾，这时唯一的逃生之路就是窗户或者阳台。

从自救角度来说，住在低层的居民可以爬窗逃生，其他楼层的居民可使用自备的救生绳索或者用被单等撕成条连接起来索降逃生；从外部救援来说，

消防救援人员可使用消防云梯车从室外对被困人员进行救援，或者铺设逃生气垫，以备跳窗人员使用。“如果被防盗窗阻隔，不仅居民逃生困难，消防救援人员也难以进入火场，就连水枪也无法瞄准起火点，而要救出被困火场人员，消防救援人员必须对防盗网实施切割或破拆，这无疑会消耗宝贵的时间，根据火场实战经验，这个时间通常需要3到5分钟。”刘丙涛强调。

刘丙涛介绍，一旦发生火灾，防盗窗的致命缺点随即凸显出来，受困人员无法通过窗户逃生，消防水枪不容易进行灭火。加上防盗窗的材质越来越坚固，消防救援人员不能迅速通过破窗进入室内救援，致使防盗窗成为了夺命窗，这也是家庭亡人火灾的主要原因。



■记得要给防盗窗留扇小门■

室外窗是发生紧急情况下居民逃生和消防救援的重要通道，建议居民在安装防盗窗时务必留出逃生出口，并定时查看锁头。“正确的做法是，装防盗窗时预留一扇小门，火灾时能否逃生就全靠它了。”刘丙涛说。这扇小门平时锁着，当火灾、地震等意外情况发生时，可以迅速打开小门逃生。

大兴区消防救援支队提醒市民，为了自己也是为了他人的生命

安全，请自觉遵守有关消防规定，卸下防盗窗或对防盗窗进行改装，不要让防盗窗阻挡了逃生路，全力确保自身及他人的逃生路畅通无阻。

同时建议居民家庭应常备一些简易灭火器材，例如干粉灭火器、灭火毯，在家中客厅、卧室等部位安装联网型独立烟感报警器，做到有备无患，这样就可以在火灾初期灭火，避免被火逼到阳台窗口的绝境。

发生外伤需注意 医疗照射有禁忌

□本报记者 盛丽

医疗照射是外伤就医过程的一个重要环节，东城区卫生健康监督所工作人员提醒，进行医疗照射需要注意以下几点：

接受医疗照射时患者和受检者进入放射诊疗工作场所的控制区应注意出入口的警告标志和工作指示灯。当工作指示灯亮起时，说明机房内的射线装置正在产生射线，此时千万不要进入。患者和受检者进行医疗照射



时，放射诊疗工作人员要事先告知患者和受检者辐射对健康的影响，并严格控制受照剂量，对邻近照射野的敏感器官和组织进行屏蔽防护。此外，因患者病情需要其他人员陪检时，陪

者也应在放射诊疗工作人员的指导下采取防护措施。需要提示的是，受孕后8至15周的育龄妇女，不得进行下腹部放射影像检查。

什么样的机构可以开展放射

诊疗工作？工作人员介绍，《放射诊疗管理规定》第六条规定：医疗机构开展放射诊疗工作，应当具备以下基本条件：具有经核准登记的医学影像科诊疗科目；具有符合国家相关标准和规定的放射诊疗场所和配套设施；具有质量控制与安全防护专（兼）职管理人员和管理制度，并配备必要的防护用品和监测仪器；产生放射性废气、废液、固体废物的，具有确保放射性废气、废液、固体废物达标排放的处理能力或者可行的处理方案；具有放射事件应急处理预案。

【健康红绿灯】

绿灯

枕头有个最佳高度



对大多数人而言，睡眠的最佳姿势是仰卧，这有助于维持颈椎自然弧度。一般来说，枕头以8-15厘米为宜，高度可与自己的拳头高度一致。习惯侧睡的人，枕头高度与自己一侧肩宽长度一致为宜。枕头太高，容易头晕缺氧；枕头太低，容易影响呼吸；枕头太硬，容易落枕；枕头太软：血液循环差。

眼药水要滴在下眼睑



很多人习惯将眼药水滴在眼球上，这是不对的。眼药水的药液刺激角膜后，眨眼次数增多，使药液外流而降低疗效。同时，药物直接接触角膜，也会给角膜带来更多的药物性损伤。正确方法：洗净双手，可采取仰卧位或坐位，头略后仰，左手轻轻拉下眼睑成袋状，右手滴一滴眼液于袋内后，轻轻提起下眼睑覆盖眼球，使药液充满整个结膜囊内。

红灯

香薰使用频繁损伤呼吸道



香薰蜡烛是石蜡和香味剂制成的，即使是使用食品级石蜡也可能含有微量苯和多环芳烃类等杂质。石蜡燃烧会产生一些颗粒物，通过呼吸道进入肺部，使用太频繁可能损伤呼吸道。燃烧蜡烛（特别是香薰蜡烛）是室内空气污染和金属颗粒的一大来源，可能会导致室内空气铅等重金属超标，构成严重健康隐患。

睡觉半睁眼可能是病



眼球本身过大、肌肉无力以及相应的神经调控异常等，都可能导致睡觉睁眼。如果睡觉时黑眼珠处向上翻、只露出了一点眼白，一般无需干预，但如果能看到明显的黑眼珠，就需要及时就医检查，排查甲状腺相关性眼病、先天性青光眼和眼眶肿瘤等问题。

丰台区市场监管局

·广告·

“3+”模式平稳推进辖区企业复工复产

为进一步帮助辖区企业平稳有序复工复产，丰台区市场监管局丰台街道市场所执法人员全员停休上岗，走进企业，送上服务，全力帮助企业安全、有序复工复产。

加大宣传力度，提升认知度 通过微信、电话、上门指导、发放复工复产提示告知书

等多种途径开展复工复产指导工作，主动上门指导，耐心细致地为企业答疑解惑，帮助企业疫情期间顺利复工复产，共发放提示告知书86份。

加大执法强度，降低风险度 执法人员进行“地毯式”扫街摸排复工复产情况，逐户排查、动态清零，确保全覆盖。同时

结合不定时开展随机抽查，对重点区域进行精准式重点检查，全面要求企业落实疫情防控、环境消杀、人员核酸等多方面措施，确保无风险。

加大服务温度，提升融合度 服务向前一步，风险前移一步，主动为冷链食品从业人员开通绿色通道，通过发放统

一的核酸检测票，协调检测点错峰安排核酸检测人员检测时段等方式，及时有效降低从业人员上岗前风险率，也大大提升了辖区企业与监管部门的融合度。截至目前，已有120余家商户在丰台街道市场所的指导下顺利完成复工复产，辖区经营秩序健康良好。（宋楠）