秋冬取暖谨防“隐形杀手” 别忽视这无色无味的危险！

随着气温下降，我市迎来冬季取暖高峰期。居家燃煤取暖、室内围炉煮茶成为市民冬日常见生活场景。但在暖意与氛围感背后，无色、无味、肉眼不可见的一氧化碳，是冬季最隐蔽、最凶险的“隐形杀手”。记者从我市中心医院急诊医学科获悉，每年入冬后一氧化碳中毒患者都会增多，广大市民务必提高警惕，科学防范。

□本报记者 王晨



取暖季来临，一氧化碳中毒风险不容忽视

据市中心医院急诊医学科主治医师张鹏飞介绍，去年该院接诊一氧化碳中毒患者约有300例。值得欣慰的是，随着我市集中供暖覆盖范围持续扩大，居民安全取暖意识不断提升，老旧取暖设备逐步更新换代，一氧化碳中毒就诊人数呈现逐年下降趋势。

张鹏飞从全年接诊病例分析，中毒诱因主要集中在三类：居民居家燃煤生火取暖、家庭密闭空间围炉煮茶、餐饮包间炭火火锅就餐。其中，老式煤炉居家取暖是占比最高、最主要的中毒原因。结合多年临床经验，张鹏飞说，一氧化碳中毒有着清晰且典型的病情分级，初期症状极具欺骗性，很容易被大众误判。轻度中毒患者往往仅出现头晕头痛、恶心乏力、身体犯困、胸口发闷等感受，多数人会简单归因为屋内闷热、吃得太饱、身体劳累，从而错失早期处置机会。随着中毒加深，患者会进入中度中毒状态，出现情绪烦躁、嗜睡难醒、走路不稳、意识模糊等表现，少数人还会出现特征性的口唇樱桃红色，预示身体已出现明显缺氧损伤。一旦发展为重度中毒，患者会直接陷入昏迷、肢体抽搐、大小便失禁，随时可能出现呼吸心跳骤停，危及生命。

在所有风险中，最凶险、也最容易被忽视的，是一氧化碳中毒引发的迟发性脑病，这也是冬季防中毒科普的重中之重。张鹏飞解释，许多中毒患者经过救治清醒后，会进入一段长达2至60天的“假愈期”。这段时间里，患者外表看似完全恢复正常，没有任何不适症状，和健康人无异，但大脑内部的损伤仍在持续潜伏、进展。一旦度过“假愈期”，患者会突发严重后遗症，出现失语、肢体瘫痪等严重问题，部分损伤不可逆，会伴随终身。

从居家取暖到休闲聚餐，这些密闭空间要警惕

临床接诊中，多起典型案例令人警醒。此前，我市一名独居老年人，夜间为御寒紧闭门窗，使用室内煤炉取暖。深夜煤炭不完全燃烧产生大量一氧化碳堆积屋内，老人深夜熟睡期间持续吸入有毒气体。次日晨起，老人自觉头晕乏力、浑身发闷，误以为是睡眠不足，并未重视。直到午后症状加重、恶心呕吐，家属才紧急送医，确诊为中度一氧化碳中毒。万幸送医及时，经过规范高压氧全程治疗，成功规避了迟发性脑病风险，未留下后遗症。

冬日流行的围炉煮茶，也成为新晋风险隐患场景。去年冬季，市区一户居民在家中客厅密闭门窗围炉煮茶，享受冬日氛围。由于长时间密闭环境、炭火持续燃烧，室内氧气不断消耗，一氧化碳持续蓄积。短短两三个小时后，一家人先后出现头痛、胸闷、四肢发软、昏昏欲睡的症状。张鹏飞表示，这类休闲式中毒非常隐蔽，是近些年新增的高发隐患。

餐饮密闭包间炭火就餐中毒案例同样时有发生。此前，几名市民在市区一家炭火火锅店密闭包间聚餐，包间无通风窗户、排风设备开启不足，房门全程紧闭保暖。用餐后，多名食客相继出现心慌头晕、浑身无力、行走不稳的情况，紧急送医后确诊为轻度一氧化碳集体中毒。

取暖要首选安全设备，确需使用煤炉炭火应保持室内通风

针对冬季高发险情，张鹏飞呼吁广大市民熟练掌握自救、互救常识，在突发险情时能够科学处置、从容应对，最大程度保护生命健康安全。遭遇一氧化碳疑似中毒情况，现场处置的第一原则是优先保障施救者自身安全，切忌盲目冲入危险密闭空间。发现有人出现不适症状，要第一时间打开房屋所有门窗，加速空气流通，彻底切断炭火、煤炉等有毒气体源头，快速将中毒人员转移到室外空气清新、通风开阔的安全区域。转移患者后要及时调整体位，让患者保持侧卧姿势，有效规避呕吐物堵塞气道引发的窒息、误吸风险，同时做好全身保暖，避免低温刺激加重身体损伤。

冬季居家取暖，市民应优先选择集中供暖、空调、电暖设备等安全取暖方式，最大限度减少明火燃煤使用。确需使用煤炉、炭火取暖，务必保证烟囱通畅严密，定期清理烟道杂物，杜绝漏烟、堵烟隐患，取暖时段切勿完全封闭门窗，必须预留通风缝隙，保持室内空气对流。

与此同时，风靡冬季的围炉煮茶、室内炭火烧烤等休闲活动，切忌在密闭房间内长时间开展，时刻保持开窗通风。外出就餐时，尽量选择通风条件良好的大厅就餐，尽量避免在封闭无通风的包间内食用炭火火锅、炭火烧烤。

在此提醒广大市民，时刻绷紧冬季安全防范之弦，摒弃侥幸心理，牢记通风准则，熟知中毒症状，掌握急救方法，远离一氧化碳“隐形杀手”，平安温暖度过寒冬。

国家税务总局三门峡市湖滨区税务局：

便民有温度 服务无止境

“同志，我耳朵听不太清楚，好多填报的内容看不懂，麻烦你们帮帮我吧。”近日，国家税务总局三门峡市湖滨区税务局办税服务厅自助办税区迎来一位特殊的办税群众。前来办理个体工商户增值税及个税申报的王阿姨听力不佳，面对电子表单上繁多的填报项目一筹莫展。

工作人员见状，立刻拿出便民纸笔，开启“纸上对话”，耐心和王阿姨沟通信息，协助她完成信息填报、资料核对，全程细心引导，短短几分钟就顺利办完业务。“真是太贴心了，还专门拿笔跟我一句一句说，省去我好多麻烦！”办完业务的王阿姨连连道谢。临走前，工作人员还给她留下咨询电话，告诉她后续遇到问题随时可以联系，不用独自来回跑大厅。

像这样暖心的小故事，在办税服务厅不断上演。一天下午，一家小微企业的财务人员急匆匆冲进大厅，急需办理留抵退税业务。企业资金周转紧张，这笔退税款项能否及时到账，直接关系到员工工资发放和原材料采购。“您别着急，我们优先帮您梳理资料，加快内部流转。”窗口工作人员一边安抚财务人员情绪，一边逐项核对报表、凭证，第一时间录入系统，后台各岗位紧密配合，快速完成资料审核。没多久，业务顺利提交，财务人员悬着的心终于落了下来：“真的太感谢了，本来以为今天办不完，多亏你们加急处理，帮我们企业解了资金上的难题！”

从特殊群体的贴心帮办，到小微企业的加急助办，两件事例共同折射出办税服务理念的持续升级。从“群众上门找服务”到“主动靠前送服务”，从繁琐多环节到高效一站式，办税服务厅打破了传统服务的条条框框，把“为民办实事”落到每一次业务办理当中。一次次耐心沟通、一次次提速增效，让每一位走进大厅的纳税人、缴费人真切感受到：小事不疏忽，大事有担当，税务服务始终暖心在线。

张晶

陕州区第二实验幼儿园：

开展朗诵活动 展示教师风采

为深入推进全民终身学习活动周，厚植教师爱祖国、爱家乡、爱幼教情怀，激励教师坚守幼教初心、勇担育人使命，日前，陕州区第二实验幼儿园开展了以“爱祖国·爱家乡·爱幼教”为主题的朗诵活动。

活动中，该园教师朗诵《满江红》《祖国啊，我亲爱的祖国》，以慷慨激昂、深情真挚的语言抒发家国情怀；朗诵《天鹅城里天鹅舞》《陕州之歌》，以诗意表达描绘天鹅城灵动秀美，抒发对家乡的热爱与赞美；《最美人民教师》《我是幼儿教师》聚焦幼教岗位的平凡与坚守，展现幼儿教师以爱育人的职业情怀和责任担当。

此次活动以朗诵为载体，将全民终身学习与师德师风建设、家国情怀教育有机融合，丰富了教师文化生活，展示了教师风采，进一步凝聚了“躬耕幼教、担当使命”的思想共识。今后，该园教师将把爱祖国、爱家乡的真挚情感转化为爱幼教、育新苗的实际行动，立足岗位、终身学习，为学前教育高质量发展贡献力量。 王焕峡