

《台州血库告急,快来为生命“加油”》后续报道

## 爱心集结 “热血”接力

无偿献血仍需您的“一臂之力”

新闻37°C

台传媒记者李筱筱

1月30日,本报第5版刊登《台州血库告急,快来为生命“加油”》的报道,呼吁市民加入到无偿献血的队伍中来,捐献热血,挽救生命,引发了社会广泛关注。这些天,爱心人士踊跃集结,用“热血”接力,助“一臂之力”。

2月1日,台州市红十字会、台州市立医院(台州市红十字会)、椒江区红十字会、椒江区无偿献血事务中心在台州市立医院广场前联合开展“迎新献爱心”无偿献血活动,广大医务人员、志愿者们、来往的群众踊跃参加,为生命加油。当天,累计成功献血51人,总献血量达15400毫升。

在此特殊时期,椒江团区委迅速行动,开展青春报到“热血”同行——志愿服务,招募青年志愿者积极参与无偿献血。2月3日,来自椒江区消防大队、椒江区税务局等单位的45名青年志愿者们在献血屋集合,用“热血”助力社会公益,总献血量达22400毫升。

无独有偶。2月1日,临海邦迪医院有

限公司组织党员干部、医务人员进行无偿献血;2月2日,椒江区献血办、章安街道办事处、章安街道社区卫生服务中心在章安街道农业银行(华景村)门口联合举办无偿献血活动,还有很多市民主动前往各献血点踊跃献血……

如今,我市各血型血需求情况如何?2月8日,记者从台州市中心血站了解到,目前,AB型血正常,A型、B型、O型血偏少,而1月30日时,血库O型血告急,A型、B型、AB型血偏少,与此前相比,目前情况有所好转。

接下来,无偿献血仍需您的“一臂之力”。产后大出血、各种血液病及实施外科手术

目前血液不能人工制造或由其他物质替代,只有靠18至60周岁、身体健康、符合献血条件的公民献血来获取。

值得注意的是,捐献全血的间隔期为6个月。献血前,要注意保证睡眠,切勿饮酒,清淡饮食,忌空腹献血,计划献血前的一周无感冒、发热、腹泻、服用药物等情况,女性避开经期前后三天。献血时,请携带身份证等有效证件。献血后,要注意休息,适当补充水分,24小时内勿剧烈运动、高空作业和过度疲劳。

对于曾感染新冠的无症状、轻型和普通型感染者,发烧、咳嗽、咽痛等上呼吸道感染症状痊愈后一周,是可以献血的。但如果是重型或危重型的感染者,则需在康复6个月后才能献血。

警惕!诺如病毒感染正处于高发期,台州疾控提醒——

## 保持良好卫生习惯,呕吐腹泻要及时就医

台传媒记者周子凝

近日,多地疾控部门提醒:诺如病毒感染引起的急性感染性腹泻已进入发病高峰期。台州市疾控中心在此提醒广大市民,诺如病毒是急性胃肠炎的主要致病原之一,传染性强、传播速度快,所有人都容易感染。因此,在日常生活中,要时刻注重个人卫生和防护。

“研究表明,诺如病毒的感染剂量低,18个病毒粒子就可感染人。通俗来说,一丁点病毒就能让人感染。”台州市疾病预防控制中心传染病防制科工作人员顾明明解释,诺如病毒一般通过气溶胶或者接触传播,比如感染者的呕吐物、粪便等里面都含有大量的诺如病毒,暴

露在空气中会形成气溶胶,再通过空气,引起人与人之间的传播,此外,接触被病毒污染的物品、食用被病毒污染的食物和水也容易被感染。

他进一步解释,感染后,最常见的就是引发急性胃肠炎症状,如腹泻、呕吐,也会出现恶心、腹痛、头痛、发热等症状。儿童和成人感染后症状有所不同,儿童以呕吐为主,成人则以腹泻居多,“诺如病毒感染以轻型为主,少数病例会发展成重症甚至死亡。如果出现呕吐或者腹泻比较严重的情况,建议大家及时到医院就诊。”

眼下,春节假期已过,学生返校、工人返岗,各公共场所人群较为密集,因此,对于诺如病毒引起的症状不可掉以轻心。“各

单位要做好日常健康监测,尤其是托幼机构、学校等,一旦有人出现呕吐、腹泻等症状,要立即报告校医,停课休息,杜绝带病上课、上班。同时,各单位也要组织常见病培训,提高应急处置能力。”顾明明说,感染后,产生的抗体没有明显的保护作用,极易出现反复感染,目前预防控制主要采用非药物性措施,因此不要症状一消失就认为已经恢复了,一定要等到症状消失后3天才能返学、返岗。

如果出现集体腹泻现象,所在单位必须立即向当地所属卫生院或疾控中心报告,接报后,疾控部门会到达现场进行应急处置,第一时间对场所进行管控,用含氯消毒剂对呕吐物、粪便等污染物所污染的环境物体表面、生活用品、食品加工工具、

生活饮用水等进行消毒,当然,在处理污染物时,务必做好个人防护工作;同时建立疾病监测系统,重点加强恶心、呕吐病例的询问排查,发现可疑病患时,要立即采取隔离、留样、送诊、居家观察等措施,并报告辖区中心卫生院。

在日常生活中,保持良好的手卫生是预防诺如病毒感染最重要和最有效的措施。顾明明建议,市民在饭前、便后、加工食物前应按照7步洗手法正确洗手。另外,要注意个人饮食、饮水卫生,做到喝开水,吃熟食,生熟食物分开保存,避免交叉污染。如果家人感染诺如病毒,要谨记止吐、止泻、预防脱水是关键,还要注意患病者不要和健康家人近距离接触。

## 服用维生素C提高免疫力?

医生提醒:维C虽好,不可贪多

台传媒记者张梦祥

近期是流感高发季,在各种抵抗病毒、加强免疫力的建议中,少不了“补充维生素C”,该如何正确补充维生素C呢?医生提醒,维C虽好,不可贪多。

天台县人民医院药剂科副主任林群介绍,免疫系统三道防线的正常运作,都离不开维生素C的支持。维生素C具有促进胶原合成,增强免疫功能,促进矿物质吸收,减少动脉硬化,抗氧化和抗肿瘤的作用。如果缺乏维生素C会导致情绪不稳、易激惹、厌食、体重不增、面色苍白、倦怠无力,可伴低热、呕吐、腹泻等症状。

“虽然维生素C是所有维生素中每日需求量最大的一种,但是只要日常食物均衡,完全可以从食物中获得充足的维生素C。需要注意的是,维生素C容易被高温破坏,因此应尽量缩短烹调时间,最好生吃,加热的菜也选择焯水凉拌、急火快炒等方法,减少维生素C的损失。”林群提醒,摄入的维生素C主要在空肠上部被吸收,所以并不是吃得越多越好。只有当日常食物中含有维生素C的食物过少,或者特殊原因导致机体对维生素C的需求量增大时(如妊娠和哺乳期妇女、儿童、疾病恢复期,以及胃肠道吸

收功能差的老年人等),可以额外进行适当的补充。

林群表示,若真需要补充维生素C,应在医生的指导下服用。一般推荐饭后服用,有研究表明空腹的吸收率低于餐后的吸收率。不要用茶水或饮料送服,以免和茶水中的茶碱成分或饮料中的苯甲酸钠发生反应,“如果服用的是维生素C泡腾片,最好用40℃以下的水冲泡,因为高温会导致维生素C被破坏。另外,溶解后尽快喝完并及时漱口,以保护牙齿。”

虽然维生素C有诸多好处,但是吃多了也会造成严重后果。“成人的最高耐受摄入量每日2克,如果过量补充

药品维生素C或维生素保健品,可能会加重肾脏负担。”林群坦言,长期每日服用1克以上,会引起皮肤红亮、头痛、恶心、呕吐、腹泻、腹痛、皮疹、尿频等症状。长期每日服用2-3克,可引起肠蠕动亢进、腹泻、腹痛、消化道出血等症状。过量的维生素C还可能引起草酸及尿酸结石的生成,因此痛风、高尿酸血症、肾结石等患者应慎用维生素C。值得关注的是,过量的维生素C还会导致白细胞无法及时清除病原体,反而降低人体免疫力。如果已经长期大量服用维生素C,也不可以突然停药,应逐渐减量,以免导致反跳性坏血病。

## 三门:净居亮居托起残疾人“阳光生活”

扶残助残进行时  
台州市残联协办

本报(通讯员郑海英 邵华琴)2月7日一早,三门县沙柳街道的张良千在家门口迎来了一辆满载冰箱、洗衣机、煤气灶的货车。来自三门县残联、中国狮子联会浙江海门服务队志愿者们在一一清点物品后,帮他家电安装到房间里。

张良千是一名残疾人,也是一名低保户,2021年三门县残联将其纳入净居亮居改造户,2022年该县残联先后对其开展了安居工程及无障碍家庭改造。几年来,他家从原先的砖木结构,变成了干净整洁的二层混凝土平房,至此,张良千的居住

环境彻底迎来了“改头换面”。现场,参与改造的中国狮子联会浙江协调长阮西娅说,此次净居亮居工程是根据残疾人的实际情况,为每家每户量身打造,目的是改善残疾人的居住环境,提高他们的生活品质。

据了解,近年来该县残联精准施策、精密组织、精心服务“三管齐下,扎实推进”净居亮居工程,在原慈善助残危房改造和净居亮居改造项目困难残疾人家庭的基础上,进行需求摸排,最终确定资助对象。截至目前,全县已有100户残疾人被列入“净居亮居”改造工程。

该县残联有关负责人表示,接下来,他们将继续结合无障碍进家庭、安居工程、慈善危房等工作,共同打造全县残疾人的爱心暖居工程。



日前,市公安局路桥分局路桥派出所民警走进海苑幼儿园,为小朋友们上了一节安全知识课。现场,民警通过知识讲解、情景模拟等方式,提高小朋友们的交通安全防范意识。

周说气象

## 一波晴好天气候场

郑红

1月的台州,光照时数较常年偏多38%,但进入2月后换成阴雨控场,阳光反倒成了稀缺品。刚刚过去的一周,阴雨仍旧牢牢掌控着天气舞台。

本以为双休日雨雾缭绕,能见度差,不太适合出行。没想到周日白天雨水暂歇,阳光闪现,白天最高气温冲破20℃,暖风拂面,让人颇感惊喜。中午前后,许多小伙伴蠢蠢欲动,纷纷呼朋唤友,走出家门,约饭、聚会、游玩,公园里、广场上,到处是撒欢的小伙伴。

冬日里,每个异常暖和的日子后面,总是跟随着一股强冷空气。这不,蛰伏多日的冷空气要发威了,且要狠狠地刷一波存在感,预计日平均气温过程降温幅度可达8-10℃。

今天依旧会有小雨光顾,气温将迎来明显下降,最高气温重回“1”字头。随着冷空气的逐渐渗透,今明两天沿海海面有8-10级偏北大风,今天内陆平原原有5-7级阵风,沿海地区及高山区有7-9级阵风。15日、16日早晨气温较低,北部地区最低气温0℃左右,有薄冰,山区-1--4℃,有冰冻,其他地区2-4℃,有霜。

冷空气过境后,2月以来被阴雨牢牢掌控的天气舞台,终于将迎来转折,14日天气情况将好转,接下来还会迎来一波晴好天气。不仅如此,17日开始,在阳光的助力下,气温又开始放飞自我,周末最高气温再次直冲20℃,甚至有可能更高。

天气急速转换之际,隔天如换季,气温波动比较大,大家要根据天气变化的节奏,及时增减衣物,合理安排好生活,千万别让感冒钻了空子。

台州市区具体天气预报如下:周一阴有小雨,8-16℃;周二阴转多云,5-11℃;周三晴到多云,3-12℃;周四晴到多云,2-11℃;周五晴到多云,3-17℃;周六多云,夜里转阴局部小雨,8-20℃;周日多云到阴局部小雨,13-20℃。

街巷微闻

## 老太从养老院溜出 热心市民帮忙送回家

本报讯(记者张梦祥)“天台104国道”上有一名老太太独自冒雨走了很久,貌似有老年痴呆症,往乌龟山方向走了,有人认识她吗?2月8日下午,天台公安救援队队员许斌在微信朋友圈看到了这样一条信息。多年的救援经验告诉他,不能耽误,应尽快送老人回家,于是一场护送走失老人回家的暖心接力就此展开。

得知消息后,许斌立即放下手头的活,询问老太太最新的位置及可能前进方向,便从白鹤镇赶回城区。“因为中间有时间差,谁也不知道老太太最终往哪里走了,只能开车顺着这个方向一路找过去。”许斌说,花了一个多小时,终于在路边发现了老太太的身影。

找到老人后,许斌发现她头发整齐,身上御寒衣物整洁干净,推测走失时间不久。“大妈,您叫什么,是哪个村的?准备去哪里?”许斌耐心地询问老人,但老人一直无法回答他的问题,只称自己要回家。

为防止老人继续受冻,许斌将老人扶上自己的私家车。期间,许斌试图通过交流找到老人住址等信息,但老人含糊不清,也不记得电话和姓名,只能说“大华”这个地名,这让他犯了难。于是,许斌发朋友圈征集线索,并向派出所民警寻求帮助。

幸运的是,老人的家属们也报了警,此时民警们正在搜寻老人的走向。随后,许斌将老人送往其家人处。

经了解,老人姓鲍,天台县三合镇人,患有老年痴呆症,平时住在养老院。当天中午从养老院溜出,迷迷糊糊走反方向,找不到回家的路,这才在路上走了将近三个小时,多亏热心市民和警方及时救助。

作为公安救援队的一员,许斌从事公益事业已经多年,之前有不少帮忙寻回走失儿童、老人的经验。“当时也没想这么多,就觉得一直下雨,老人万一摔倒了,不及时找到的话容易出意外。”

## 他的急躁脾气被民警“治愈”

本报讯(通讯员徐有弟)“特别感谢陈警官,你是我遇到最有耐心的人,给了我很多帮助,现在我不跟别人吵架了,脾气好多了……”阿强(化名)是一名在玉环务工多年的安徽籍老乡,他口中的陈警官是玉环市公安局坎门派出所的民警陈俊杰。

二人的相识还得从去年7月9日起。那天,阿强和他的朋友因为一些小事发生了口角,继而升级为肢体冲突,周边群众及时报了警,当时负责处理这起警情的民警便是陈俊杰。在陈俊杰的一番教导下,双方都为自己的冲动行为感到后悔,最终两人握手言和。

在这起纠纷的平息过程中,陈俊杰了解到阿强是个性格非常急躁的人,曾多次因小事与别人起冲突。为避免他再次冲动酿成大错,陈俊杰告诉阿强,若下次再遇“上火”的事情,先克制情绪,然后在第一时间联系自己或拨打坎门派出所值班台电话求助。就这样,阿强开始了这段与陈俊杰的特别缘分。

一开始,陈俊杰经常会接到阿强的来电,有在工作时间打来的,也有在他休息时打的,不过不管什么时候,他都认真倾听阿强的倾诉,耐心地帮他疏导、缓解冲动情绪。在陈俊杰的引导下,阿强渐渐学会自我调节,不再与人起冲突,致电频率也越来越低,最近一次来电还是去年11月底。

“拳头是伤人害己的利器,法律才是保护我们的武器,忍一时风平浪静,退一步海阔天空,打架成本高,动手前多想老婆孩子!这是陈警官经常开导我的话,我一直铭记在心。”阿强说,春节前夕,他多次被别人用言语挑衅,若照他以往性子早就动手了,但现在的他胸襟变宽,毫不在意那些是非。

阿强的改变,他身边人都是有目共睹的。现在他和家人、朋友的相处也更融洽了。为感谢陈俊杰的帮助,2月6日,刚从老家过年回来的他,特意带着“一亩田”公正执法“热心为民”的锦旗到坎门派出所,向陈俊杰表达谢意。

## 八旬老人走失山林 “传统+科技”接力搜救终寻回

本报(记者郑红 通讯员胡明霞 吕港)“找到了,在这里!”2月8日晚10时20分许,通过“传统+科技”接力搜救,救援人员终于找到走失的八旬老人。老人头部摔伤,但生命体征平稳,众人合力将其背下山。

当天傍晚5时30分,玉环市公安局干江派出所接到报警称,滨海村一名患有老年痴呆症的八旬老人独自上山,家人苦寻未果,十分担忧。

接警后,派出所立即组织警力开展搜寻工作。同时,民警通过对讲机向玉环市公

安局情报指挥中心请求支援。

第一轮搜救过程中,民警在后门山一处台阶上发现血迹,还有一根拐杖。经家人辨认,初步判断是老人受伤后留下的。但仅凭血迹,无法判断老人的受伤程度,大家都皱起了眉头。这时,雨越下越大,气温也越来越低,山间雾气弥漫,能见度低,这让搜救工作变得更加艰难。

与此同时,巡特警队员和阳光救援队员接到指令后,迅速集结前来增援。在第二轮搜救过程中,特警带着警犬缩小了搜救范围,派出所民辅警、阳光救援队员、村干

部和热心村民纷纷加入救援队伍。

“阿爸,你去哪里了,快点回来吧。”眼看夜已深,老人女儿心里的担忧又多了几分,她声嘶力竭地喊着,希望父亲能够听见,回应一声。

直到晚上10时5分,雨势逐渐减弱,无人机搜寻条件具备,巡特警大队警航组马上排布好升降点位。伴随着“呼呼”声,无人机迅速升到空中,与地面搜寻人员形成空地一体协同作战模式。

通过无人机红外热成像巡视,5分钟后,无人机在山脊位置飞行时,警航组队员

发现显示屏上出现了一个移动的红点,卧倒在草丛里。“好像发现老人了,你们快点过去确认一下。”阳光救援队队员陈雅雅顺着悬停在空中无人机的灯光,迅速赶到相应位置,找到了走失老人。

经初步检查,老人头部受伤,但无大碍,参与救援的57人都松了口气。

警方提醒,市民要加强家中老人的看护,如老人存在记忆障碍,应给老人多一些关怀,出行时携带家人的联系方式。如果有条件,可为老人配备具有定位功能的电子设备。