

“剪刀石头布”竟是救命口诀 社区萌娃练就“急救超能力”

8月11日,武昌区首义路街道719社区活动室里,口令声此起彼伏——“剪刀、石头、布!”这不是课间游戏,而是孩子们正在练习海姆立克急救法的操作口诀。来自湖北省妇幼保健院洪山院区的耳鼻喉科护士王福和骨科医生张明把“急救小卫士训练营”搬进社区,用情景模拟、实操互动的方式,为孩子们送上了一堂“听得进、记得住、用得上”的急救课。

“气道完全堵塞后,只有4—6分钟黄金抢救时间,学会这一招,关键时刻能救命。”王福拿出婴儿模拟人,台下小朋友的眼睛就亮了。她结合最新版急救指南,把复杂的手法拆解成“拍背5次+冲击5次”的循环,又用“剪刀石头布”口诀教大家定位:剪刀——脐上两横指,石头——握拳顶住定位点,布——另一只手包住拳头,快速向内向上冲击。“以前以为卡喉了拍背就行,原来要先拍背再冲击,不然异物可能越卡越深!”10岁的刘煦霖自告奋勇上台演示,规范的操作赢得阵阵掌声。

外伤急救环节画风一转,桌上摆出了绷带、三角巾和自制夹板。张明医生拿着PPT里的“出血量杯子比喻”提问:“打翻一小杯水是毛细血管出血,打翻一瓶水是静脉出血,像开水龙头一样喷出来的是什么?”“动脉出血!”孩子们异口同声。

随后,他演示了环形包扎、8字包扎和前臂骨折超关节固定:“先止血、



张明医生现场教孩子前臂骨折超关节固定。

再固定、垫软物、查血运、挂胸前,记住这几步,骨折就不能乱动啦。”10岁的汤涵冰在医生指导下完成手部包扎后说:“原来急救不是大人的专利,我们小孩也能当‘第一救援者’!”

这堂90分钟的课,把海姆立克

急救和骨折外伤处理两个“保命技能”揉进了游戏里。719社区负责人介绍,暑假以来社区推出系列安全训练营,从防溺水到应急避险,力求让每个孩子都带着技能过暑假。湖北省妇幼保健院洪山院区相关负责人

表示,将持续走进社区、校园,把“敢于施救、科学施救”的种子种进更多孩子心里,让急救知识真正成为守护生命的“疫苗”。

文/实习生许雅桐 通讯员陈宇奇 陈璐 图/谢源

废旧电池会毒害土地吗?

“绿色兑换”给答案还能兑好礼

“姐姐,我攒了20节旧电池,它们会毒害土地吗?”近日,武昌区南湖街道水域天际社区活动室大厅里,小朋友李熹踮着脚尖,把一袋废旧电池投进红色回收箱。随着一声清脆的“咣当”,这些“流浪”已久的有害垃圾终于找到了“回家”的路。

这是一场名为“绿色兑换”的特别活动。孩子拉着父母的手、老人提着大包小包,将家中带来的过期药品和废旧电池投入专用回收箱。志愿者逐一登记数量,并为每位参与者递上环保帆布袋。

现场欢声笑语不断,有家长互相交流着平时如何处理过期药品,也有小朋友约好回家继续“搜罗”旧电池,等下次活动再来兑换。

短短一上午时间,回收箱已被装得满满当当。社区青年志愿者第一时间将回收的有害垃圾统一归集、装



亲子家庭积极参与环保活动。

社区供图

袋,并移交至专业处理机构进行无害化处置,确保每一粒药片、每一节电池都走向该去的地方。

水域天际社区相关负责人介绍,社区用一场“小手拉大手”的实践,拆解了垃圾分类最难啃的“硬骨头”,让环保不再是冷冰冰的规则,而是邻里间有温度的约定。

通讯员刘丽莎 实习生吴若源

纳凉茶话会点亮幸福时光

日前,东西湖区吴家山街道祁家山社区携手养心堂养老服务中心、湖北银行,在社区三楼养老活动中心开展纳凉茶话会。社区长者与小朋友欢聚一堂,用欢声笑语绘就和谐宜居的邻里新图景。

茶话会在居民自编自演的文艺节目中热闹开场。韵味悠长的楚剧、豫剧连连唱响,老票友倾情演唱,唱腔地道醇厚,台下长辈轻声哼唱,陶醉其中;悠扬的个人独唱、轻柔的手指舞接连登场,尽显邻里多才多艺。小小少年勇敢站上舞台,清脆稚嫩的歌声、天真可爱的模样,引得爷爷奶奶们连连鼓掌、满眼笑意。“一老一小”同台欢聚,温馨氛围浸润全场。

才艺展演后,湖北银行带来趣味便民互动宣讲。在“老照片与旧物件分享”环节,老年居民娓娓讲述过往岁月,孩子们静静聆听,跨越代际的温情在交流中缓缓流淌。消暑休憩



社区工作人员贴心地为居民服务。

时,清甜西瓜、各式点心奉上,祖孙并肩品尝瓜果,定格邻里相伴的美好瞬间。

祁家山社区将持续整合资源,优化“一老一小”服务,常态化开展邻里特色活动,以温情服务持续绘就社区治理崭新画卷。

文图/通讯员田梦