

# 弯腰穿越浓烟弥漫的“课堂”

## 多校积极开展安全教育,实训体验让安全知识“活”起来



沙田学校(左)和洛川学校的学生开展安全实训。



受访者供图

青年报记者 刘春霞

本报讯 在模拟火灾逃生演练中学会保持冷静、正确逃生,在模拟电梯故障场景中学习被困电梯时的正确应对方法,在各种特效设备营造出的逼真场景中感受自然灾害的威力……新学期开学后,上海不少学校纷纷开展安全实训活动,让学生在实践中学安全知识,提升自我保护能力。

在安全教育上,上海市沙田学校始终秉持“安全第一,预防为主”的理念,致力于为学生打造全方位的安全防护体系。新学期开学后,学校七年级学生开展了一次“8课时”安全实训活动。一走进消防安全实训馆,同学们就被眼前的场景吸引:“哇,这里好逼真啊!”模拟的客厅、卧室和厨房,仿佛置身于真实的家庭环境中。在教官的指导下,大家仔细寻找火灾隐患,从电器的正确使用,到易燃物品的放置,每一个细节都不放过。在随后

的模拟火灾逃生演练中,浓烟弥漫,警报声响起,同学们迅速用湿毛巾捂住口鼻,弯腰低姿,沿着安全通道有序撤离。紧张刺激的逃生过程,让大家深刻体会到了火灾的危险和逃生的紧迫性,也学会了在关键时刻保持冷静,正确逃生。

在日常生活实训馆,同学们体验了乘坐升降电梯、自动扶梯和上下楼梯的安全要点。在模拟的电梯故障场景中,大家学习了被困电梯时的正确应对方法;在楼梯实训区域,同学们通过亲身实践,掌握了正确上下楼梯的姿势,避免因奔跑、打闹而引发的意外事故。而在道路交通安全实训馆,通过观看交通事故案例分析、了解交通信号和交通安全守则,大家也认识到了遵守交通规则的重要性。学校老师表示,此次安全实训活动,不仅让学生在实践中掌握了丰富的安全知识和技能,更在他们心中种下了安全的种子。

上海市洛川学校七年级的同学们也开展了为期一天的安全实训活动,他们走进四维安全学堂,通过沉浸式的体验,学习了涵盖多个维度的安全知识。在气象灾害实训环节,同学们了解了气象灾害的形成原理、危害以及防范措施。教官借助先进的模拟设备和生动的案例,向大家展示了台风、暴雨、雷电等常见气象灾害的威力。在模拟气象灾害场景中,同学们学会了如何在恶劣天气下保障自身安全,切实提高了对气象灾害的防范意识和应对能力。

4D教育片中的自然灾害场景让七年级学生陈灵萱觉得惊心动魄,她表示,课上的安全防范视频全面又实用,“模拟电梯故障时,我学会了冷静应对;大巴课上,老师教的有序逃离和自救方法也让我收获满满。”安全实训中,通过模拟装置体验台风由小到大的风雨变化,让张家桢同学对台风有了全新认识,“那

种身临其境的感觉令人印象深刻,我明白了台风来临前要做好充分准备,储备物资、固定物品等。台风来临时则要尽量待在安全室内,远离危险区域。”而让侯佳萱同学最受触动的则是急救技能培训,在导师指导下,她第一次完成了心肺复苏,并深刻意识到,关键时刻的几秒钟可能就是生与死的界限,“这里没有枯燥的理论,只有真实的危机模拟与实用的应对技巧。”

上海市光明中学特别邀请了外滩派出所小蜜蜂宣传队走进校园,为同学们带来了一次别开生面的安全第一课。宣传队的警官不仅介绍了《中华人民共和国道路交通安全法实施条例》和《上海市非机动车安全管理条例》的主要内容,还结合生动的案例,向同学们阐述了遵守交通规则的重要性。在防欺凌教育环节,警官深入解读了欺凌的内涵,并通过以案说法的形式,展示了欺凌的严重危害和法律责任。

除了面向学生开展安全第一课,为进一步提升教师应对突发事件的救护能力,培养一批具备专业救护技能的应急救护员,为学校安全防线增添坚实力量,光明中学还为班主任、卫生老师及体育老师团队开展了一场专业而全面的应急救护培训。来自黄浦区红十字会的资深讲师们为参训老师带来了生动且实用的救护知识讲解,培训内容涵盖了成人心肺复苏术(CPR)、自动体外除颤器(AED)的实操练习、气道异物梗阻的紧急救护方法,以及创伤救护中的止血、包扎等关键技能。培训结束后,每位参训老师都接受了严格的操作考核。

学校方面表示,举行应急救护培训,不仅提升了教师的应急救护能力,也为校园安全提供了有力保障。学校将以此次培训为契机,进一步加强校园安全管理和应急救护体系建设,为师生创造一个更加安全、和谐的学习生活环境。

## 呼吸道传染病仍处高发季,家长请勿掉以轻心



上海市青少年活动中心南广场的健康科普快闪活动。

青年报记者 常鑫 摄

青年报记者 顾金华

本报讯 气温如过山车,上海市民能在短短三天内感受四季。冬春季节是呼吸道传染病高发季节,其中,呼吸道合胞病毒作为一种常见的病原体,对婴幼儿、老年人及免疫力低下人群构成威胁,尤其是对于1岁以内

的婴幼儿来说造成的健康危害尤为明显。

本周是都市健康日婴幼儿呼吸健康防护周,主题聚焦于婴幼儿呼吸道健康的保护。上海儿童医学中心新生儿科副主任医师张国庆接受采访时表示,家长和社会各界应提高警惕,采取科学有效的预防措施,为婴幼儿

筑起健康防线。

### 呼吸道合胞病毒处在高发期

“呼吸道合胞病毒的流行期通常为11月至次年4月,目前仍处于高发期的尾段,家长需保持警惕。RSV感染的早期症状包括鼻塞、流鼻涕和轻微咳嗽,容易被忽视。随着病情加重,患儿可能出现频繁咳嗽、喘息、呼吸困难甚至紫绀(口唇发紫)等严重症状。一旦发现婴幼儿出现上述症状,应及时就医,避免延误治疗。”张国庆表示,RSV感染不仅可能导致住院治疗,还可能对肺功能造成长期损害,甚至影响心脏和脑部健康。目前,尚无针对RSV的特效治疗药物,预防显得尤为重要。

那么,如何科学预防措施呼吸道合胞病毒?由于RSV感染后尚无特效药物,多采取对症治疗,所以该病的预防尤为重要。目前,国内已有获批上市的RSV长效单克隆抗体注射液,可提供特异性被动免疫防护,预防新生儿和婴儿在出生后的第一个流行季节(当年11月至次年4月)

的呼吸道合胞病毒感染。目前,包括上海儿童医学中心、上海儿童医院、复旦大学儿科医院、新华医院等7家医院12家院区可以注射单克隆抗体。

张国庆提醒,在日常生活中,需要注重手部卫生,家长和照顾者在接触婴幼儿前务必洗手,使用肥皂或含酒精的洗手液。定期清洁和消毒婴幼儿常接触的物品,如玩具、餐具等。减少婴幼儿与感冒或呼吸道感染患者的接触,尽量避免前往人群密集场所。保持室内空气流通,减少病毒传播风险。此外,尽可能坚持母乳喂养,因为母乳中的免疫成分有助于增强婴幼儿的抵抗力。

### 儿童流感防治仍面临挑战

除了合胞病毒外,流感病毒仍然是众多家长关心的话题之一。

根据全国流感样病例和流感病原学监测数据显示,15岁以下儿童门诊流感样病例就诊负担最重,远高于成人。我国流感导致的住院病例中有90%发生在15

岁以下儿童,部分患者可进展为重症病例,其中呼吸系统并发症和流感相关脑病或脑炎是儿童流感的主要死亡原因。据我国疾控中心的流疫情报告显示,90%以上的流感发生在学校以及托幼机构。随着开学季的到来,儿童流感防治又将面临挑战。

上海市青少年活动中心南广场的健康科普快闪活动吸引了众多关注。活动设置识别流感症状贴纸、打败流感、健康许愿等关卡,将科普与娱乐融合,活动现场气氛热烈,参与者积极投入,在完成任过程中增强了流感防控意识。

本次“预防流感,阻断传播”公益活动将持续一个月,其间将开展一系列线上线下活动,包括流感预防知识科普、专家讲座、互动游戏等,旨在提高公众对流感预防的认知,倡导科学预防理念,共同守护青少年健康成长。

“流感传播快、影响广,校园防控至关重要,强化宣传引导、借助校园广播普及知识,同时加强校园卫生整治,全力保障校园公共卫生安全。”专家表示。