健康课堂

如何正确拨打120？
咱厝专家聊急救知识

本报记者 吴清华

外伤、车祸、急病等等，人的一生中总会遇到这些突发情况。120急救电话广为人知，如何拨打120，是每个人必备的生活技能。然而，现实生活中，绝大多数人并不知道什么情况该打120，且不知道该如何与调度员和急救人员进行沟通，往往延误了急救、抢救的最佳时间。那么，什么时候需要拨打120？拨通120后如何与调度员沟通，以及救护车派出后如何与急救人员沟通？下面，我们来看看晋江市120急救指挥中心副主任张家荣怎么说。

错误的呼救方式导致急救延迟

4月16日下午，一起高处坠落的急救事件，晋江市120急救指挥中心共接到了2次不同的呼救电话，相隔3分钟！第一次呼救电话里传来了一位女性路人惊恐的高分贝声音："120啊，救命！啊啊，快来啊……有人跳楼……"当调度员问："您先别急！请告诉我您的地址！"对方依然哭喊："救命！救命！救命！"不一会儿，"啪"的一声，电话被切断了。当调度员再拨呼救电话，电话忙音，居然占线。

漫长的3分钟后，晋江市120急救指挥中心的电话再次响起，有位中年男性打来电话，他情绪稳定且明确地告诉调度员发生此次事故的地址，调度员听到地址后，便立马派出了附近的120急救车。

"第一次电话，虽然早了3分钟，为事故当事人提前争取了时间，但是她却没有说明发生了什么需要急救的事情，也没有提供有效的地址信息，属于无效呼救。第二次电话，则属于有效呼救。"张家荣表示，"错误的呼救方式无法提供有效的信息，导致急救效率降低。值得一提的是，在任何电话上均可免费拨打急救电话120。"

如何正确拨打120？

"首先，应该稳定情绪，止住哭泣，向调度员阐述清楚。其次，要配合调度员的提问，交代清楚事发地点、联系电话等基本信息。接着，在确保周围环境安全的情况下，建议尽量不要离开患者，这样可以让调度员最快地了解到急救现场的情况。最后，切勿中断电话，也不要急躁，调度员在派出急救车的同时，会给予市民及时、有效、可行的自救、互救指导。"张家荣介绍说。

此外，还有很重要的一条，除非调度员提示，否则千万不要抢在调度员前面挂断电话。

拨打120需把握"黄金4分钟"

心搏骤停的严重后果以秒计算，时间就是生命：10秒——意识丧失，突然倒地；30秒——全身抽搐；60秒——自主呼吸逐渐停止；4分钟——开始出现脑水肿；6分钟——开始出现脑细胞死亡；8分钟——"脑死亡""植物状态"。

此外，时间与抢救成功率息息相关。开始抢救时间如果小于4分钟，心肺复苏的成功率还能达到60%，当开始抢救时间处于4~6分钟时，心肺复苏的成功率便骤降到10%。因此，当发生紧急情况时，一定要及时拨打120，把握"黄金4分钟"。

本地医讯

上海心血管及老年病专家黄高忠教授下周一到晋江市中医院坐诊

本报讯（记者 吴清华 通讯员 洪尚妙）6月14日，上海交通大学附属第六人民医院心血管、老年病专家黄高忠教授将莅临晋江市中医院坐诊。坐诊时间为6月14日（星期一）上午8:00—12:00，下午2:30—5:30。出诊诊室位于晋江中医院门诊五楼名医工作室。黄高忠教授，系上海交通大学附属第六人民医院、特需医疗科主任、主任医师、硕士研究生导师、临床医学博士。1985年毕业于第二军医大学海军医学系，从事心血管专科和老年病临床和科研工作。担任中华医学会上海分会老年医学专科委员会委员，中国医师协会中西医结合分会心血管病专家委员常委，《心脏杂志》《中华老年多器官疾病杂志》编委，《中华高血压杂志》《第二军医大学学报》特约审稿专家，具有扎实的内科基础理论和临床实践。擅长于高血压、冠心病、心律失常、心力衰竭、心血管临床药理及老年病诊治。温馨提示，请前来就诊的患者携带就诊卡（医保卡、农保卡）及以往病历、检查报告、体检报告等，以方便医师检查。预约方式：1.联系人：赖清锋，联系电话：13636902330；2.电话预约挂号：0595-85891234（医院预约服务中心）。

省协和医院肿瘤科主任林小燕教授本周六到晋江市中医院坐诊

本报讯（记者 吴清华 通讯员 洪尚妙）6月12日，省协和医院肿瘤科主任林小燕教授将来晋江市中医院坐诊。坐诊时间为6月12日下午3:00—6:00，出诊诊室位于晋江中医院门诊五楼名医工作室。

林小燕教授，系留日医学博士、主任医师、教授，福建医科大学肿瘤中心副主任。1998—2004年留学日本攻读博士学位，研究成果刊登在国际杂志上，并获得日本专利，在日本留学期间获得两项学术奖。承担卫生部、省自然科学基金等课题多项。主编《肿瘤内科医嘱速查》专著一部及发表论文多篇。长期从事肿瘤内科临床工作，具有丰富临床工作经验，擅长消化道恶性肿瘤、肺癌、乳腺癌、妇科肿瘤、恶性淋巴瘤、泌尿生殖系肿瘤、骨和软组织肿瘤、恶性黑色素瘤、头颈部肿瘤等恶性肿瘤的诊治。在癌症疼痛治疗方面处于国内领先水平，在恶性肿瘤综合治疗原则、化疗方案和生物治疗等方面实现与国际接轨，具有较深的造诣。预约电话：0595-85891234，联系人：蔡世贤主任15905037322（微信同号）。

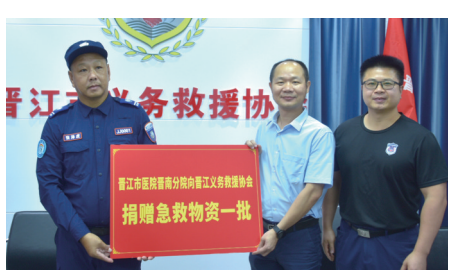
晋江市医院晋南分院携手晋江市义务救援协会
签订院前急救医疗服务合作协议

本报讯（记者 吴清华 通讯员 陈华南）为全方位建立和完善资源共享、协调联动、高效救助的联合应急救援体制，加强晋南分院与义务救援协会在"协作联络、业务交流、应急救援"等方面的交流与合作，共同为晋南片区乃至周边地区广大人民群众提供可靠和可连贯的急救医疗服务，6月5日下午，晋江市医院晋南分院与晋江市义务救援协会签订了院前急救医疗服务合作框架。这意味着今后双方将在"协作联络、业务交流、应急救援"等方面加强交流与合作，共建生命救援"绿色通道"。

晋江市义务救援协会会长张泽虎告诉记者，协会成立于2015年4月，目前拥有700多名注册志愿者。2020年1月以来，协会在社会救援、综合训练、应急培训等活动中共计开展208次，出动会员1661人次。近年来，协会获评全国"最佳志愿服务组织"，且多位会员获评"全国道德模范提名奖""中国好人"等荣誉称号。

签约仪式上，晋江市医院晋南分院院长尤夏洪代表医院向晋江市义务救援协会捐赠了一批急救物资，并派出AHA培训中心导师组织义务救援协会会员进行心肺复苏、止血包扎等急救技能培训。

尤夏洪表示，"关注本身也是一种力量。接下来，医院将继续为这些爱心人士、团体提供各种支持，比如急救物资、诊疗的绿色通道及各种免费培训等。在今后的生命救援中，医院也将全力为其提供快捷、便利、优质的医疗服务，确保伤员得到及时救治，为人民群众的健康保驾护航。"



福建医科大学公共卫生学院到晋江市医院晋南分院考察调研

本报讯（记者 吴清华 通讯员 陈华南）6月4日下午，福建医科大学公共卫生学院副书记李煌元等到晋江市医院晋南分院开展公共卫生专业学位研究生实践基地考察调研。

李煌元一行第一站来到了龙湖镇鲁东村卫生所，该卫生所"嵌入"鲁东村养老院，面积虽小，但设置十分齐全。卫生所运行后，晋南分院还逐步把医疗工作重心从镇级向村级下移，除了派医生常驻，为村内的老人、慢病患者建档立卡、上门服务外，还定期派医院的专家下乡义诊，同时开展"把药送到家"服务，让村民养老、看病离家不离村，真正打通基层医养结合服务的"最后一公里"。

在晋江市医院晋南分院内，李煌元一行先后实地考察了慢病护理门诊、中医小儿体质调理中心、等地，与晋南分院领导班子、业务科室负责人进行了座谈，详细了解了晋南分院的基本情况、业务特色、发展规划等情况，对该院积极打造学科品牌和特色服务等做法称赞不已。

家装

家装课堂

木门选购难？这些技巧助你不踩坑

大家都知道，装修是一件不易的事情，有时候往往花费了不少钱，却还没能装出理想的效果。为了让广大业主在装修过程中更加省心，《家居周刊》推出"家装课堂"栏目，广大业主如果在装修中遇到困惑或是有装修心得等均可发信息到13505065057咨询分享，我们将找专业人士帮你答疑解惑。

木门和木地板一样，都有看不见摸不着的芯材，在鱼龙混杂的市场上，对于多数装修小白来说，要选购一款放心的木门并不是件容易的事。这不，来自龙湖嘉天下的业主庄小姐最近很无奈，"发现市场上经常会有一种套路：只要用料是木头，就一律按'实木'处理。明明买的是A，送过来的却是货不对板的B。"庄小姐说，由于之前没有研究，在木地板和衣柜订制上吃了不少亏，现在要选购木门了，希望"家装课堂"能给点建议。今天，我们就从木门种类、门芯材质、表面工艺、五金辅材等方面聊聊如何避免在选购木门时踩坑。

本报记者 黄海莲

材质决定木门的价格

木门也分段位，质量好不好取决于门板，门板好不好主要看材质。先了解一下市场上的几款门板材质：

模压门：大家可能很少听过模压门，其实它就是颗粒板压合成的门板，就像是肉末做成的肉饼。因为门板的面积比较大，所以不少模压门都有空心的地方。它的优势是价格便宜，但是看这空心就知道隔音效果真的没法好，所以模压门逐渐在建材界销声匿迹。

指接门：指接门的门板，就是用木块拼接的，就好比用碎肉块拼成的合成牛排。因为拼接木块需要用到大量的胶水，所以指接木门的环保性一般，直白点就是甲醛比较多。而且指接的结构也让门板的抗冲击力大打折扣。虽然指接门的价格便宜，但是考虑到它的缺点，只有极少数人还在选择。

实木复合门：实木复合门就是在结实的木框架里，嵌入木制门芯，再用木制材料填充成一个完整光滑的门板，最后贴上实木的表皮，但是不同的部位用的木材不同，就好比多层不同的肉片叠在一起做成的肉饼。实木复合门和实木复合地板一样，能保持较高的颜值和环保品质，比纯实木的更结实、更耐刮、更扛造，再加上中等的价格，可以说是现在木门界的性价比王者。

原木门：原木门，顾名思义，就是门板上各个部位的木材都是同一木种的天然原木。它不仅能保留木材天然的纹理，而且用胶少，更环保，就像高档原切牛排的调调。原木门真材实料，更耐冲击，保暖性和隔音效果都是木门中的王者。不过原木门价格比较高，除了价格以外还有原木门的两大硬伤：一是原木会伸缩，用久了会变形，四边漏缝漏光，还影响隔音；还有就是原木门重量都在80斤以上，运输、拆装都更麻烦。

通过以上的介绍，我们会发现，从性价比上来说，实木复合门性价比较高，指接门和模压门虽然价格低，但是环保性、隔音效果都比较差，性价比其实并不高；相比之下，只贵几百块的实木复合木门，隔音环保还扛造。消费者可以根据自己的需求来选择。

烤漆和免漆要分清

除了门板材料以外，既决定木门价格又影响木门颜值的关键因素还有一个，那就是表面工艺。大家可能经常听到烤漆门和免漆门，更专业的分法是把木门的表面工艺分为油漆和免漆。油漆门包括开放漆、封闭漆和烤漆；免漆有PVC、CPL和PP。

一分价钱一分货在油漆上可谓是体现得淋漓尽致。效果最好，最耐污易清洁的烤漆工艺，也是最贵的；开放漆会保留木材纹理，摸上去还能感受到木头原生态的凹凸感，这样清洁起来就稍微麻烦一点。封闭漆就是用比较厚的漆面，完全覆盖掉木材纹理，让门板摸起来很光滑，耐污易清洁，价格也比开放漆低一些。免漆门的表面工艺，说白了就是在门上覆盖一层塑料薄膜，除了CPL防水防火的性能以微弱的优势领先以外，其他方面PVC、CPL和PP都相差不大，价格也是基本持平。所以家里买免漆门，CPL更适合厨卫。

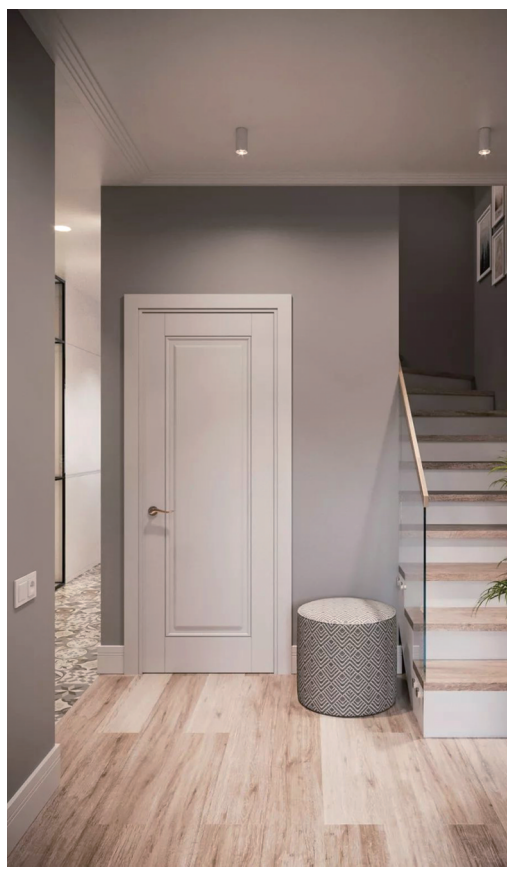
从颜值来说，烤漆的饱和度、光泽度都比免漆好，但是同样的款式，烤漆门比免漆门要贵上500元左右。

五金配件不可忽略

合页要选同色的。很多人买门都容易忽略合页，觉得只要买个质量好的、耐用的就行，但其实在选合页颜色时，尽量选择和门一致的，才能提升整体颜值。

锁具要选静音的。基本上所有品牌的门，都能一口价包含门锁，但是这种门锁只能说无功无过凑合用。其实完全可以自己配门锁，网上就能买到物美价廉的静音磁吸锁。这样一来，晚上去洗手间再也不用蹑手蹑脚、又轻又慢地旋转门把手了。

门吸要无存在感的。门吸在满足功能的情况下，存在感越低越好。有一些老式门吸不好看、声音响还容易误伤到人，现在流行的隐形门吸，连扫地机器人都可以轻易跨越，虽然比老式的贵几十块钱，但值得。



资讯

晋江喜盈门周年店庆圆满收官

本报讯（记者 黄海莲） 6月6日，晋江喜盈门举行盛大的周年庆生日庆典。喜盈门闽南区域总经理刘升强上台致辞，并感谢这一年里晋江市人民及品牌商户对喜盈门的支持和信任。他表示，晋江喜盈门会努力为全市人民提供更前沿、舒适的家居购物体验。周庆年典礼上表彰了2020—2021年度以来表现优异的20家商户，颁发了优秀先锋奖、渠道创新奖、最佳标杆奖、最佳贡献奖等奖项。与会嘉宾共同开启周年庆切蛋糕仪式，引爆周年店庆现场。

另外，晋江喜盈门周年店庆推出了1000个1000元免单、100万元6大生肖免单、258款0元名品建材家具等优惠活动，并抽出一辆奔驰/宝马2万元首期款、3个芝华仕沙发单椅、10个1000元现金、10对芝华仕乳胶枕的大奖。周年庆当天，喜盈门家居广场还举行了多个活动，《倚天屠龙记》张无忌扮演者、大牌港星吴启华亲临晋江喜盈门，并且献曲两首，还与顾客朋友合影。

晋江居然之家6·18活动火热进行中

本报讯（记者 黄海莲） 晋江居然之家推出"生活总有新惊喜"6·18活动，八大活动抢占6·18热潮。例如，活动期间顾客可用9.9元购买"嗨购卡"签到，即可免费领取食用油一桶；玩转华为智慧屏赢雅兰床垫、豪华家电。6月5日—6月6日、6月12日—6月14日、6月19日—6月20日，可持嗨购卡参与游戏互动环节，积累相应点数兑换奖品，最高可兑换雅兰床垫、小米电饭煲等精美礼品；买雅兰床垫立返5%。还有精彩活动，敬请到店咨询。

助力装修旺季 华浔推八大豪礼

本报讯（记者 黄海莲） 每年6月起便是装修旺季，华浔品味晋江市标店为此特别推出八大豪礼，助力您共筑爱家。即日起至6月30日，到店即可享受以下福利，如签单超值：活动期间，满12万元工程款，集团补贴10000元装修基金；满20万元工程款，集团补贴18000元装修基金；满30万元工程款，集团补贴23000元装修基金。（设计定金收取标准：100㎡以上套房定金10000元起；复式楼定金20000元起别墅定金30000元起。）还有签单砸蛋：活动期间，凡成功签单的客户即可砸金蛋赢取人工费5折项目惊喜！（人工费5折项目有：全屋门套防潮、全屋墙面挂网、地面刷木地板防潮环保漆、客餐厅及过道公共区域铺地砖等等。）更有全案豪礼、6月特惠、开工送礼、推荐专享、团购豪礼、无忧分期等活动。

晋江经济报《家居》周刊年度合作品牌

居然之家 Easyhome 晋江店
居然之家晋江店一站式
高端建材家居旗舰MALL
地址：晋江市长兴路601号乔丹中心
电话：0595-82092222

和平国际广场 CIMEN喜盈门 建材/家居/软装/灯饰/电器
晋江喜盈门
500个建材/家居品牌旗舰店大本营
买好建材家居 → 晋江喜盈门
地址：晋江市和平中路110号（晋江机场旁） 咨询热线：8322 3888

华浔品味装饰 HUAXUN TASTE DECORATION 晋江总部
品味空间 · 生活无限
地址:晋江市市标旁德辉华庭二楼202号
电话:0595-85617268 85617368

虚以待位
招商热线：13505065057