

一天两学生跑步时猝死

泰安女孩13岁, 枣庄男孩15岁, 初步诊断均为心脏原因所致

一日之内, 两名花季少年凋零。19日, 泰安和枣庄相继有两名学生在跑课间操时倒地猝死, 女孩年仅13岁, 或为心源性猝死, 男孩年仅15岁, 临床推断为心脏猝死。如何增强中小学生的体质, 让他们德智体全面发展, 再次引发人们的关注。

本报记者 王伟强 李泳君 杨兵三

▶24日, 在枣庄市第十三中学的操场上, 学生们正在跑步。

本报记者 李泳君 摄



专家建议

不能因为害怕 一点也不锻炼

尽管有学生在锻炼中发生了猝死的情况, 但这并不代表不再锻炼了。“锻炼是增强体质的方式。”省千佛山医院急诊科主任蔡卫东说, “适当的锻炼对增强体质是不可或缺的, 但是一定要适度, 不要过劳锻炼, 不要突击锻炼, 贵在坚持。”

如果患有某些不适合锻炼的疾病, 就更要讲究锻炼方法。山大二院急诊科副主任邵明举提醒, 像患有哮喘、心肌炎、心律失常等疾病的患者锻炼要尤其注意。

教育部要求, 各中小学要严格执行国家关于保证中小学生的每天一小时校园体育活动规定。中小学校要认真执行国家课程标准, 保质保量上好体育课, 其中小学1-2年级每周4课时, 小学3-6年级和初中每周3课时, 高中每周2课时; 没有体育课的当天, 学校必须在下午课后组织学生进行一小时集体体育锻炼; 每天上午统一安排25-30分钟的大课间体育活动。

本报记者 李钢

老师感叹

孩子体质差 体育课很担心

2011年, 河北省一所中学体育课上曾发生一幕惨剧: 一名学生在跑完500米后突然倒地不起, 诱发心脏病, 在送往医院的路上去世; 2012年, 此类悲剧又在其他地方上演: 广东一名大学生跑完10公里马拉松后因脏器衰竭去世; 河南省栾川县一名高中生出操后猝死; 2013年12月, 四川泸州又有一名13岁的少年在体育课上慢跑时突然晕倒, 抢救无效死亡。

“不敢上!” 有体育老师在接受采访时说, 现在的孩子尤其是城市里的孩子, 从小很少锻炼, 体质本来就差, 上体育课更容易发生不测, 而出了问题后, 家长就会找学校和老师, 所以体育老师上课时都会保守为先。而太过保守, 就会导致学生得不到充分锻炼, 从而陷入恶性循环。

现实情况是, 现在不少学校体育课上危险动作的科目已取消, 江苏、甘肃、湖北等地一些大中小学纷纷取消长跑、双杠、铅球等“危险”体育项目。用一位体育老师的话说就是: “在操场上划个圈, 看着学生们别出这个圈就行了。”

据中新网

泰安: 猝死女孩 是班里的体育委员

19日, 泰安新泰泉沟镇初中六年级2班正跑课间操, 女体育委员突然倒在地上。医生赶到时, 女孩已无生命迹象。医生诊断称, 可能是心源性猝死。

“上周三上午9点多, 课间操刚跑了一圈, 突然前面一阵骚动, 我以为发生什么事了, 上前一看, 2班体育委员趴在跑道上, 当时她还挣扎着想起来, 但没能站起来, 后来就一动不动了。”24日, 泉沟镇初中六年级3班的一名男生回忆说。

“她跟我一个班, 正跑着步, 突然跌倒了。”六年级2班的一名女生说。

“我们赶到现场时, 女孩躺在操场上, 瞳孔散大, 已经没了生命迹象。”山东盛泉矿业医院外科医生陈西坤说, 尽管他们立即展开急救, 但没能挽回女孩生命。“开始推断是脑出血或心源性猝死, 检查后发现并不是脑出血, 可能是心源性猝死。不过, 最终确定女孩的死因尚需法医鉴定。”

泉沟镇初中校长薛启华说, 对于女孩的不幸离世, 他们都觉得非常意外和可惜, 课间操是教学活动必备的一项, 分季节做操或跑步, 冬天天冷跑步。当时女孩倒地后, 老师们立即采取急救措施, “上午9点44分拨打120, 又拨打当地矿业医院急救电话。”不到十分钟, 救护车赶到, 医生检查为心源性猝死。目前, 学校已经报了案, 介入司法程序。

据了解, 女孩家住泉沟镇高崖头村。一村民说, 女孩姓石, 今年13岁, 个子比同龄人高, 留长头发。父母都是矿上职工, 还有个弟弟。女孩没了, 全家都崩溃了, 现在家人情绪比较激动。



24日, 在泰安市泉沟镇初中的操场上, 学生们正在上体育课。

枣庄: 跑了近三圈 男孩倒地不起

就在同一天, 枣庄第十三中学15岁的初三学生刘某在跑课间操时突然倒地, 虽经紧急抢救, 仍不治身亡。

“19日当天我看过事发时的监控录像, 他是跑完近三圈之后, 突然慢慢前倾倒地, 之后一个同学上去扶他。”刘某的表哥张国说。

“儿子摔倒后额头有几个血印, 脸色发黄。”孩子的父亲说, 他到现场时已经10点半了, 医生正在抢救, “抢救了几次, 还是没救过来。”

“孩子在家里还好好的, 刚开学两天就没了。”事情过去五天, 男孩的父亲仍然精神恍惚。

虽然刘某只有15岁, 身高却达一米七六。据张国透露, 去年刘某因为腿疼曾请假不跑操, 学校也准假了。

张国说, 监控录像显示, 表弟倒地时是9点53分, 而一直到9点59分, 校方才拨打了120急救电话。“耽误近6分钟, 几分钟就是一条人命, 校方负有不可推卸的责任。”

对此, 校方称孩子出事之后, 在场的老师也曾紧急采取掐人中、虎口等抢救措施, 中间花掉了几分钟时间。

“孩子出事, 就是一个意外。”枣庄第十三中学副校长高峰说, 事情发生后, 包括市中区教育局、西王庄乡政府等都出面协调此事, “出于人道主义考虑, 我们愿意给死者家属10万元钱, 作为慰问金。”

“我们赶到现场后给孩子做心电图, 但就是一条直线, 孩子已经死亡。”枣庄市市中区人民医院急诊科的一名医生透露, 临床推断为心脏猝死, 但尸体没有解剖无法做进一步研究。

专家说法

青少年心肌炎 增加猝死几率

“生活规律, 避免过劳是减少猝死发生率的重要措施。”山大二院急诊科副主任邵明举说, 学生的假期刚刚结束, 假期中的学生可能会打破原有的生活规律, 甚至是通宵打游戏等, 这就使得他们的身体过度疲劳, 增加了猝死发生的几率。

此外, 学生学习压力大、精神过度紧张也可能是造成猝死的因素之一。学生应该学会放松精神, 避免压力过大。

“青年人发生猝死不具有普遍性, 往往还与急性病有关。”省千佛山医院急诊科主任蔡卫东介绍, 急性病往往是造成青年人猝死的重要因素之一, “像感冒后发生的急性心肌炎就是其中一种急性病。”

蔡卫东表示, 青少年心肌炎患者数量有所增加, 此类患者发生猝死的几率更大。蔡卫东提醒, “如果体质比较弱, 尤其要注意预防感冒, 感冒后及时治疗, 不要拖。”

本报记者 李钢

穴压安老年健康商城

买着放心, 买的值

双星“六超”老人鞋, 青岛双星专为中国老年人设计, 今年流行双星“六超”鞋!

老年人, 为啥都穿双星“六超”鞋?

60岁以上的老年人当中, 有2/3的人存在足部健康问题, 并且鞋子是导致足部问题的主要原因, 老人穿鞋讲究很多, 不舒服的老人鞋很伤脚, 可见一双好鞋对维护老年人足部健康有多大好处。青岛双星经过大量的市场调研, 上百位技术专家设计研制出了一款专门解决老年人足部健康的“六超”老人鞋, 设计风格以中国文化为核心元素, 以舒适、健康、时尚为特色, 双星“六超”老人鞋上市后受到全国各地老年人的大力追捧和厚爱, 热销全国。



专供专销 青岛双星出品

打进热线, 198元托玛琳养生杯免费领

为了让更多的老年朋友早日穿上双星“六超”老人鞋, 穴压安老年健康商城联合双星集团特别推出双星“六超”老人鞋“新款特卖”活动, 打进热线的老年朋友可免费领取价值198元托玛琳养生杯, 订购两双以上者可享受超低价再赠送价值198元托玛琳养生杯的机会, 每天仅限100名。

超舒适: 30年专业技术, 让你的脚丫享受无与伦比的舒适
超耐穿: 耐磨橡胶一次成型, 一双能穿三五年

超轻便: 整鞋仅重300克, 走路省劲儿不费力
超防滑: 鞋底轮胎式设计, 抓地性强, 踩哪儿都不滑

超透气: 超细网眼材料, 告别汗臭、脚臭, 保持双脚干爽
超动感: 新款式动感型, 穿上就有精气神

ABOPI穴压安 老年健康商城

订购热线 (免长途费)

400-869-2066

送货上门·货到付款·30天内无障碍退换货 单笔现金消费满300元免收送货费 产品签收之日起30日内, 包装无损可退换