

春季防火宝典，请收好

一定要提高安全意识

警示教育

春天气温回升，万物复苏。但是，“春天的脸，孩儿面”说变就变。春风的力量不仅能使人“凌乱”，更是会引起森林草原无情的“变脸”。

进入春季不少地区接连出现大风天气，加之气候干燥，稍有不慎极易引发火灾，而且火势在风力作用下蔓延迅速，容易造成更大损失。

星星之火，可以燎原。防患于未然，与你我息息相关。这份春季消防安全注意事项，请认真阅读。

大风天防火注意事项

1. 要及时清理阳台和房前后可燃物，不要在室外吸烟，更不能将烟蒂、火柴等火种扔进废纸篓内或可燃物上。不要在户外使用明火，禁止随意焚烧，加强火源和电源管理，严防“火烧连

营”事件发生。

2. 大风天气，施工时要注意用电安全，油漆、稀释剂等易燃品应存放在远离火源、阴凉、通风、安全的地方；施工现场应每天都要打扫，清除木屑、漆垢、残渣等可燃物品。明火、电焊等易燃易爆危险劳动作业要严格按照操作规程进行。

3. 农村家庭最好不要在户外使用明火焚烧垃圾、烧荒等，避免发生火灾。不要在炉灶、燃气灶旁堆放秸秆、柴草，避免被余火引燃。火灰(如柴灰、灶灰、煤灰)不能乱倒，要用水将火灰的余火泼灭，倒在安全的地方，不要靠近易燃物、可燃物。

4. 注意室外高空危险物，如广告牌、建筑装饰物，临时搭建设施等要进行检查、加固，防止大风刮断电线，引发火灾。同时，要定期清理楼道及周边的可燃杂物，保持消防通道畅通。

5. 严禁携带火种进入仓库、堆垛、货场。进入车辆必须配戴符合国家消防产品标准的防火罩。要尽量避免烧荒行为，若需动火，要有专人看护，注意周边环境，远离房屋住所和草料堆垛等易燃可燃物，并做好防火措施。

春天的温度刚刚好，景色也越来越美，在迈向“诗和远方”的同时，安全防火的意识一定不能忘，最后必须要叮嘱大家的是：一旦遇有火情，请及时拨打12119。

蒜蓉生蚝海鲜一锅焖

用料

料汁：蒜末、小米辣、生抽2勺、蒸鱼豉油1勺、老抽和蚝油各1勺、料酒、白糖各1勺；

锅底：蒜末、五花肉；
配菜：金针菇、白菜、鱿鱼、鲍鱼、虾仁、蛭子、生蚝、蟹肉棒；

做法：

1. 炒蒜末：油热下蒜末1、小米辣，炒

出香味。

2. 再加2勺生抽、1勺蒸鱼豉油、1勺老抽、1勺蚝油、1勺料酒、1勺白糖，翻炒均匀备用。

3. 另起锅将蒜末2爆香，放入五花肉，炒至熟透。

4. 放入金针菇、白菜、鱿鱼、鲍鱼、虾仁、蛭子、生蚝、蟹肉棒。

5. 铺上调好的料汁，加一碗清水，扣上盖，一般情况焖煮10分钟即可，请根据实际情况调整时间。

水不要加多，后面焖煮的时候大白菜也会出水的。

撒上葱花即可开吃。这样做的蒜蓉海鲜一锅焖，简单好吃又下饭。



今日美食

“甲流”防治热点问题有哪些？

专家来解答

近日，甲型流感(以下简称“甲流”)进入了传播高峰期。“此轮‘甲流’为何这么严重”“‘甲流’高发期如何做好防护”等，成为近期广大群众关注的热门话题。针对公众关心的“甲流”防治热点问题，专家作出解答。

“甲流”传播有哪些季节和症状特点？

对于本轮“甲流”流行的原因，专家表示，“甲流”其实全年都有，但是一般来说以冬春或者秋末季节为高峰期。在症状上，“甲流”症状比普通感冒更重，持续时间更长，大多数病人可能需要一周甚至更长时间才能康复。

专家分析说，流感本身跟普通感冒都属于上呼吸道感染，二者的区别主要

有两点：一是流感患者往往会出现全身难受的症状，包括四肢酸疼、腰背酸疼以及头疼等，这些症状会比普通感冒更重；二是一部分的流感病人还会出现胃肠道症状，比如呕吐、腹泻等。

出现病症尽早就医

专家建议，当怀疑感染流感时，应尽早去医院就医，争取早诊断、早用药，才有利于较快康复。目前医院诊断“甲流”的手段一般包括“甲流”抗原检测以及核酸检测等，但这些检测并非适合每个患者，还需要参考病患的流行病学史以及与其他感染者的接触史。如果患者在发病之前接触了确诊的“甲流”病人，感染的可能性非常大。

如何有效预防“甲流”呢？专家说，目前，预防“甲流”最有效的办法就是接种流感疫苗，但如果因为各种原因没有接种，在明确接触过流感病人之后，可以在医生指导下口服相关药物进行预防。

“当然，更直接有效的措施还是戴好口罩，做好个人卫生防护。”专家说。

在药物治疗方面，专家建议，若能尽早诊断并且在医师指导下使用抗流感病毒的特效药，将有效缩短感染时间，1至3天就能恢复得相当不错，否则一般要持续一周左右。

儿童感染“甲流”后如何进行居家护理？

专家指出，“甲流”患儿做好居家护理，应该注意以下几点：

第一，孩子得流感发烧后，很多家长都习惯给孩子“捂汗”，但这是不可取的。孩子感染后居家护理时，室内温度不宜过高，跟平时差不多即可，特别是要注意不能让孩子多穿衣服或者捂紧被子，这样反倒不利于康复。

第二，饮食一定要以清淡为主，最好是汤汤水水的多一点，煮粥或者做清淡的汤。因为人体发烧的时候会加速水分蒸发，所以需要补充水分，有利于孩子康复。

古诗解读

送朴山人归新罗

唐 尚颜

浩渺行无极，扬帆但信风。
云山过海半，乡树入舟中。
波定遥天出，沙平远岸穷。
离心寄何处，目断曙霞东。

释义：

《送朴山人归新罗》是唐末湖北荆门僧人尚颜所写的一首赠别诗。朴(piáo)山人，新罗旅华隐士，生平事迹不详。新罗为朝鲜的古称之一，本为朝鲜半岛的一个古国，公元7世纪统一半岛大部，达到鼎盛，后习惯以新罗代指全朝鲜。

这首诗生动地描绘了海上历程风光，表达了诗人对国际友人的深厚情谊。“浩渺行无极，扬帆但信风”，为我们描绘了一幅气势恢宏的海景画卷，意思是广阔无垠的大海没有尽头，扬起风帆向着目的地御风而行。这风是顺风、好风、利风，承载了诗人对友人的美好祝愿。接下来，诗人想象着在一路好风的相送下，友人千里航程一路景。最后一句“离心寄何处，目断曙霞东”，写诗人离别后的怀想之情。当友人归去，天各一方，只有向东方太阳升起的地方(指友人的故乡)遥望祝福。以景结情，借眼前之景寄万里不尽之情。

名画欣赏

元 李士行《清泉乔木图》



纵165.7厘米 横108.6厘米

《清泉乔木图》绘枯木流溪、四野岑寂之景，意境寒肃。图中两株枯木相伴而生，枝杈作鹿角、蟹爪状，交错庞杂，枯藤垂悬于枝杈间，犹如帘幕。枯木下方，窠石累叠，水流潺湲，淡墨波浪线展现出水中层层涟漪，笔法自然流畅。此图所绘木石品性清雅坚贞，或寄寓着画家淡泊自守的情操和进退自如的人生态度。

生活知识