

健康 | JIANKANG

艺术家阎肃逝世,他因脑梗住院

这句脑梗口诀,要知道!

日前,著名艺术家、空政文工团创作员阎肃因病在北京逝世。2015年,阎肃就因为脑梗昏迷住院。老人最后也是因为脑梗离开我们的,所以请你懂一点脑梗的救命知识!中国卒中学会副会长、复旦大学附属华山医院神经内科董强教授强调,患者和家属快速识别脑梗症状的口诀是:“言语含糊嘴角歪,胳膊不抬奔医院。”

具体是让患者做三个测试:

- 1、语言测试,请患者复述一句短语,如说话不清楚或者无法说话;
 - 2、微笑测试,请患者“露齿”或微笑,一侧面部表情不正常;
 - 3、举手测试,请患者闭眼,如双臂平举10秒钟,一个手臂无法维持。
- 患者只要出现这三个症状中的任意一个,就要毫不迟疑地送医院。

紧急处理:让患者歪头平躺

脑梗、脑出血并没有黄金急救时间,一般是越快越好。

- ① 一定要马上打120,让病人就地平躺,将头侧向一边。
- ② 到医院后立刻做脑CT,当CT检查没有脑出血,脑组织“尚未见异常”,这时要迅速做脑血管造影……这些程序环环相扣,非常紧密。
- ③ 一定要看急诊,别挂门诊。在急诊,梗塞患者通过绿色通道做CT,迅速查明情况,可以快速手术溶栓。
- ④ 所去的医院,应是具有动脉溶栓医疗条件的急诊医疗机构,还要24小时有出诊医生做动脉溶栓治疗,以保证患者在充裕的时间内得到救治。

急救:一定要“快”

脑卒中患者中,有60%~80%是脑梗死患者。以脑梗为例,当脑梗发生时,神经细胞在缺血几分钟内就可能发生不可逆性坏死。因此,在发病3小时内越早接受溶栓治疗,发生坏死的神经细胞越少,患者的残疾风险也会越低。

星制作 | XINGZHIZUO

这些安徽方言 你绝对只会读不会写

- 1、窠kuǎn【卷曲】 你的头发怎么是窠的?天生自来窠~
- 2、孛zī【喷射】 搞哼个!孛我一脸水!
- 3、猷ái【不会变通的】 跟你讲不通,脑子太猷了!
- 4、撵pū【溢出】 快点把火关小!汤都撵出来了!
- 5、喇suō【吮吸】 场景:(吃冰棒) 赶紧喇一下,快滴下来了!
- 6、忒ròu【磨蹭】 搞快毫得可照,真忒!
- 7、撩wǎ【舀】 西瓜还是撩着吃更爽!
- 8、皴cūn【皮肤因受冻或受风吹而干裂】 抹点霜再出门吧,风一吹就皴了。
- 9、枵xiāo【薄的】 这衣服真枵,一捣一个洞!
- 10、菽qū【(烟)熏,呛人】 哪来那么多烟,菽死得了!
- 11、鬪dòu【音同“豆”,动词,接,凑在一起】 我们把这些东西鬪起来看看?
- 12、扈hù【音同“虎”,动词,从容器泼洒出来】 你看你,把水扈得到处都是!
- 13、滗bì【动词,去汁液】 把汤滗掉,我喜欢吃干的。
- 14、馏liù【把已经熟了的食物再加热。】 馒头凉了,馏馏再吃。

万能的网友快来解答:这些字到底该怎么写?!

lǎng【涮】

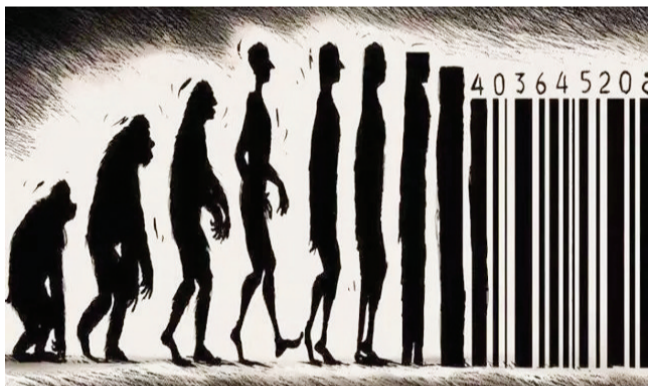
洗一洗,涮一涮,把这个杯子lǎng lǎng

chí【音同“池”,动词,剖鱼】

我爸chí起鱼来都化得了~

视觉志 | SHIJUEZHI 年过完了? 来反思一下

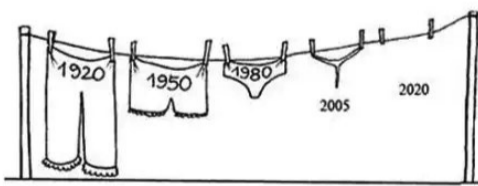
不要以为
是让你反思“每
逢佳节胖三斤”
之类的事啊,咱
反思的主题是
《进化》,这既关
系个体,也关系
到全人类!



社会化的你,终将混然众人



战争与和平



内衣的进化

实用 | SHIYONG 每逢佳节胖三斤,怎么破?

春节期间,大家忙着走亲访友,各种饭局接踵而来,往往会吃得太油腻,然后就应了那句“每逢佳节胖三斤”!该怎么排油呢?下面就给大家介绍几种“刮油”小能手!

- 1、山药 可促进消化功能,减少皮下脂肪沉积,避免肥胖,而且增加免疫功能。
- 2、地瓜 所含的纤维质松软易消化,可促进肠胃蠕动,有助排便。
- 3、洋葱 能促进肠胃蠕动,加强消化能力,且含有丰富的硫,和蛋白质结合的情形最好,对肝脏特别有益,因此有助于排毒。
- 4、海带 其中的褐藻胶因含水率高,在肠内能形成凝胶状物质,故有助于排除毒素物质,并可防止便秘和肠癌的发生。
- 5、绿豆 中医认为绿豆可解百毒,能帮助体内毒物的排泄,促进机体的正常代谢。
- 6、莲藕 利尿作用,能促进体内废物快速排出,藉此净化血液。
- 7、薏米 可促进体内血液循环、水分代谢,发挥利尿消肿的效果,有助于改善水肿型肥胖。
- 8、白菜 如果想要最快控油排油的话,最好是吃水煮白菜,只需要加入淡淡的盐粒,就可以了。白天的时候,可以选择吃清水煮白菜,其效果非常好。

荐读 | JIANDU

【经济学课堂】

一少妇去买牛奶。小贩说:1瓶3块,3瓶10块。她很无语,于是掏出3块买了1瓶,如是三次。然后她对小贩说:哈哈,看到没,我花9块就买了3瓶。小贩:哈哈,自从我这么干,每次都能一下卖掉3瓶。

启示:这也许不光是一种销售的手法,更是一种让你的工作生活充满创意的思考方式!

【销售心理】

某富翁娶妻,有三个人选,富翁给了三个女孩各一千元,请她们把房间装满。女孩A买了很多棉花,装满房间的1/2。女孩B买了很多气球,装满房间3/4。女孩C买了蜡烛,让光充满房间。最终,富翁选了丰满的那个。

启示:了解客户的真实需求非常重要。

【习惯】

乞丐到小王家乞讨,他给十块,第二天乞丐又去,又给十块,持续两年。一天只给五块,乞丐:以前给十块,怎么现在给五块?小王:我结婚了。乞丐一巴掌打过去:你竟拿我的钱去养你老婆?

启示:当提供免费服务让客户成为一种习惯,这种服务就不再是优势,而是劣势。

【夫妻】

夫妇逛商场,女的看中一套高档餐具,坚持要买,丈夫嫌贵,不肯掏钱。导购一看,悄悄对丈夫说了句话,他一听马上掏钱。是什么让他立马转变?导购员对丈夫说:“这么贵的餐具,你太太是不会舍得让你洗碗的。”

启示:人的观念没有什么不可改变,关键是角度,要善于揣摩客户心理。

【管理的弊端】

女孩买了条裤子,一试太长,请奶奶帮忙剪短,奶奶说忙;找妈妈,也没空;找姐姐,更没空。女孩失望地入睡了。奶奶忙完家务想起小孙女的裤子,就把裤子剪短了一点;姐姐回来又把裤子剪短了;妈妈回来也把裤子剪短了,最后裤子没法穿了。

启示:管理的弊端就在于,要么都不管,要么都来管!