

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、舂ròu【磨蹭】 搞快毫得可照, 真舂!
- 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】

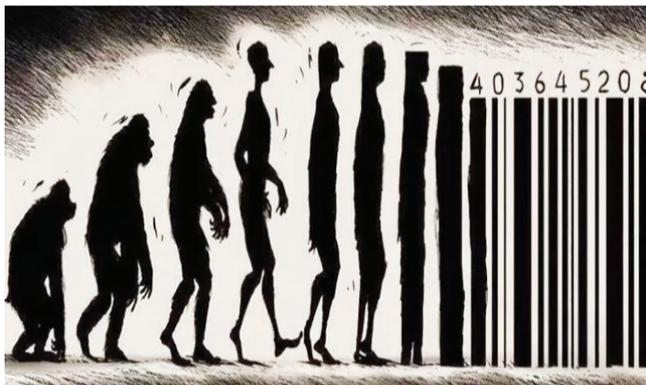
洗一洗, 涮一涮, 把这个杯子lǎng lǎng

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

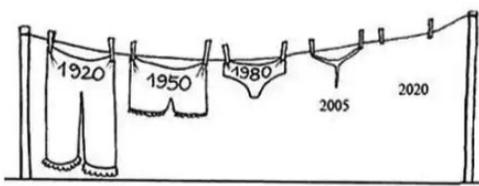
不要以为
是让你反思“每
逢佳节胖三斤”
之类的事啊, 咱
反思的主题是
《进化》, 这既关
系个体, 也关系
到全人类!



社会化的你, 终将混然众人



战争与和平



内衣的进化

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!

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。