

欢欢喜喜过个年

为了我们平安回家 他一天15个小时巡视在铁路上 27年曾救下近40名轻生者



加固防护网、拉扯刺丝使司战军手上留下不少伤疤

新春走基层

当你坐在温暖、舒适的列车车厢，踏上回家的路途，您是否想过长长的铁路上，是谁在冒着寒风冷雪为你保驾护航？正值春运高潮，

记者昨日来到郑铁公安处新郑车站派出所薛店警务区。铁警司战军所辖的京广线上10公里的铁路线，紧邻新郑市薛店镇和郑州航空港区，每天有七八十对列车要从此经过，平均四五分钟就有一趟。郑州晚报记者 鲁燕 文/图

因为寂寞，他养了两只小狗

1964年出生，已50岁多的司战军，一双手最引人注目：青筋暴起，布满黄厚老茧，黑乎乎的指甲，还有好几个大小不一的疤痕。

“我在这条路上干的都是粗活、脏活，所以这双手是洗不干净的了。”司战军说，手指肚上的裂纹是前几天加固防护网、拉扯刺丝时由于反复受伤造成的，“手背上的小疤痕是工作时留下的，这条长疤痕是切割角铁时留下的。”

司战军每天5点多起床就到站区巡视，8点左右回警务区休息，10点多骑上电动车或步行往北巡线，13点左右往南巡线到小马庄，17点左右返回警务区，之后

做饭、吃饭、休息，21点左右再次到站区转圈，次日凌晨1点左右回房间睡觉。一天算下来，15个小时都在巡视的路上。

司战军说，他步行1公里需要十二三分钟，10公里的线路，往返下来差不多4个小时。因为寂寞，他养了两只小狗，10公里的铁路线因为这两个小家伙的陪伴多了些乐趣。

“京广大动脉有2000多公里，我只管10公里，扎紧‘篱笆’、防止不法分子的侵害、防止有人轻生，这‘一扎两防’是我工作的全部内容。”司战军说，春运期间尤其要看好铁轨，冬天热胀冷缩，钢轨一缩，容易断轨。此外，要防范有人进入。

27年里，他曾救下近40名轻生者

去年7月的一天，他在辖区铁路上巡视，一30多岁的女子坐在离防护网不远处。

“哭啥呢？”司战军上前问话，女子哭声反而更大。

后来，女子说，她家是漯河的，她和爱人都在新郑租的房子，主要摆摊卖点小东西，“他让我给他买个油条，我买的时间长了些，他不愿意我，拿着我买的油条甩我脸，还把我打一顿……”

女子越说越觉得委屈，“我来这儿了，我就想在这里卧轨自杀。”

“夫妻吵个架，你就想自杀，

你的命就这么不值钱？我带你去找你的爱人去。”司战军拉着女子衣服就要走。

很快，女子将司战军带到了她丈夫跟前。

见女子丈夫还在那儿做着生意，跟没事似的，司战军有些生气了，质问他：“是挣钱重要？还是你爱人的生命重要？你为啥不去找她？为啥要打她？”

在司战军的一番厉声指责和好言相劝下，夫妻俩和好了。

而在他工作的这27年里，司战军先后救下了近40名轻生者。

线索提供 杜中亚

预防“春节病”，消化内科、儿科等专家来支招 “每年春节都能接诊100多例气管异物患儿” 孩子吃东西时，大人千万别逗

春节的脚步越来越近，聚会和饭局活动是越来越多了，孩子也放假了。越是假期越要谨防“春节病”，医馆君邀请了消化内科、营养科、心脑血管、儿科等专家为你和全家健康过节保驾护航。郑州晚报记者 邢进 谷长乐 通讯员 马一禾 贺婉樱 金雨珊

大人

胃犯“节日病”，这里有妙招

年关将至，聚会和饭局活动越来越多。郑州人民医院消化内科主任马英杰介绍，每逢春节假期，因大

吃大喝导致的消化道疾病在各大医院会明显增多。节日期间，免不了大鱼大肉，油腻、重口味、酒精等

对胃肠来说是很大的负担。马英杰建议，过节期间市民要比平时更注意，尽量选择有利于肠胃健康的饮食。

胃吃出病？这些方法能让“它”舒服些

如果胃胀不消化，可适当吃些白萝卜或山楂片，如果还不能缓解，可咨询医生后服用保和丸或胃苏颗粒。

如果胃有烧灼感，上腹常有烧灼感，并伴有口干、

口苦、发口疮等表现，可能是油腻煎炸食物吃太多，可酌情服用养胃舒胶囊。如果烧灼感明显，甚至吐酸水，可服用苏打片或吃点苏打饼干。

如果胃遇寒则痛，可能是胃寒，服用虚寒胃痛颗粒、温胃舒胶囊可缓解。平时要注意保暖，避免吃生冷的食物，并经常按摩中脘和足三里这两个“养胃”穴位。

喝酒有个酒精公式您知道吗？

春节走亲访友，宴席之上，饮酒可增添节日氛围。但饮酒过量却会给身体带来一定的危害。

人饮酒时摄入的酒精量有个计算公式，即饮酒毫升数乘上酒的度数再乘上0.8。据郑州人民医院消化内科副主任医师王郁杰介绍，不管是什么类型的酒，

过量喝酒，对身体造成的伤害首先是胃部，轻则引起酒后呕吐，反酸，重者出现急性胃黏膜损伤，引起上消化道出血。

对一些老年人，尤其是原本就有心脑血管疾病的病人，酒精会诱发冠状动脉痉挛、恶性心律失常、血压急剧升高等。郑州人民医

院心内科主任刘恒亮介绍，有老人患有心脑血管疾病，因亲朋好友团聚，兴奋不已，饮酒过度，从而加重原有的心脑血管疾病，最后出现心源性猝死的症状。因此特别提醒老年人尤其注意不要饮酒过度，以免出现类似脑出血、心源性猝死等症。

小孩

孩子积食 可禁食8~12小时

目前郑州市中小学已放寒假，此时也是儿科门诊数量剧增的时节。数据显示，在寒暑假期间，儿童意外伤害事故的发生率要占到全年总数的一半。为此，郑州市儿童医院的几位儿科专家提醒家长谨防几种儿童“春节病”。

“每年寒假，患胃肠疾病来就诊的孩子就会增多。”消化内科主任李小芹说，聚会少不了大鱼大肉和各种零食，连续吃这些食物，很容易引起孩子消化不良。

此外，春节期间，儿童食积发生率也高。伴有呕吐、腹泻的儿童，可以暂时禁食8~12小时，待呕吐停止后，吃些清淡的流质食物，“轻症食积儿童经过控制饮食，很快可以痊愈，重症食积的儿童需去医院就诊”。

别逗孩子，小心气管异物

“每年春节假期，都能接诊100余例气管异物患儿。”郑州市儿童医院耳鼻喉科主任韩富根说。

“孩子吸入异物后，家长尽量安抚孩子不要哭闹，更不要给孩子喝水，否则不但会把异物冲下去，还可能引起再次呛咳。”韩富根提醒，如果孩子需

要进行手术取异物，喝下去的水可能会使孩子在麻醉时发生呕吐，造成窒息。

此外，韩富根说，孩子年龄小，表达能力有限，有时异物误入气管后症状不太明显，若孩子出现痰多、分泌物增多的情况，家长要考虑气管异物的可能性。

“儿童气管异物，最重要的是预防。”韩富根提醒家长，不要让孩子把小玩具放进口和鼻内；孩子吃东西时不要逗其说笑；发现孩子口含玩物，要引导其吐出，不能用手强行掏取。

