

又是大树救命！从12楼坠落男童脱险

4岁的他爬上厕所窗户酿意外 多科室联手救治，14天后转入普通病房



医护人员精心守护乐乐(化名)重重闯关。受访者供图



转入普通病房,乐乐在画画。



扫码看视频

三湘都市报8月19日讯 “叔叔阿姨，再见，谢谢你们……”8月19日，是4岁男孩乐乐(化名)从长沙市中心医院(南华大学附属长沙中心医院)儿童重症监护室转到普通病房的日子，经过14天的救治，这个从12楼意外坠楼的孩子终于脱离危险，回到父母身边。

近期，多起高空坠落康复的案例让人庆幸不已，带来缓冲的大树，正是这些坠落者的“救命恩人”。长沙市中心医院的专家也提醒，有幼儿的家庭，更需要做好安全防范。

8月5日早晨8时许，家住长沙市雨花区某小区12楼的4岁男孩乐乐悄无声息地爬上厕所窗户，不慎坠落，全身多处挫伤，被紧急送入长沙市中心医院。

患儿入急救室时生命垂危，已出现意识障碍、颜面发绀、休克等症状，医院第一时间开通绿色通道紧急完善检查，考虑为脾破裂、肝挫伤、双肺挫伤、肺出血、肋骨骨折、股骨干骨折、耻骨骨折等。

医务部立即组织急诊外科、儿科、普外科、神经外科、外周血管介入科、胸外科、骨科、手足显微外科、输血科、麻醉科等相关科室会诊，全面讨论手术方式、术中、术后的应急预案。之后多个科室联手做了7个小时手术，乐乐转入儿童重症监护室治疗。

“乐乐从手术室转来时仍处于昏迷状态，生命体征极不稳定。”儿科主任、主任医师张小佛介绍，术后孩子出现反复发热、长时间肺出血、肺部感染、全身水肿、高血压脑病、凝血功能障碍、肝功能障碍、心肌损伤、肾功能异常、电解质紊乱等多种并发症，几度处于危急状态，经过多学科的通力协作，医护人员成功化解了一个又一个接踵而来的难题。

在监护室经过14天的精心医治后，乐乐终于转危为安，除了下肢手术后活动不便外，各器官功能基本恢复正常，成功转到普通儿科病房接受后续治疗。

■文/视频 全媒体记者 高煜棋
通讯员 乔木 石家云 朱文青

消防行动 株洲消防：真烟真火淬炼尖兵本色

为提升消防救援队伍在极端环境下的实战能力，近日，株洲消防在真烟真火训练基地开展实战化训练。通过模拟真实火场环境，锤炼指战员体能、技能与心理素质。

训练基地完全模拟真实火场环境，烈火熊熊、浓烟滚滚、室内温度飙升至100℃。消防员们默契配合、沉着应对，内攻组熟练运用门控、射流技术进入建筑，排烟组马上利用水枪和水驱动排烟机进行战术性通风和火场排烟。经过紧张处置，室内火点被逐一扑灭，被困人员成功解救。真烟真火训练中，消防员们不仅要克服生理极限，

更要保持冷静的判断力和团队协作能力。

白关消防救援站副站长韩浩介绍，“我们通过模拟真实火场的强化训练，帮助队员克服恐惧，在实战演练中发现不足、提升技能，最终实现从怕火到控火的蜕变。”

接下来，株洲消防将紧密结合实战需求，进一步丰富训练科目，提高训练难度，全面锤炼指战员识险、避险、处险能力，为打造一支“拉得出、冲得上、打得赢”的消防铁军打下坚实基础。

■通讯员 曾丽云

从疾病缠身到健美冠军 66岁老人用行动逆袭

“陈哥，又来健身啊！”8月19日7时，66岁的陈建平已经在长沙市芙蓉区车站路新华联家园附近的健身房挥汗如雨。

58岁开始参加健美比赛，累计斩获大小奖项11次，身边年轻健身爱好者都称呼他“陈哥”。如今，66岁的陈建平仍在通过健身健美展现自己的活力。

因病开始健身，38年如一日自律

1959年，陈建平出生于湖南长沙。年轻时，陈建平的身体状况并不好，饱受肠胃疾病的困扰。28岁时，一次严重的胃穿孔，陈建平住了长达两个月的院，意识到增强体质的重要性。

“从那时开始，我就每天到健身房锻炼。”陈建平告诉记者，“不仅身体素质提高了，健身也使我拥有了良好的体态。”

开始的30年只是自己练，58岁时，为了检验长年的健身成果，同时也是为了提高自身健身的质量与目标，陈建平开始参与全国各大健美赛事，累计斩获大小奖项11次。2024年，“中杉杯”第八届世界奥赛之夜(中国区北京站)健身健美大赛上，陈建平夺得全国60岁以上级别冠军。

“58岁才开始参赛，很多人都觉得太晚。但我参加比赛，并没有抱着拿名次的想法，只是想体验不一样的人生。”陈建平说。

感恩妻子付出，“借口”参赛四处旅游

38年如一日的健身生活里，陈建平获得了不少身边人的支持与关注。“最要感谢的还是我的夫人。”陈建平告诉记者，备战健美比赛体重控制是关键，为了保证肌肉线条的清晰可见，陈建平每天需要食用牛肉、鸡肉等含脂量较低的肉类补充蛋白质，妻子会将牛肉鸡肉用榨汁机打成肉泥，加入鸡蛋搅拌，以供备赛期间的陈建平食用。

妻子的默默付出，陈建平看在眼里，记在心里。“现在我参加健美比赛，还有一个重要的目的，就是带夫人四处看看。”陈建平说，妻子喜欢旅游，他就以各种健身比赛为契机，带着妻子各地游玩。由于妻子一直想去江西景德镇，今年4月，陈建平报名参加了一场在景德镇举办的健美比赛。

健身生活让陈建平收获了不少“忘年交”，许多年轻的健身爱好者向他请教健身的技巧与诀窍，陈建平也不吝赐教，尽心尽力地进行指导。66岁的陈建平仍不打算停下对健美运动的追求：“哪怕以后年龄大了参加不了健美比赛，我也会坚持锻炼身体，真正做到‘生命不息，锻炼不止’。”

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋
通讯员 陈浩然 邵美琪 乐梧亭



陈建平参加健美比赛。
受访者供图