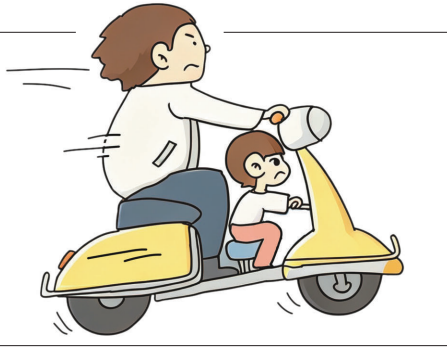


# 交管部门提示带孩子出行—— 先要“知危险”才能“会避险”

“六一”儿童节即将到来,公安交管部门提示广大家长,日常带孩子出行时,无论是驾车、骑车还是走路,都应了解并重视潜在的各种交通安全隐患,家长先做到“知危险”,提升自身交通安全意识,才能更好地教导和保护孩子,做到“会避险”。



## 骑车出行 车筐、“加座”成危险“C位”

共享单车车筐一般长约30厘米、宽20厘米、深只有10余厘米,只靠几个螺丝将车筐固定在前叉上。车筐放上重物,车头就不好控制了。孩子在无任何防护措施的情况下,坐进深度有限的筐内,遇到急刹车等特殊状况,很容易就会把孩子甩出去,存在巨大的安全隐患。

不仅是车筐坐娃,还有部分家长为图方便,在共享单车上私装木板当“儿童座椅”、在电动自行车踏板上摆放塑料小板凳,给孩子“加座”。普通共享单车并不具备驮带儿童的条件,私自“加座”不仅影响骑行平衡,孩子身体也妨碍家长视线观察,遇紧急情况更影响及时采取措施。

交警提示广大家长:《天津市道路交通安全若干规定》中明确规定,已满18周岁驾驶自行车、电动自行车的,可以在固定座椅内载乘1名12周岁以下的未成年人。行经交叉路口、铁路道口或者陡坡等危险路段时应当下车推行。同时,电动自行车载人必须是后座载人。“车筐坐娃”“加座”的情况坚决不可取。

## 驾车出行 “坐姿”不对很“坑娃”

“有些家长坐车出行时,习惯自己坐在副驾驶座位上,然后将几个月大的婴儿或者一两岁的幼儿抱在怀中,认为自己抱着孩子乘车,孩子不但舒服还‘绝对安全’,其实这种行为极具危险性。”一线执勤交警介绍说,“怀抱孩子坐在副驾驶座位上,一旦发生紧急情况,怀中的孩子就是家长的‘安全气囊’,孩子的安全毫无保障。”

不仅是抱娃坐副驾驶座位,还有的家长将车的后排布置成“娱乐区”,让孩子随意站立、躺卧,甚至蹦跳玩耍,这样车辆在行进中很不安全。急刹或发生碰撞时,站立或躺在后排座位上的孩子会完全没准备而被惯性推到前排座椅上,造成伤害。此外,还有家长将玩具、零食搬上车,一些玩具材质较硬,遇车辆急刹时增加了孩子撞击受伤的风险。在车内吃东西,车辆转弯、颠簸、刹车时,很可能导致食

物阻塞孩子呼吸道引发窒息。

夏季已至,有的孩子出于好奇贪玩或是贪图凉快,将胳膊等身体部位伸出车窗,还有的孩子站在座位上,将身体从打开的天窗探出,这都是非常危险的。把身体探出天窗,极有可能被路边的广告牌或树枝刮伤。发生追尾事故或紧急刹车时,因强大撞击力和紧急制动,孩子会因站不稳直接跌落,很可能伤及孩子的脖子和肋骨,还有可能将孩子甩到窗外。而且许多车型的车窗具有熄火自动闭合功能,万一熄火后,孩子头还在窗外,极易被夹伤。

交警提示广大家长:未满12周岁的孩子坐在汽车第二排要乘坐儿童安全座椅,系好安全带。12岁以下、身高不足的孩子,应当坐在专用的儿童安全座椅上,系上专用的安全带;12岁以上或身高较高的孩子,可在车上配备增高坐垫,这样孩子就可系上成人的安全带,有效地将孩子保护起来。《道路交通安全法实施条例》明确规定,机动车行驶中,不得干扰驾驶,不得将身体任何部分伸到车外,不得跳车。孩子将身体伸出天窗不仅危险,还属于交通违法行为。同时,家长也应当提升交通安全防范意识,不要将玩具、零食等带到车内,给孩子出行埋下隐患。

## 驮带出行 危险搭乘要杜绝

“因操作灵活轻便,电动自行车已成为大部分家长接送孩子上下学的主要代步工具。有些孩子在乘坐电动自行车时不守规矩,频繁出现‘倒坐车、一车驮俩、不戴头盔’等危险动作。”执勤交警介绍说。

喜欢“倒坐车”的一般都是年龄稍大的孩子,觉得这样的坐姿很酷。实际上,遇紧急情况急刹车,倒坐很容易失去重心和保护,易从车上摔下来。同时,电动自行车为正向乘坐人员设计放脚的地方,如果倒坐,放脚的地方就不合适了,双脚无处踩踏,一旦车身震动,脚易卷入车轮。此外,还有部分家长骑行电动自行车带娃出行时,自己佩戴了安全头盔,却没给孩子佩戴;还有的骑车时,前脚踏板上站着孩子,后座上还坐着一个孩子,三人同乘,极易出

现制动不良、车身失衡等现象,遇紧急情况,制动不及时极易引发交通事故。

交警提示广大家长:相关法律明确规定,家长在骑行电动自行车载乘一名12周岁以下的孩子外出时,两人均应全程规范佩戴安全头盔。骑乘电动自行车带娃出行时,应做到“载一孩”“全戴头盔”“正向端坐”。同时,自觉杜绝逆行、闯红灯等交通违法行为,守法文明出行才安全。骑行中与大货车、公交车等大型车辆保持足够距离,远离大型车辆的盲区和右转弯过程中出现的内轮差隐患,特别是行至路口时,当感知有大货车临近时,要尽量远离,保持安全的横向距离,避免长期并行;如果发现大货车右转弯,要立即停下,向远离它的方向避让。

## 走路出行 牵好孩子勿失控

带孩子步行外出时,有些家长跟孩子“一前一后”分开走,家长跟在后面,孩子或是跑着,或是骑着儿童自行车,独自走在家长前面。殊不知,这样“一前一后”分开走暗藏着交通安全隐患。

交警提示广大家长:带孩子出行时,特别是年龄较小的孩子,家长一定要看护好,牵好孩子的手,不要轻易放手。这些孩子年龄较小、活泼好动,对车速和车距的判断能力较弱,缺乏预见危险的能力。家长以及上了年纪的“四老”带孩子外出,特别是横过道路时,千万不要让孩子独自走在自己前面,不要觉得孩子就在眼前自己能看护好,一旦遇到突发情况,即使几米的距离也根本来不及跑上前阻止。带年龄较小的孩子外出时,家长一定要紧紧握住孩子的手腕,因为他们很容易挣脱,而握住孩子的手腕才不易挣脱,这样可以有效防止意外发生。

此外,家长还应当教育年龄稍大的孩子,出行时“守规矩”。道路上车来车往不适合你追我跑、打闹嬉戏。让孩子懂得结伴出行时要注意观察道路上的车辆,按交通信号灯指示,守法文明出行。

记者 徐燕  
通讯员 焦轩 刘希萍  
漫画 张亮

# 吃不完的米饭 建议分装冷藏

夏季不少市民会选择将吃不完的米饭盛出放入冰箱冷藏,吃的时候再加热,这也是更为推荐的剩饭处理方式。不过专业人士提醒,剩米饭的冷藏同样有讲究:吃不完的米饭应当在出锅后2小时内放入冰箱冷藏,避免在室温下长时间停留滋生细菌;食用剩米饭时必须彻底加热,才能有效杀灭可能存在的致病菌。

为了减少交叉污染风险,建议采用“吃前分装”的方式:如果预估米饭做多了,可以在开饭前就用干净的餐具和餐盒将多余的米饭单独分装出来,其余的正常食用。避免一顿吃不完后,所有剩饭菜混放造成细菌交叉污染。分装时可以按每顿的食用量分开储存,吃多少热多少,避免米饭反复放凉、反复加热,降低变质风险。

此外,日常使用电饭煲后,及时清洁也十分关键。不少市民习惯用小苏打代替洗洁精清洁内胆,避免化学残留,再分别用干布、湿布擦拭干净,就是很好的清洁习惯。除了内胆之外,电饭煲的几个隐蔽部位也需要重点清理:首先是排气孔,煮饭时排出的蒸汽会携带大量食物碎屑和营养物质,长时间不清洗容易滋生病菌;锅盖与锅体之间的密封胶圈也要定期取下,用清洁剂充分浸泡清洗后再装回;内胆下方的电热盘如果漏进饭渣、饭汤,也需要及时清理。

记者 王美桓 王喆

# 电饭煲保温米饭 不要超过4小时

不少市民习惯用电饭煲焖饭并长期开启保温功能,省去重复加热的麻烦。家住本市的刘雅伶就是如此,她早上焖好一锅饭,靠保温功能让米饭随时保持适口温度,一整天都不用再单独做主食,“冬天放两天都没问题,夏天也尽量两天内吃完,不管什么时候吃温度都刚好,特别方便”。

这样的做法虽然省心,却隐藏着不小的健康风险。专业人士介绍,电饭煲的“保温”功能常规设定温度为60℃至70℃,但锅内的米饭实际受热并不均匀,上层接触空气的部分温度很容易降到60℃以下,刚好跌入细菌繁殖的“危险温度带”。

天津科技大学食品工程专业教师指出,20℃至60℃是食物中细菌繁殖最活跃的区域,而电饭煲并非密闭的保鲜容器,顶部设有通气孔可与外界空气交换,即便不打开盖子,长时间保温也可能导致细菌繁殖;中途盛饭时,更会将空气中的细菌带入锅内,进一步增加污染风险。

除了保温过程中自然滋生的细菌,盛饭时的交叉污染也不容忽视。在电饭煲的保温温度条件下,部分细菌仍可存活繁殖,甚至产生致病毒素,常见的包括金黄色葡萄球菌、蜡样芽孢杆菌、大肠杆菌等。

南开医院内分泌科副主任医师田丽丽提醒,部分特殊细菌耐高温性极强,需要100℃高温持续加热才能杀灭,部分芽孢甚至在100℃环境下仍无法被完全消灭,电饭煲60℃至70℃的保温温度远达不到灭菌效果。因此电饭煲内的保温米饭存放时间最长别超过4小时,超过这一时限后,食用的安全风险会明显升高。

据介绍,蜡样芽孢杆菌即使经过100℃加热也无法彻底杀灭,大肠杆菌则需要75℃以上高温加热超过1分钟才能消灭,二者都能在电饭煲保温环境下存活。这类致病菌容易引发呕吐型或腹泻型食物中毒,轻则出现上吐下泻等消化道症状,严重时还可能伴随头晕、恶心等全身反应。

医生特别提示,感官正常不代表食物绝对安全。当食物出现异味、发黏、发霉时,微生物已经大量繁殖,但引发急性肠胃炎的致病菌,致病剂量远低于人体感官可察觉的阈值。临床中多数蜡样芽孢杆菌食物中毒案例里,患者食用的剩饭都没有明显霉变、异味,但实际含菌量或毒素水平已经达到了致病标准。

记者 王美桓 王喆