



近日,河南省周口市郸城县才源中学初三学生小李返校复课后,在体育课上跑步时发生猝死……

4月30日,长沙市一名14岁初三学生同样在上体育课时猝死。网传的聊天截图也称,该生是在体考一千米测试过程中戴着N95口罩跑步,呼吸不畅引发的猝死。

正值开学季,在疫情防控特殊时期,上体育课适合戴口罩吗?随着长春大中小学陆续开学,昨日,城市晚报全媒体记者对体育课开展情况进行采访,并就学生上体育课戴口罩跑步时猝死采访了相关专家。

学生上体育课戴口罩跑步时猝死,这则新闻近期也在长春一些学生家长的朋友圈“刷屏”了,孩子如何上好体育课?家长们有话说。



# 国内两起戴口罩上体育课猝死事件 长春家长老师专家啥意见?

## 长春家长:上体育课或室外活动尽量不要戴口罩

长春市民田微近期也关注到这则新闻,她告诉记者:“我觉得意外发生不单纯在戴口罩上体育课这个层面,疫情期间这小半年时间,孩子们没有大幅有氧运动,身体运动机能待恢复,其次才是戴口罩。其实不应该有超剧烈运动,剧烈运动还是

会相对造成呼吸不畅。而且这是个别案例,也是孩子身体体质娇弱,不能以点带面说明问题。不过建议学校体育运动或者其他室内外活动,降低戴口罩剧烈运动机会,以及老师更多关注孩子状态,早发现早应对,避免意外发生。”

陈女士的孩子上初一,目前还在家上网课。她说:“我觉得未必和口罩有关,恰恰发病时戴口罩而已。不过室外体育课是否可以不戴口罩呢,感觉孩子戴口罩不适合做剧烈运动,室外运动时,可以拉开距离,不戴口罩。”

## 专家:剧烈运动时不建议佩戴N95口罩

吉林大学第一医院内科副主任张志国:

出现猝死情况,孩子本身可能有既往心脏病猝死的诱因或者家族遗传史。运动期间,尤其 N95 这类口罩是不建议戴的,进行剧烈运动时,戴口罩肯定会出现乏氧的状态,但都不至于

发生猝死这种情况,现在学生们相继开学,建议学生做适当的运动,做剧烈运动时,建议减少戴口罩,呼吸会通畅一些,也会避免造成乏氧。

吉林大学中日联谊医院呼吸科副主任医师王先文:

因为 N95 口罩密闭性好,会导致

呼吸不通畅,可能引起低氧血症和二氧化碳潴留,尤其剧烈运动时。所以在剧烈运动时不建议佩戴 N95 口罩,因为室外环境相对安全。另外,引起猝死的原因,可能有潜在的未发现的心脏疾病,运动后猝死风险增加,低氧血症和二氧化碳潴留可能也是诱发因素。

## 长春急救中心:可掌握一定心肺复苏相关急救技术

长春急救中心科教科科长张猛:

连续出现两起戴口罩上体育课猝死,这个应该引起注意。戴口罩对很多人来讲本身会产生不适,很多人能感觉到,戴口罩跟平常感觉不一样。从医学本身角度来讲,如果长时间戴 N95 这类口罩,没有疾病的正常人不会产生什么危险,但如果要运

动,本身心脏有毛病,有基础疾病,这可能是引发某些严重后果的一个诱因。

所以,提醒大家,如果戴口罩进行剧烈运动出现不适的话,就不能进行剧烈运动。对于出现猝死的预防,首先学校老师或学生掌握一定的徒手心肺复苏的相关急救技术,这还是

必要的。尤其注意的是,平时戴口罩走路时非常不适的这类人,更不能戴口罩进行剧烈运动。此外,注意有些学生是不是有原发病,平时运动的时候有没有呼吸困难,是否既往得过心肌炎、心肌病或者有先天性心脏病,这些都要注意,戴口罩只是一个可能的诱因,但不是一个根本的原因。

## 中学体育课:鼓励学生摘下口罩进行有氧运动

长春吉大附中力旺实验中学德体处主任郭爽:

为了增强学生身体素质,提高免疫力。长春吉大附中力旺实验中学每周每班从 3 节体育课增加到 5 节体育课,上课时教师鼓励学生在保持安全距离的情况下摘下口罩。

德体处主任郭爽介绍,在上课前,按照体育教师不到,学生不出班级原则,体育教师会到班级接学生上课。“在上课时,学生前后左右均要保持 1 米以上的安全距离,体育教师鼓励学生摘下口罩进行有氧运

动。课堂内容一般以原地类的运动项目为主,例如,身体素质练习、柔韧性练习、力量练习、跳绳等项目。临近下课时,体育教师会组织学生要戴好口罩,安静有序回班,上下楼的距离均为 1 米。”

长春养正高级中学体育老师郝爱华: 长春养正高级中学体育课,上课前五分钟,老师到班级将学生从班级带出,保持一米间隔,统一带到操场做准备活动,慢跑或者快步走。体育老师郝爱华说:“因为只是高三开课,操场比较宽敞,学生的活动范

## 大学教师:根据学生健康状况适时调整体育授课内容

长春大学体育教研部主任董亮:

目前针对特殊时期,各地的环境、情况不同,更是考验学校、体育教师的时刻。体育课应该建立一个联动机制,学生家长、学校、体育教师、学生本人,要对学生的健康状况有个动态了解,适时调整体育授课内容、授课形式,本着健康

第一、保证学生安全的前提下设置体育课教学内容、教学组织形式。

体育课程内容设置上,不建议进行集体项目、对抗性项目练习,有氧耐力性项目要循序渐进,根据个体的不同采用不同的要求,不强调成绩,重在参与。关于体育课是否戴口罩,建议体育课理论讲解、人员集

中的时候还是要遵从防疫专家意见,戴口罩。学生分散练习,在保持一定安全距离时,按照防疫专家意见可以不戴口罩。

/城市晚报全媒体记者刘暄 报道 长春吉大附中力旺实验中学供图、长春养正高级中学供图

## 高速公路上又见组团违法



4月29日下午,省高速公路公安局四平分局巡逻一大队执勤民警,现场查处三辆未悬挂机动车号牌的违法车辆,其中两名驾驶人还涉及无有效机动车驾驶证驾驶机动车的交通违法行为。

当日 16 时许,巡逻一大队民警在巡逻至辖区京哈高速公路四平收费站时,发现三辆白色轿车有未悬挂机动车号牌的违法嫌疑,巡逻民警与站口执勤民警在收费站出口将三台车辆截获。经查,三台车虽粘贴了临时号牌,但临时号牌仅限长春市区域内行驶。在进一步盘查过程中,民警在其中一台轿车内发现三幅车辆牌照,经核实系三台涉事车辆的牌照,三

台车辆均涉及未悬挂机动车号牌的交通违法。在进一步调查中,民警还发现三名驾驶人中的两人,一人未取得机动车驾驶证,一人因记满 12 分驾驶证停止使用,两人都涉及无有效机动车驾驶证驾驶机动车的交通违法行为。

根据相关法律法规,民警对三名驾驶人未悬挂机动车号牌的交通违法行为分别处以罚款 200 元,驾驶证记 12 分的处罚(无证人员不涉及扣分),另对其中两人无有效机动车驾驶证驾驶机动车的交通违法行为分别处以罚款 2000 元的处罚。

/城市晚报全媒体记者王跃 报道 摄

## 扮靓车厢 南通五车队为车“洗澡”

立夏后,天气渐变炎热。长春公交集团南通公司五车队为了给乘客营造一种凉爽舒适的乘车空间,全车队工作人员积极行动起来,卫生清洁打扫是必须的。与此同时,驾驶员们还利用休息空当,用清水给车厢内外进行彻底冲刷。如此一个又一个“凉水澡”,让长春公交集团南通五车队营运线路上的公交车厢顿时扮靓。窗明几净,车厢通透,立夏

后,但凡乘坐长春公交集团南通公司五车队公交车的乘客,大家对该线路的车厢的清洁程度都赞赏有加。据介绍,长春公交集团南通公司五车队在安全生产基础上,特别强化一线工作人员的服务意识,注重细节,并结合不同的时节和天气情况,分批次、有步骤落实每一项工作安排,更好地服务来自四面八方的广大乘客。

/王海涛

## 长春公交集团南通汽车公司二车队组织修理工技能比武大赛

5月4日,长春公交集团南通汽车公司二车队组织修理工技能比武大赛。本次大赛受到车队班子的高度重视,结合本单位实际情况,制定了详细的比赛计划,保证本次比赛过程中贴近实际,有所收获。本次大赛分为个人和小组项目,比赛分别包括:轮胎更换、电路检查等项目。

经过精彩的角逐,3名修理工在比赛中取得优异成绩,其中修理工孙师傅以自身过硬技术,摘取了桂冠。修理工马师傅说:修理工必须

不断学习新的知识,提高自身技术水平,也要加强自身的维修技能,感谢车队组织的大赛,使我们能有机会相互交流,本次大赛的项目都非常贴近我们日常的工作。长春公交集团南通汽车公司二车队党支部书记、工会主席李广伍表示:目前,防疫工作及保障复工复产安全营运是车队工作的重点,修理工在日常工作中十分辛苦,特别借助本次比赛能够给全体修理工带来收获,更加有效为复工复产保驾护航。

## 开辟“绿色通道”服务春耕春灌

日前,国网乾安县供电公司党委立足农业生产,开辟“绿色通道”,组织共产党员服务队分工协作,保障春耕用电需求,着力将疫情对复工复产的影响降到最低。该公司共产党员服务队深入让字镇大霞村大棚种植基地,检查用电线路和用电设备,为农户开展安全用电知识宣传,调查春耕春灌信息,制订春耕春灌复电计划,开辟送电“绿色通道”。

为确保春耕春灌用电无忧,队员们针对春耕生产特点对排灌线路、设备进行巡视,检查检修配电箱 5 个、低压线路 1000 米,低压电缆 500 米。他们及时排除安全用电隐患,主动与当地政府、农户衔接沟通,了解春耕生产用电需求,现场指导农户安全科学用电,合理安排电网运行方式和停电检修计划,优先确保春耕生产用电。

/袁建国