



冬季防火“全攻略”

随着气温的逐渐降低,冬季成为火灾高发季节。在日常生活中,切莫忘记消防安全。冬季防火有哪些需要特别关注的地方,我们应该牢记的消防安全知识和技能有哪些?在此,州公安消防支队为您准备了“冬季防火全攻略”。

一忌家用电器故障引起火灾。使用电炉、电热毯、电熨斗等,要避免因线路老化、经常搬运导致电线受损而引发火灾。**二忌乱扔烟头引起火灾。**“一支香烟,能毁万丈楼”,不能乱扔烟头,尤其像厨房这样易燃物多的地方要格外注意。**三忌燃放烟**

花爆竹引起火灾。燃放烟花爆竹要掌握正确的燃放方法,燃放后对现场要进行检查清理,消除火灾隐患。**四忌烤火取暖引起火灾。**冬季烤火取暖严禁用汽油、煤油、酒精等易燃物引火,火炉周围不要堆放可燃物品,取暖器材不要用来烘烤衣物。**五忌燃烧垃圾引起火灾。**垃圾里可能有可燃物,如液化气残液、玻璃瓶、鞭炮、废旧液体打火机等,一旦燃烧就有爆炸的可能。**六忌气体泄漏引起火灾。**一旦发现煤气泄漏,应立即关闭气阀和炉具开关并打开门窗,此时不要开室内任何电器或使用

室内电话,发现邻居家燃气泄漏应立刻敲门通知,切勿使用门铃。**七忌不配备消防器材。**每个家庭都应配备小型灭火器等,每位成员都要掌握使用方法。

冬季一旦遭遇火灾,广大市民应具备最基本的灭火常识。燃气罐着火要用浸湿的棉、布、衣物等捂住灭火,并迅速关闭阀门。电器、线路着火要先切断电源,再用干粉或二氧化碳灭火器灭火,不可直接泼水灭火,以防触电或电器爆炸伤人。



黄南州公安消防支队 宣

雨雪雾天您开远光灯了吗?

不要单独开启危险报警闪光灯(双闪灯)

许多司机在雨雪雾天气习惯只开启汽车的双闪灯,而不开其它灯光,这种做法是错误的,一般只有在车辆发生事故时或者需要临时停车时,才应该单独开启双闪灯。正常的雨雪天气下只需开启雾灯、示廓灯、前后位灯及近光灯即可,极端天气需要使用双闪灯时一定要配合其他灯光一同开启。否则一是在雨雪雾天的警示作用没有那么强,二是容易让前后方车辆误判驾驶人意图,造成安全隐患。

不要在雨雪雾天开启远光灯

需要格外注意的是,雨雪雾天气下一定不要开启远光灯,因为远灯光线角度较高,被雨雾折射后容易进入对向车辆驾驶员的眼中,造成其短暂的视力模糊,或是暂时性失明,这样就严重的危害了其驾驶安全。

正常天气情况下夜晚不要开启后雾灯

如果天气晴朗的情况下在夜间行驶时请不要开启后雾灯,因为后雾灯设计之初考虑的是雨雪雾天的穿透能力,所以灯光角度设置较高,同时亮度也较高,如果在正常天气条件下能见度足够时开启后雾灯会晃到后车司机,造成眩眩。

总结:在特殊天气下正确使用灯光可以给前后行人及车辆做到警示作用,大大减小事故发生率,同时在正常天气的夜晚会车时请大家不要违规使用后雾灯、远光灯等容易给前后驾驶员造成眩眩的直射灯光,为他人和自己的安全负责,最后希望您能在看到以上提示后能合理、规范的使用车上的灯光,一起为建立一个安全高效的行车环境尽自己的一份力量。

交通安全在身边

黄南州交警支队宣

腌制食品真的“有毒”吗?

秋冬时节,许多家庭都有腌白菜、萝卜、雪里蕻等蔬菜的习惯。这些腌制的蔬菜,以其独特的风味成为很多家庭餐桌不可或缺的下饭菜和开胃菜。近年来,腌制食品有毒、致癌的说法让许多人对腌菜的安全性表示怀疑。那么,腌菜真的有毒、会致癌吗?

腌制蔬菜经长时间腌制、发酵后,还会产生有益人体的物质。比如,泡菜中的活性乳酸菌能抑制肠道中腐败菌的生长,有帮助消化、防止便秘、降低胆固醇等作用;酸菜在浸制过程中产生的天然植物酵素,有提高免疫力和净化消化系统的作用。

既然腌制蔬菜也是健康食品,那么腌制食品有毒的说法从何而来呢?研究表明,腌制蔬菜的安全问题主要来源于腌制过程中产生的亚硝酸盐。亚硝酸盐是一种强氧化剂,限量以内不会危害人体健康。只有当人体摄入过量(0.2克~0.5克)的亚硝酸盐后,才会引起急性中毒。实验表明,腌制蔬菜中的亚硝酸盐主要来自

自蔬菜中含有的硝酸盐。在腌制过程中,蔬菜中的硝酸盐会被一些细菌分解转变成亚硝酸盐。但随着腌制时间的延长,亚硝酸盐又逐渐被细菌利用或分解产生醋酸、乳酸等酸性物质,而这些酸性物质又能分解亚硝酸盐。据科学测定,蔬菜腌制的前两天,亚硝酸盐的含量并不高,但在第3天到第8天这段时间,亚硝酸盐的含量达到最高峰,第9天以后,亚硝酸盐含量开始下降,20天后亚硝酸盐基本消失。

民间传统经验表明,家庭腌制蔬菜时间足够、盐量充足是保障腌菜安全的关键。真正有危险的,是腌制两三天到十几天的蔬菜,而很多家庭蔬菜的腌制时间常在一个月上。

为确保安全,食用腌菜前最好用热水清洗以去除可能存在的亚硝酸盐。另外,腌菜属于高盐食品,经常食用不仅会加重肾脏负担,还会损害胃肠道黏膜,因此不可多吃、常吃。

黄南州政府食品药品安全委员会
黄南州食品药品监督管理局 宣

农家生活用电小常识

家庭常用电器选购原则。要选用正规厂家生产的,具有3C认证的家用电器,不可贪图便宜购买“无生产厂家、无质量合格证、无生产日期”的“三无”产品和伪劣产品。

3C认证的全称为“中国强制产品认证”,是我国政府为保护消费者权益而实施的一种产品合格评定制度。国家规定必须通过3C认证的常见家用电器包括:小功率电动机、灯具、家用电冰箱、电风扇、空调器、家用电动洗衣机、电热水器、室内加热器、电熨斗、电磁炉、电烤箱、微波炉、电饭煲和饮水机等。

家用电器使用原则:
1.认真阅读电器使用

说明书,按照要求正确使用电器。

2.湿手不能触摸家用电器,修理家用电器前必须先断开电源。
3.移动电视机、风扇等电器时,应先断开电源。
4.潮湿环境(如浴室)下应使用有防护设施的电器。

5.电器不使用时应彻底断开电源,否则不但会增加待机耗电量,而且还会存在安全隐患。

注意
如果电器已受潮、浸水,再次使用前,应经专业人员检查确认合格。

生活小常识

人为何会缺碘
由于自然环境缺碘,导致在这里生长的植物、动物缺碘,最终及人体缺碘。所以生活在缺碘地区的人们要想满足自身的碘需要,必须连续不断的补充碘。

缺碘的危害
缺碘最常见的表现是甲状腺肿大(大脖子),最严重的危害是影响大脑发育,造成不同程度的智力低下。在不同的生长发育阶段,缺碘可造成不同的损害。

缺碘之症主要有哪几种防治方法?
由于碘缺乏病是环境缺碘所致,因此补碘是防治碘缺乏病最有效的措施。目前补碘的方法有食盐加碘、口服碘油丸、饮水加碘、含碘药物、碘茶、碘化食品、富碘食物(如海产品)。

食盐是防治碘缺乏病的最好方法。只要每天坚持食用合格碘盐,就能满足人体的碘需求。

居民购买、存放和食用碘盐应注意什么?
碘盐必须有包装和碘盐标志。居民在购买碘盐时,要辨认清楚。购买的碘盐要妥善保存。
(1)盛放碘盐的器皿应为棕色遮光的瓶或陶瓷罐并有盖。
(2)碘盐应放在阴凉、干燥处避免受日光直射和吸潮,离开灶台存放避免高温影响。
(3)碘盐存放时间不宜过长,应随用随买,适当储备。
为防止碘盐丢失,食用碘盐时应注意:
(1)不能用水冲洗。
(2)炒菜、烧菜和煮汤菜时,不宜过早放盐,宜在食物起锅时放入。
(3)不要把碘盐放在锅里炒,更不要放在油锅里煎炸。

黄南州疾病预防控制中心 宣

遗失声明

- ▲ 下吾卡先的青D-39902号车机动车登记证声明遗失。
- ▲ 仁青措的青D-37591号车行驶证声明遗失。
- ▲ 李加的青D-632321198307170017号身份证声明遗失。
- ▲ 泽库县多福顿乡东让村三社41号满拉才让的5人户口簿声明遗失。
- ▲ 泽库县宁秀乡寨旺村三社22号叶旦吉布的4人户口簿声明遗失。
- ▲ 扎白的青D-02011号车行驶证声明遗失。
- ▲ 泽库柏朵俊汽修厂632323600010105号个体工商户营业执照(正本)声明遗失。
- ▲ 泽库县宁秀乡赛日龙村一社21号索南达日杰的4人户口簿声明遗失。

- ▲ 刮唐的青D-21912号车牌照(前)声明遗失。
- ▲ 河南县托叶玛乡乐多洋曲金银专卖店营业执照(正本)声明遗失。
- ▲ 河南县托叶玛乡乐多洋曲金银专卖店营业执照(副本)声明遗失。
- ▲ 泽库县西卜沙乡团结村二社031号尕藏多杰的1人户口簿声明遗失。
- ▲ 万么多杰的青D-19589号车牌照(前后)声明遗失。
- ▲ 万么多杰的青D-19589号车行驶证声明遗失。
- ▲ 同仁县润鑫科技化综合种植养殖专业合作社6323211NA000138X号营业执照(副本)声明遗失。
- ▲ 同仁县润鑫科技化综合种植养殖专业合作社同国税字632321074553062号税务登记证(正本)声明遗失。
- ▲ 尕藏卓玛的青D-29765号车行驶证声明遗失。
- ▲ 青海刚尔尔畜产品加工有限责任公

- 司拉本加的青D-91632300MA752K470K号营业执照(副本)声明遗失。
- ▲ 彭措昂杰的青D-22069号车行驶证声明遗失。
- ▲ 彭措昂杰的青D-22069号车牌照声明遗失。
- ▲ 李子民的632321198604030010号驾驶证声明遗失。
- ▲ 多杰的63242119920807031X号驾驶证声明遗失。
- ▲ 同仁县多哇镇政府的青D-19387号车行驶证声明遗失。
- ▲ 元旦尖措的1212817号黄南州职业技术学校2009级藏医医疗与藏药专业三年制中职毕业证声明遗失。
- ▲ 格日加的青D-18362号车牌照(前)声明遗失。
- ▲ 马兆瑞的622927197903060054号驾驶证声明遗失。
- ▲ 仁青当周的青D-06077号车牌照(前)声明遗失。

- ▲ 金色谷地商户而尖吉布的票据号为1986647的(702700元)收据声明遗失。
- ▲ 青海热贡智源民间文化艺术有限公司的6323210005601号公章声明遗失。
- ▲ 青海热贡智源民间文化艺术有限公司的6323210005602号财务章声明遗失。
- ▲ 青海热贡智源民间文化艺术有限公司多杰东知的6323210005603号名章声明遗失。
- ▲ 更登的青D-31272号车牌照(前)声明遗失。
- ▲ 泽库县恰科日乡东贡村四社19号曲多的3人户口簿声明遗失。
- ▲ 旦正才让的632421198404170612号摩托车驾驶证声明作废。
- ▲ 泽库县西卜沙乡团结村三社075肉乃吉的3人户口簿声明遗失。
- ▲ 格力合的青D-26817号车牌照(前)声明遗失。
- ▲ 三旦的青D-22661号车牌照(前)声明遗失。