

广元“95后”女教师精彩对诗走红网络

本人回应：站稳讲台，希望学生明白读书有用

“黄沙百战穿金甲”“不破楼兰终不还”“君问归期未有期”……元旦假期，四川省广元市苍溪县一名95后女教师现身西安大唐不夜城，上演了一场酣畅淋漓的诗词对决，在PK现场，她淡定从容，对答如流，引发网友纷纷点赞。

据了解，该女教师名叫李雅馨，毕业于西华师范大学，现就职于苍溪实验中学，担任高中二年级语文老师。

“感谢大家的关注和点赞，作为一名青年教师，首先要站稳讲台，沉淀自己，做好本职工作。”事后，李雅馨表示。



前去围观。

这时，刚好一个人对完，那位街

采博主便对李雅馨说，“这位姑娘，你来对下。”爱好诗词的李雅馨笑着点头。五分钟时间，李雅馨对答如流，不仅赢得了现场围观游客的阵阵喝彩，还收获了无数网友的点赞好评。有网友说，“你有来言我有去语，腹有诗书气自华！”“出口顺滑，功底深厚，太厉害了，不愧是优秀的人民教师。”

“视频在网上走红后，自己内心非常惶恐，感觉还有很多不足和需要学习的地方。”李雅馨坦言，作为一名普通的教育工作者，看到如此多的好评，备受鼓舞，也心怀感恩。“当热度散去，我们终要回归正常的生活。今后将更加努力，在三尺讲台，教好教书育人好人。”

从小耳濡目染爱上诗词 希望学生明白读书有用

“父亲是一个喜欢诗词的人，小时候就看到他经常摘抄一些优美诗句和歌词。”后来，在父亲的熏陶下，李雅馨也爱上了诗词。

上学后，喜欢文学和历史的她，一直担任着语文课代表，经常看诗词电视节目，还曾参加过浙江卫视《向上吧！诗词》节目录制。“对诗现场，之所以能对答如流，也源于自己长期的积累与储备。”李雅馨说。

因为诗词，李雅馨还结交了不少热爱诗词的朋友。让她记忆最深的，是2018年上大学期间，几个好友相约长沙，以诗会友的热闹场面。天南海北的朋友们聚在一起，爬岳麓山，逛岳麓书院。后来，这些诗词好友，还专门建立了一个名叫“诗词客栈”的群，大家经常在“云端”畅游诗海，乐此不疲。

“平时也许会被世俗湮没，当爱诗的那一瞬间，我们又是如此出彩。”视频走红后，有朋友给李雅馨发来这样的信息。她说，自己特别喜欢这句话，于是便把这句话也发在了自己的朋友圈。希望通过这件事告诉学生，读书是有用的，喜欢诗词，爱上诗词，人生有了诗词的沁润，会变得绚烂而丰盈。

(据《华西都市报》刘彦谷)

围炉煮茶“放倒”南京一家四口！

医生提醒：中毒后，这个操作必须做

近两年流行起来的新中式生活方式“围炉煮茶”健康隐患不断。日前，南京市民庄先生一家四口就因为在家围炉煮罐罐奶茶集体被“放倒”了。据媒体报道，浙江一医院近半个月也接诊了47位因围炉造成中毒的患者。

围炉煮茶一小时一家四口全中毒

“朋友送了围炉煮茶的小炉子，就想着在家煮个罐罐奶茶。”庄先生回忆，2023年12月22日，因为收到了朋友送来的小礼物，便想着一家人“小资”一下，围着小炉子聊聊天、拍拍照，“因为天气比较冷，家里有小孩子，就开着空调，但把门窗都关了起来。”

大概一个小时后，庄先生一家四口人都觉得屋里有点闷，便稍微开了点窗户。“家里老人和小孩还是都觉得头晕、胸闷、难受，我老婆就上网查了一下，说可能是一氧化碳中毒了。”庄先生告诉记者，自己一开始并没有相信这样的“围炉煮茶”能有啥影响，但因为妻子坚持去检查，一家人才来到家附近的医院就诊。

这一检查，让庄先生一家心有余悸。“半夜来到医院以后，医生要求所有人先验血。检查结果都是轻度中毒，小孩中毒指数最高，医生说必须要吸氧，不然后面对大脑有损伤，会有后遗症。”据了解，在经过后续治疗后，目前庄先生一家人已经痊愈。

一氧化碳是“元凶”，中毒后还需警惕“迟发性脑病”

为何氛围感拉满的“围炉煮茶”竟有这样的威力，能“放倒”这么多人？记者请教了南京鼓楼医院急诊医学科副主任医师何飞。

何飞表示，“围炉煮茶”最少不了的一个工具就是加热用的“碳”，然而，当碳不充分燃烧就会产生无色、无味、无刺激性的窒息性气体——一氧化碳。

专家介绍，一氧化碳中毒的严

重程度与环境暴露时间长短和吸入一氧化碳量有关。轻症患者多出现头昏、头疼、恶心、呕吐、乏力、心慌等症状，重症患者则表现为多器官功能受损，如昏迷、癫痫发作、心律失常、急性肺损伤以及急性肾功能损伤，甚至死亡。

“一氧化碳中毒的患者并不是清醒之后就平安无事了，特别需要提醒的是，还要注意中毒后

的迟发性脑病。”何飞指出，迟发性脑病以不同程度的认知障碍，人格改变，运动障碍以及局灶性神经功能缺陷为主要特征，一般出现在中毒后一个月内，症状可持续数年或更长，患者需要去专科医院进行诊治。因此，中毒后一定要经过医院的系统性评估与充分治疗，以免出现不可逆的大脑损伤。

围炉时，通风是重点！出现不适应立即开窗开门、撤离现场

何飞告诉记者，出现一氧化碳中毒后，首先应尽快脱离中毒环境或降低环境中一氧化碳浓度，如开窗通风。轻症患者保持安静休息，避免活动增加氧耗，加重症状。对于重症患者，如出现心跳呼吸骤停，要

立即进行复苏。

何飞指出，相比健康人群，儿童、孕妇、老人，以及有呼吸系统疾病的人群更易发生一氧化碳中毒，需要格外当心。

如果在煮茶过程中出现头痛、头晕、恶心、呕吐等症状，应

立刻开窗、开门通风，并撤离现场。同时，如果作为施救者，也应当在保证自身安全的前提下，把中毒者转移至空气流通好的地方进行救治，并立即拨打120，尽快就医。

(据《扬子晚报》吕彦霖)