

六安市第四届桂花旅游文化节开幕

□记者 梁照曾 文/图

本报讯 满山丹桂醉游客，画廊深处美景多。安徽省六安市第四届桂花旅游文化节暨大别山花漾玻璃桥开业典礼于9月22日在大别山石窟风景区内正式拉开序幕。本次活动以“赏金秋丹桂，游石窟美景，走花漾玻璃桥”为主题，石窟玻璃桥也在当天正式对外开放，现场游客除了可以游石窟美景、赏金秋丹桂，还能在现场感受狮舞迎宾、古筝演奏、风情演绎、歌伴舞、乐队表演、空中婚礼等精彩表演。

农历八月是桂花飘香的时节，大别山石窟景区的桂花此时也已盛开，成为一处难得的旅游胜地。桂花是六安市的市花，一年一度的桂花旅游文化节为六安市的旅游业注入了活力。在六安市第四届桂花旅游文化节开幕式上，狮舞迎宾、古筝演奏、风情演绎等别具六安风情的节目让游客陶醉。开幕式后，游客在桂花林深处寻景觅胜的同时，又体验了大别山石窟景区花漾玻璃桥的惊险刺激。游客漫步空中赏桂花，是一种美妙的享受。

据了解，六安市桂花旅游文化节是由政府部门牵头、各景区互动的秋季主题活动。地处大别山区的六安市，依靠大别山丰富的自然景观资源和厚重人文风情，打造了一个90里的观光风景区，风景区内有大别山石窟景区、皖西大裂谷景区、大别山风情谷、兰溪观光区、毛坦厂景区等，游客来往各景区途中，还能欣赏沿途徽派风情的村舍和民风。

近年来，六安市通过举办各种节庆活动，特别是根据四季不同景观，举办不同的主题节庆活动，吸引更多的人参与旅游，带动消费，拉动经济发展，效果良好。今年上半年，六安市旅游综合收入达221亿元，有力地推动了当地的经济发展。



古筝演奏



桂花盛开

国庆出游 请收好这份应急宝典

出游不比居家，可能要面对各种“旅游病”和突发意外情况，学会如何应对这些突发意外才能更好地保障出游的安全。国庆长假将至，如何应对旅游中出现的意外呢？我们一起来看看吧。

A、出门前：先了解旅游地情况

出去旅游，关键要先了解以下几点：

第一，提前规划旅游路线，了解目的地和行程中的天气、卫生、路况、饮食、住宿情况及应急救援电话等，做到心中有数，不要冒险前往危险或者生僻的路段，确保出游安全，并做好相关应对措施。

第二，要注意地域风俗差异，避免人文冲突。

第三，根据旅游的时间和周期情况，准备一些相关的药物，比如南部地区蚊虫多，就要带防咬伤的药物；有些日照时间长且紫外线强的地区，还要准备防中暑药物、防晒产品和护目镜等；北部气温较低要适当增带衣物；根据自身既往病史携带相关药物。

B、准备药物：常见“旅游病”药物不能少

出游中要注意常见的“旅游病”及相应的预防措施。

●腹泻

腹泻、拉肚子可算是最常见的胃肠道“旅游病”了，统计表明，约30%的旅游者会发生腹泻。主要是旅行疲

劳、精神紧张、饮食不当、天气变化等引起。

建议：旅游时要格外注意饮水卫生，饮用经煮沸的开水或瓶装水较为安全；少喝酒、少吃肉食，饮食以清淡为主，少喝冰凉饮料，以免加重胃肠负担；晚上睡觉使用空调时，应用毛巾被盖好肚脐，防止受凉引起感冒、拉肚子；外出应避开雨天，淋雨后最好冲个热水澡，祛除寒气，防止感冒、腹泻的发生。

●防晒

外出时应佩戴太阳镜、涂抹防晒霜，防止紫外线照射引发眼睛白内障、斑点恶化。穿保护性的衣服，比如穿长裤和长袖服装、戴遮阳帽、打防晒紫外线的伞等。

建议：一旦发生晒伤，可冷水浴或冷敷，有助于减轻伤口处的疼痛。

●蛇虫咬伤

户外运动时一定要谨防蛇虫咬伤，做好衣物与药物的双重防护工作。户外活动、徒步露营等一旦被蛇虫咬伤，应及时采取自救措施。

建议：野外行走，要选择能够保住脚踝的鞋子，最好是皮革的，这样即使遇到了蛇虫，也能够最大限度地减少伤害；不要在草地、树林中长时间坐卧，以免蛇虫爬到身上咬伤自

己；可随身携带花露水，往身上涂抹一下，能防止某些虫子靠近。

C、出门在外：学会应对突发意外

出门在外，遇到突发情况时，切记不要光顾着慌张，学习一些应急技巧，以备急需时使用。

●出血

1.消毒：用清水及肥皂清洗伤口（仅限伤口较小），对跌倒擦伤或怀疑会沾上污物的伤口，注意小心消毒。

2.止血：让伤者坐在舒适的地方，安慰伤者并抬高伤肢，用一块衣物盖住伤口，用手压在敷料上，施以适量压力，协助止血。

3.包扎：若伤口已经基本上止血，这时可用衣物包扎固定，请伤者休息一下，然后打电话寻求援助。

●心跳骤停

1.马上进行心肺复苏。让心脏骤停病人平卧在平坦的地方，急救者跪在病人的右侧，左手放在病人的前额上用力向后压，右手指放在下颌沿，将头部向上向前抬起，一面速请就近医院的医生前来救治。

2.人工呼吸。抢救者右手向下压颈部，撑开病人的口，左手拇指和食指捏住鼻孔，用双唇包住病人的口外

部，用中等的力量，按每分钟12次、每次800毫升的吹气量进行抢救。

3.胸外心脏按压。抢救者在病人的右侧，左手掌根部置于病人胸前胸骨下段，右手掌压在左手背上，伸直双臂，肘关节不弯曲，用双肩向下压而形成压力，将胸骨下压4厘米至5厘米（小儿为1厘米至2厘米）。只有当病人呼吸、心跳恢复后才能以妥善方法护送到医院继续治疗。

●溺水

1.检查。将溺水者救至岸上后，应迅速检查溺水者的身体情况。

2.恢复呼吸通畅。由于溺水者多有严重的呼吸道阻塞，要立即清除口鼻内淤泥、杂草和呕吐物，然后再控水处理。

3.控水处理。首先，救护者一腿跪地，另一腿屈膝，将溺水者的腹部放在救护者的膝盖上，使其头下垂，然后再按压其腹背部。也可利用地面上的自然斜坡，将溺水者的头置于下坡处，或以小木凳、大石头、倒扣的铁锅等作垫高物来控水。其次，若溺水者呼吸已停，应在控水后立即进行人工呼吸、胸外心脏按压（急救者将手掌根部置于胸骨中段进行心脏按压，下压要慢，放松时要快）。

●交通事故造成骨折

1.注意防止伤员发生休克，不要移动身体的骨折部位，如果怀疑脊柱受损时，一般不要改变受伤者姿势。

2.对具体骨折的部位，小心用消毒胶布包扎，并按发生后的状态保持部位静止。

3.在没有包扎用品的情况下，可就地取材对骨折部位进行固定，以减轻伤者痛苦，便于搬运。（据人民网）