



# 自驾游十五年 他走过近两千县域

## 核心提示

43岁的苗琦是一位来自辽宁鞍山的旅游爱好者,尤其喜欢自驾游。从2005年开始自驾旅行,他走过除港、澳、台以外中国所有省级行政区,足迹遍布近两千个县域。说起旅行的意义,苗琦形容说:“人生就是一本,不走出去,就等于这本书没有翻开,只是停留在封面,走得越多才会更加丰富多彩。”

## 见证国内高速路发展 每年买地图反复看

“这些年走了一些路,经历了很多,记录了很多,感悟也很多。”苗琦感慨地说,一时间不知道从哪讲起,想想这些年一直关注的,大概就是国内交通的发展。苗琦从小就喜欢旅游,热爱户外大自然,小时候是乘火车旅行。而工作后,他开始了痴迷上了自驾游。

因为有过开车到外省出差的经历,让他萌生了自驾游的想法。说走就走,2005年他开着自己买的第一辆小车驶出辽宁,并从此一发不可收拾。“当时身边自驾的旅游人,大多数也就是在省内外转悠转悠,看我开车到外省去旅游,他们都不能理解。”苗琦说。如今十五年过去了,身边的人改变了很多,他们不但接受了,一些人还受他的影响走了出去,喜欢上了自驾游。

平时他不爱看电视、不爱玩游戏,苗琦最大的爱好就是关注国内高速的发展,曾经有差不多连续十年的时间,每年都要买最新本的地图。“当时出去只能是看路牌和看地图,因为道路更新要关注,所以每年都会买新版的地图,旧的就送同事了,单位同事都知道我喜欢地图。我看地图就像看字典一样,反复看。”即便现在导航软件很发达了,苗琦也只有在市区的短距离行驶才用,而长距离的路上,他喜欢自己提前规划好,这样就可以更好地欣赏沿途的风景,更好地感受旅行。

自驾游这十五年,苗琦很感慨自己见证着中国高速公路的发展。“我刚开始自驾游的时候,当时很多高速是一段一段的,有的还不是封闭的,对于自驾的挑战很大。”2013年,《国家公路网规划(2013年-2030年)》公布,在新的规划里国家高速公路网进一步完善,在西部增加了两条南北纵线,成为“71118”网,规划总里程增加到了11.8万公里。七条首都放射线、十一条南北纵线、十八条东西横线,让苗琦深感祖国的



苗琦在西藏给儿子豆豆拍的照片。

受访者供图

发展和强大。

## 带儿子旅游收获大 父子一起成长

从2012年儿子豆豆5岁开始,苗琦每年都会带着儿子一起旅游,享受自然、增长见识。“都说家长是孩子的镜子,孩子是家长的影子,儿子从小就对这些也很感兴趣。”他曾一边探索、一边记录,带着儿子整整在外闯荡一个月;第一天游永安长城,第二天游冉庄地道战遗址、赵州桥、太行山罗姐寨,第三日游龙门石窟……父子俩留下满满的回忆。他也曾竭尽所能,但却不能完成儿子的愿望。

2015年,原本要带着儿子去拉萨,但是走到四川理塘时,他还决定改变路线了。苗琦回忆说:“因为高原反应,豆豆打不起任何精神,却不哭不闹地一直陪伴着我,我们还在世界高城理塘住了一夜,这是一座我从未想过要在此住宿的地方,海拔四千多米的理塘是任何行走在318国道上的人的噩梦!”看着食欲不振的豆豆,爸爸只好暂时放弃儿子的西藏梦想,提前进入海拔相对较低的彩云之南。

“当时儿子的失落都写在脸上,我们相约一定会去拉萨。”苗琦说,虽然拉萨没有到达,布达拉宫没有看到,但这些丝毫不会影响此行的意义,更不会因为觉得遗憾,因为他们父子俩在一起的每一天、行走的每一步都是共同的最好经历。

2019年冬天,苗琦带着儿子再次踏上了前往拉萨的行程,这一次他不仅帮儿子完成了心愿,长大了四岁的儿子也有了更好的旅行体验。

带儿子旅行这八年的时间,苗琦深深感受到了孩子的变化,“他小时候胆子很小,见到小狗都躲得远远的,现在越来越勇敢,到西双版纳的时候他还能自己上索桥。每次到一个陌生的环境之中,适应的能力越来越强,自己力所能及的事情。”苗琦觉得,旅行让孩子掌握了很多独立做事的能力,就如那句古话——“行万里路胜过破万卷书”。儿子和同龄的孩子比,开阔眼界,心胸更宽广,格局更大一些。

## 喜欢去两种地方 没去过的和去过的

苗琦说,自己喜欢去两种地方,没去过的和去过的,归纳起来就是哪都喜欢去。“没去过的地方是好奇,去过的地方,过些年还看看当地的变化。”旅游是追求美好生活的一种表现,使我们可以看到千里、万里之外的人们是如何生活、怎样劳作,最大限度的满足人类本能中求知探索之欲望。

在苗琦去过的所有地方中,让他感觉变化最大的是贵州的金沙县。

2009年,苗琦正好有一段比较空闲的时间,他就到了贵州,想把躲藏在大山深处的小县城都走一走。“我第一次去的时候,应该一般人还没去过这个地方。当时到了之后都没敢相信,这怎么会是一座县城呢?整个县城里几乎没发现有五层以上的楼房,当时感觉还是很落后的。”而两年前,当苗琦再一次抵达金沙,他又没敢相信,这还是自己记忆中的金沙吗?因为发展得太快了,变化太大了,县城里十几层、几十

层高楼成片。

金沙的变化,也是众多苗琦所去过地方的一个缩影。每一个去过的地方,下一次再去的时候都能发现变化,也都会有感情的回味。苗琦说,旅行让他感觉中国很大,大到永远也不可能走遍每个角落;旅行又使他觉得中国很小,小到走在哪里都有相通的情感。

## 有余钱能旅游 更要有新感受

以前,人们描述理想中的小康生活是吃有肉、住有楼,还有余钱去旅游。如今,相比走出去,人们更加关注“玩得好”,旅游不再只是美景、美食的享受,更是文化历史的浸润、人文关怀的彰显。

“很多人问我哪里最美,我不会回答,因为没有标准答案。”在苗琦看来,一开始都在看自然景观,不一样的各种地貌、风景、植被,而更深层次的,则是人文。“其实开始也比较在意,但当时还没有‘人文’意识,看风土人情,体会饮食,观察房屋建筑。走得多了,触动最多的是人和事。”

前些年,苗琦买了单反相机,买了航拍设备。车里装的东西越来越多,反而真正享受旅行的感觉越来越少了。后来,他开始反思,用相机拍的照片,除了发在朋友圈里更能满足一些虚荣心外,对自己好像没有什么其他的好处。于是,这几年他旅行带的东西开始越来越少了,连无人机也送给了朋友,一身轻松的上路,只是想更纯粹的感受旅行。

爱上旅游,让苗琦养成了想到什么就会去做的习惯。在他的带动下,身边的朋友也开始尝试着旅行,说走就走。

“我带着出去过一次的朋友,回到家里之后,本来是之前都不敢想的开车去南方旅游的,也敢于开出去了。”他说。

在外旅行的日子里,苗琦写下了下面的感悟:旅行的奇妙之处,可以任由自己的意识去择取。累了、倦了,觅一处山林临风听雨;厌了、烦了,寻一块海岛逐沙踏浪……从一座城市到另一座城市,从一个乡村到另一个乡村,空间的转换搅动着心境的波澜,心境的渐变在解读着非凡的人生!

无论行走在戈壁大漠还是雪域高原;无论穿行在热带雨林还是幽谷深涧;无论游荡在柔美江南还是旷野塞北……只要人在旅途就必有所获、只要人在旅途就心有所感!北疆的千里冰封、万里雪飘;中原的天地之中、人杰物饶;南国的碧水云天、椰风热浪;西域的雪峰草甸、牦牛羚羊;东海的帆影叠叠、海鸟翱翔!旅途的前半程是在看风景,旅途的后半程是在看自己。

辽沈晚报记者 王冠楠

# 急性一氧化碳中毒,你了解多少?

一氧化碳中毒一年四季均会发生,以冬季更为多见。一氧化碳俗称煤气,属无色、无味、无刺激性气体,不易溶于水,人体吸入空气中一氧化碳含量超过0.01%,即易出现急性中毒危险。

工业上炼钢、炼焦、烧窑等在生产过程中炉门或窑门关闭不严,煤气管道漏气,汽车排出尾气,都可逸出大量的一氧化碳。矿井打眼放炮产生的炮烟及煤矿瓦斯爆炸时均有大量一氧化碳产生。化学工业合成氨、甲醇、丙酮等都要接触一氧化碳。零散中毒病例多系北方冬季用煤炉、火炕取暖因燃烧不全而发生。亦有城市居民因煤气管道泄漏而致中毒。

## 中毒后有哪些临床表现

(一)、轻度中毒:1.出现剧烈的头痛、头晕、四肢无力、恶心、呕吐;2.意识障碍,嗜睡意识模糊、视物不清、感觉迟钝、瞻望、幻觉、抽搐等但无昏迷;3.脱离有毒环境吸入新鲜空气或吸氧,症状很快消失。

(二)、中度中毒:除有以上症状外,意识障碍表现为浅至中度昏迷,呼吸、血压、脉搏可有变化。经吸氧等抢救后恢复且无明显并发症者。

(三)、重度中毒(具备以下任何一项者):1.意识障碍程度达深度昏迷或去大脑皮质状态;2.患者有意识障碍且并有下列任何一项表现者:脑水肿、休克或严重的心肌损害、肺水肿、呼吸衰竭、上消化道出血、脑局灶损害,碳氧血红蛋白浓度可高于50%;3.死亡率高,幸存者多有不同程度的后遗症。

## 中毒后家庭救护

当发现或怀疑有人为一氧化碳中毒时,应立即采取下述措施:

1.立即打开门窗通风。迅速将患者转移至空气新鲜流通处,卧床休息,保持安静并注意保暖。注意:抢救者进入室内时严禁携带明火,不能按响门铃,也不能打开电灯开关,尤其是遇到

开煤气自杀的情况,由于室内煤气浓度过高,打开室内电灯和按响门铃都会产生的电火花而引起爆炸;2.确保呼吸道通畅。对神志不清者应将头部偏向一侧,以防呕吐物吸入呼吸道引发窒息;3.头置冰袋以减轻脑水肿。对有昏迷或抽搐者,可在头部置冰袋,以减轻脑水肿。因为经呼吸道吸入肺内的一氧化碳,与血红蛋白的结合力很强,所以,一氧化碳很快与血红蛋白结合成碳氧血红蛋白,不能携带氧,使组织发生缺氧,出现中枢神经系统、呼吸系统、循环系统等中毒症状;4.迅速送往有高压氧治疗条件的医院;5.观察病人变化。对轻度中毒者,经数小时的通风观察后即可恢复,对中、重度中毒应尽快向急救中心呼救。在转送医院的途中,一定要严密监测中毒者的神志、面色、呼吸、心率、血压等病情变化。

## 中毒的预防措施

1.居室定期开窗通风换气,特别是在使用煤

炉时一定要安装通气烟囱;2.不要在密闭的汽车发电机旁,空调房内长时间停留或睡觉;3.规范使用热水器,并定期进行煤气管、煤气灶和热水器检修,防止煤气泄露;4.如若在密闭室内停留时间过长,感觉头痛、头晕等,应马上开窗通风或到室外呼吸新鲜空气;5.如中毒症状较为严重的要及时送往医院抢救治疗。



专家简介:牛懿,男,中共党员,副主任医师,现任沈阳急救中心皇姑一分中心站长。多次参加美国心脏协会(AHA)课程培训,并于2017年12月取得欧洲复苏委员会(ERC)课程导师证。先后在《中国实用乡村医生杂志》、《中国实用乡村医生杂志》等医学专业期刊发表学术论文多篇。