

我市发布夏季餐饮食品安全风险提示

本报讯（记者 崔敬 实习生 齐嘉慧）7月27日，记者了解到，为消除餐饮食品安全风险隐患，有针对性地强化餐饮食品安全管理，市市场监督管理局特向全市餐饮服务提供者发布夏季餐饮食品安全风险提示。

提示要求餐饮服务提供者强化对温度、湿度有特殊要求的食品原料管理，确

保食品原料处于符合保障食品安全所需的温度、湿度等条件下，按需配备冷藏冷冻设备，设施设备应当定期清洁、校准、维护，确保持续有效运行。

要定期对食品库房开展食品安全自查，特别要确保库房有良好的通风、防潮及防止有害生物侵入的装置，设置的冷冻冷藏（柜）库设有显示内部温度的温度

计，并持续有效运行，能够符合保障食品安全的相关温度、湿度等条件要求；保持环境整洁，空气清新无异味。

要将食品原料分区、分架、分类、离墙、离地放置。冷冻（藏）贮存食品时，不得堆积、挤压存放。及时清理腐败变质与感官性状异常、超过保质期的食品原料等。

要严格制度建设和从业人员管理、严格设施设备维护管理、严把原辅料购进质量安全关、严把餐饮加工制作关、严把餐饮具清洗消毒关、严把环境卫生控制关，保证提供的餐食符合食品安全的相关要求。特别是要严格管控肉、奶等食品的原料采购、贮存、加工制作和成品暂存等行为，避免发生食品交叉污染。

蚊子最喜欢O型血？喜欢叮咬爱吃甜食的人？

夏日，当你沉浸在美美的睡梦中时，蚊子不仅在你身上咬下一个个“大包”，还要在你耳畔“嗡嗡”转悠肆意挑畔，让人抓狂。此时，不少人在咒骂这可恶的蚊子的同时，不禁也会想：“为什么蚊子偏偏这么喜欢咬我呢？”难道真如网上所说的那样，蚊子喜欢叮O型血和长得白的人？还喜欢咬爱吃甜食的人？

这些说法到底有没有科学根据呢？

流言：蚊子喜欢叮咬O型血的人

分析：这种说法没有充足的科学依据。很多人认为O型血的人是蚊子的最爱，因为他们的血液更甜美或者更容易被蚊子闻到。但实际上，人类的血型主要有A、B、O、AB四种，一般来说，血型在出生后就多已确定，且一生不会改变。

首先，鉴定血型通常需要到医院做专业的血型检测，而蚊子距离我们几米之外想直接辨认我们的血型，恐怕是不太可能。

其次，不同血型的人在散发的气味、免疫反应等方面无明显差异，对蚊子的诱惑力相当。

流言：蚊子喜欢叮咬皮肤白的人

分析：这个说法比较离谱。很多人认为皮肤白的人更容易被蚊子叮咬，因为他们的皮肤更嫩或者更容易

被蚊子看到。但事实上，蚊子对颜色的感知能力很弱，并不是靠肤色来选择猎物。而且，皮肤白的人也不一定就皮肤嫩，还有其他因素会影响他们被蚊子叮咬的概率。

流言：蚊子喜欢叮咬爱吃甜食的人

分析：有一定道理。很多人认为吃甜食的人会让血液糖分变多，从而吸引蚊子，这样的说法欠准确。

其实，蚊子选择叮咬谁并不是看血液里有多少糖分。很多喜欢吃甜食的人偏胖，体重大的人出汗多，发出的热量也多。也就是说，吃甜食的人经常吃很多糖，糖分代谢时会产生很多热量、皮肤温度高、出汗多等，这些因素才会更招蚊子喜欢。

为了了解蚊子的叮咬习惯，我们需要先知道蚊子的生物特性。蚊子分为雌雄两性，其中只有雌蚊子会吸血，因为它们需要血液来孕育卵子。雄蚊子则主要以花粉和汁液为食，生命期很短。雌蚊子还是一些传染病的媒介，例如登革热、疟疾、黄热病等。常见的蚊子有按蚊属、库蚊和伊蚊属等。

那么雌蚊子是如何寻找目标的呢？其实，它们主要依靠感觉器官来定位，它们会对二氧化碳、乳酸、体温、体味等因素产生兴趣。这些因素都可以反映出一个人的代谢水平和健康状况

态，对于雌蚊子来说，这些都是它们选择叮咬对象的重要依据。

蚊子喜欢的5类人

1.呼吸快速的人：因为呼吸速度快，周围的二氧化碳浓度高，二氧化碳对于蚊子来说是种敏感信号。

2.体温高、出汗多的人：体温高、出汗多的人代谢速度快，二氧化碳浓度高，而且汗液中有一些气味，对蚊子有相当强的诱惑力。

3.穿着深色服装的人：蚊子本身喜欢暗处，穿着深色服装会给蚊子提供“保护伞”，增加蚊子叮咬的机会。

4.使用有香精等产品的人：使用有香气产品的人，例如化妆品或香水等，其中含有一定的香精等化学成分，这些化学成分在空气中散发，同样会引起蚊子的注意，从而增加被蚊子叮咬的概率。

5.小孩和孕妇：小孩和孕妇基础体温较高，呼出二氧化碳较多，代谢较快、皮肤较嫩。这些特点都会让他们成为蚊子的最爱。特别是孕妇，在临产前，呼出的二氧化碳会比正常人多20%左右。

要想让蚊子“嫌弃”你，对你避之唯恐不及，就定期清除蚊子的滋生地、保持个人卫生、适当使用驱蚊产品、多穿浅色衣服。

据“科学辟谣”微信公众号

孩子一直打游戏咋办？看这三招

刷抖音、打游戏、手机24小时不离身……一到暑假不少孩子就“放飞自我”。孩子沉迷网络该咋办？打游戏上瘾是病吗？

手机和电脑被没收 他仍沉迷打游戏

今年暑期前的期末考试，上初二的杨千（化名）考了倒数第20名，成绩又下降了。爸爸一气之下没收了他的手机，电脑也从他屋里搬到客厅，谨防他半夜偷偷玩电脑。到了晚上，他悄悄地溜进爸妈的房间，将手机偷偷地拿出来，躲在被窝里打游戏，就这样持续了3天，终于被发现。家长以为他放弃了？并没有。那台在客厅的电脑，又成为他的新目标。他一般是凌晨2点开始玩，不开灯，静音，直到凌晨5点……爸妈很发愁，不知该咋办。

“游戏成瘾”竟是一种精神疾病

郑州市疾病预防控制中心精神卫生预防控制所医师张宝琴提醒，打游戏虽然能解压，可千万别上瘾。

据介绍，世界卫生组织审议通过的《国际疾病分类第十一次修订本（ICD-11）》，将“游戏障碍”作为新增疾病，列入“成瘾行为所致障碍”疾病单元中。也就是说，“游戏成瘾”已是一种精神疾病。不过，世界卫生组织所提到的“游戏成瘾”，和我们平时所说的“沉迷游戏”是不一样的，其临床标准也十分严格。据张宝琴介绍，核心特征大致如下：

1.对游戏的控制受损，如无法控制游戏行为的发生、频率、持续时间、终止时间等。

2.对游戏的重视程度高于其他活动。

3.即使出现负面后果（如人际关系破裂、影响学业、损害健康等）仍然继续游戏。

4.游戏行为通常是持续或反复的，并持续12个月以上，但如果症状足够严重且满足其他诊断要点，持续时间可短于12个月。

“如果发现孩子出现以上特征，一定要及时到医院寻求专业医生的帮助。”张宝琴说道。

这样预防孩子沉迷网络

1.家长要以身作则，清醒认识网络这把“双刃剑”，在和孩子相处的同时，少做“低头族”，多陪伴孩子。

2.多了解孩子的内心世界，用心陪伴孩子，合理安排孩子放学后和节假日的生活，多带领孩子参加有益身心健康的活动。

3.可引导孩子正确使用网络，如网络交友、知识学习、游戏娱乐等，不能一味禁止，当心物极必反，孩子一旦离开父母就会如脱缰的野马似的沉溺于网络。还要注意和孩子约法三章，建立规则，培养孩子的自律性和自控力。

据《河南商报》

□星空有约

今晚发生“月掩心宿一” 来看难得一见的月掩亮星

天文科普专家介绍，7月28日晚，天宇将上演一幕趣味天象——“月掩心宿一”，届时，恒星心宿一由月球暗边缘掩入，全程可见。这是一次全国各地欣赏月掩星的好机会。

月球是天空中移动速度快的自然天体，在巡天过程中会有背景恒星（或行星）被它遮挡住，这一现象叫作月掩星，其原理与日食类似。月掩星时，被掩住的星通常“瞬息即逝”，而后又“快速复现”。月球遮掩暗星的机会是不少的，而遮掩较亮的星就比较难得了。

中国天文学会会员、天津市天文学会理事赖迪辉介绍，天蝎座是一个著名的黄道星座，是夏季南部天空的标志性星座，形象鲜明又醒目。心宿一是天蝎座α星，属东方苍龙七宿的心宿。心宿一是一颗蓝巨星，位于比它更亮的红色超巨星心宿二（天蝎座α星）附近，亮度为2.9等，较适合肉眼观测。

月球是从西向东绕地球运行的，



因此，月掩星的天象也是从西向东发生的。对于不同的观测地点，因经度、纬度及地平高度不同，观测到掩始和掩终的时间会有所不同，持续时间有长有短。

此次月掩心宿一的可见地区是亚洲东部，我国绝大部分地区都在掩星的可见范围内。掩始时间为28日21时15分8秒，掩终时间为29日0时21分42秒。以北京地区为例，掩始时间为22时48分左右，彼时，一轮农历六

月十一的盈凸月已经偏向西南方向，地平高度只有15度左右。

“如果天气晴朗，大气透明度好，有兴趣的公众不妨提前一刻钟左右做好准备，可以看到心宿一好像在逐渐接近月球，最后，瞬间从月球的暗边缘消失。如果大气透明度不是非常好，要想分辨出心宿一，除了以更为明亮的心宿二为参照外，最好再辅以双筒望远镜或小型天文望远镜观测。”赖迪辉说。

据新华社电