

科普时间

夏季多雨,这些安全隐患要留意

夏季多雨,虽然带来清凉,但也暗藏多重健康与安全风险。

蹉水后突发高烧、小腿红肿,可能是感染了“丹毒”;校园内外积水,暗藏溺水危机,老旧校舍存在垮塌风险;山洪、内涝等可能带来险情……面对这些潜在风险,科学防范与系统应对至关重要。

个人健康 当心蹉水染“丹毒”

中南大学湘雅医院皮肤科副主任医师、副教授李芳芳介绍,暴雨会导致部分路段积水,蹉水通过可能潜藏健康风险,引发“丹毒”。

“直白地说,‘丹毒’就是皮肤发炎的升级版。”李芳芳告诉记者,它通常是因为β-溶血性链球菌钻进了皮肤上一些小伤口产生细菌感染,进而导致的皮肤红肿、发热、疼痛,严重时会引起水泡、发烧。从表面特征看,皮肤像被烫伤一样,红彤彤一片,边界还特别明显,摸上去又烫又疼。

“脚气抓破皮、抠烂的蚊子包,甚至脚后跟自然干裂的口子等,都有可能成为细菌入侵的目标。”李芳芳说。

“一旦怀疑患上‘丹毒’,务必及时

就医。”李芳芳表示,“医生通常会根据病情开具口服或静脉注射的抗生素进行规范、足疗程的治疗,切勿自行处理或拖延,以免感染扩散,引发更严重的并发症,如蜂窝织炎、败血症等;治疗期间需要充分休息,抬高患肢以减轻肿胀,并严格遵医嘱用药。”

面对“丹毒”感染风险,李芳芳提醒:皮肤有伤口时,千万注意远离脏水。患有脚气、湿疹或者腿部有伤口没愈合时,蹉水几乎就等于给细菌“开门”。如果无法避免,蹉水后记得立刻做3件事:用清水冲洗腿脚,尤其是脚趾缝隙;冲洗后擦干涂保湿霜,防止皮肤干裂;有破皮的地方,用碘伏消毒。

“多雨季节,闷热环境也利于真菌滋生。除‘丹毒’外,脚气、灰指甲、湿疹、皮炎等皮肤问题也容易复发,敏感人群要特别注意防护。”李芳芳说。

因此,多雨时节需要特别注意衣物干燥。“穿着未彻底干透甚至带有潮气的衣物,尤其是内衣裤、袜子,会持续刺激皮肤,破坏皮肤屏障功能,为真菌和细菌滋生提供温床,极易诱发或加重湿疹、体癣、股癣等皮肤问题。”李芳芳建议,使用烘干、除湿设备,或借助风扇通风、延长晾晒时间等,确保衣物彻底干燥。同时,多雨季节可多选择棉、麻等吸湿透气性好的天然材质衣物,并在衣物潮湿及时更换。

叫停! 这项手术不得用于治疗阿尔茨海默病

新华社北京7月8日电(记者 董瑞丰 徐鹏航)根据国家卫生健康委8日晚间发布的通知,今后“颈深淋巴管/结-静脉吻合术”将不得应用于阿尔茨海默病治疗。

据通知,国家卫生健康委依据《医疗技术临床应用管理办法》有关规定,组织专家对该技术进行了评估,评估认为该技术处于临床研究早期探索阶段,适应症及禁忌证尚不明确,安全性、有效性缺乏高质量循证医学证据支撑。

“颈深淋巴管/结-静脉吻合术”是将颈部深层淋巴管或淋巴结与邻近的静脉进行吻合的手术,近年来部分医疗机构将其用于治疗阿尔茨海默病,引发争议。

通知要求,地方各级卫生健康行政部门要督促辖区内医疗机构停止将“颈深淋巴管/结-静脉吻合术”应用于阿尔茨海默病治疗,并做好有关患者的随访服务等工作。

同时,在该技术具备充分相关临床前研究证据后,指导有条件的医疗机构加强临床研究设计,在伦理委员会充分论证的前提下,科学、规范开展临床研究。国家卫生健康委将根据临床研究情况,适时对该技术临床应用再次组织论证。

通知印发后,仍使用该技术治疗阿尔茨海默病的机构和人员,卫生健康行政部门将依据有关规定对其予以严肃处理。

长期使用同一款牙膏会产生“耐药性”吗

32岁的蒋女士(化姓)平时比较重视口腔卫生,趁着网购搞活动,一下买了七八种不同的牙膏。丈夫说:“早晚刷一种牙膏就行了,买这么多干什么?”但蒋女士认为,盯着一种牙膏用,很快就会没效果。

生活中,有蒋女士这种想法的人可能不在少数,他们觉得如果经常用一种牙膏,口腔菌群可能会产生一种“耐药性”,所以会经常换牙膏。这正确吗?南京市妇幼保健院口腔科主任医师吴华英在接受记者采访时表示,其实要不要常换牙膏,可以根据个人喜好来决定,耐药性是针对于药物或抗生素来说的,而牙膏不会产生耐药性。

只要孩子牙齿萌出,就可以开始刷牙,也可以用牙膏。而对于牙膏的选择,主要是看要不要使用含氟牙膏。吴华英解释,三岁以内的孩子因为不太会吐水,容易吞咽,要注意牙膏的用量,一般一次刷牙使用一颗大米粒大小的牙膏即可,三岁以上建议一颗小豌豆大小的用量。“氟可以抗龋,孩子出牙以后刷牙就可以用,同时要注意定期做口腔检查,医生会根据孩子的牙齿情况,建议涂氟等来防止龋齿的发生。” 据《扬子晚报》

校园安全 防范积水带来的危险

校园作为特殊场所,需格外警惕暴雨带来的安全风险。一方面,校园内师生人流密度大,一旦发生险情,可能导致大规模人员受影响;另一方面,学生群体尤其是中小学生对风险的认知和预判能力较弱,容易因好奇心或侥幸心理接近危险区域,如积水处、受损建筑等,自我保护意识不足。

湖南省邵阳市教育局学生安全风险防范专家郑助锋说,防范暴雨带来的校园安全风险,应对预案一定要覆盖校园外与校园内两个方面,涉及日常教学和非日常教学两个时段。“暑期来临,一些学校仍对学生开放并提供文体设施服务;部分社会兴办的校外兴趣培训机构,也集中迎来学生学习,两者都需要视同校园环境,一体强化安全管理。”郑助锋说。

如学校地势较低、排水系统不畅,短时集中的降水可能会造成校园及周边严重积水。洪水淹没校园操场、

地下室、低洼通道,或使上下学道路包括临近区域成为涉水洪区,极易发生学生溺水。郑助锋说,“学生对风险认知不足,也容易受好奇心驱使接近暴雨形成的积水区域,这给降雨天气的学生安全管理带来更多挑战,需要严肃应对。”

“涉水行走对学生来说安全风险极大。”郑助锋说,积水区会掩盖下水道入口,井盖松动或人为打开,就成为隐形的陷阱,稍有不慎,有可能引发溺水事故;城乡部分路段还可能因为积水浸泡冲刷形成塌陷区。

积水淹没配电设施、裸露电线受潮、电器设备漏电等,可能引发触电风险。学生上学、放学途中,不能冒险通过涉水区;不要轻易触碰电线杆、公交站、灯箱广告牌等。

郑助锋提醒,分管学生安全的工作人员需提前关注暴雨预警信息,及时启动应急预案。险情发生后,学校

应及时通知家长到校接应学生。同时,全面排查校园外重点场所,护学岗覆盖到主要低洼路段、桥梁涵洞、河道周边,保障全体学生平安返回家中。

另外,尽管目前教育基建水平已实现很大提升,但部分山区学校、城区老校还存在新旧校舍并用情形。一些老校舍建筑年代久远,雨水过度冲刷,建筑屋顶渗漏、墙体开裂甚至局部坍塌的风险仍不容忽视。此外,暴雨及大风天气引发的屋面、窗户高空坠物,或者树枝折断掉落,临时建筑(停车棚、遮阳棚)抗风雨能力不足导致的垮塌,都可能引发群死群伤事故,在校园安全管理过程中,一方面需要加强重点巡查,定期加固,另一方面,也需要常态化做好风险示警。

除此之外,暴雨天气,地面湿滑,容易导致摔伤;高海拔山区学校,可能出现大雾,能见度低影响交通出行,有校车的学校需要特别注意。

灾害应急 山洪内涝科学避险

突发强降雨可能带来山体崩塌、内涝等次生灾害,给群众的生命安全带来威胁。“夏季暴雨常伴随强雷电、大风等强对流天气,易引发城市内涝、山洪、泥石流等次生灾害。”长沙市岳麓区消防救援大队副大队长陈冶介绍,暴雨来袭时,若在户外,最好尽快到室内、牢固建筑物或地势较高处躲避,避免在桥下、涵洞、地下通道等低洼处停留,特别是要避开水库、山坡下方。如果在山区遇山洪或泥石流,立即向垂直于水流方向的高处逃生,如山脊、山坡,不要顺河谷或低洼处跑。除此之外,夏季暴雨前常伴有雷暴发生,陈冶提醒,雷电来临时

不要在空旷场地奔跑,避免成为“制高点”;不要躲在大树、塔吊、广告牌下,需视情关闭手机、耳机等电子设备,不接触金属物品,如雨伞骨架、栏杆等,非必要不在户外使用电器,避免引雷。

平时应做好居家防护。“地势较低的房屋,不能忽视内涝带来的安全风险。”陈冶说,降雨前要检查门窗密封性能,用沙袋、防水挡板堵住门口、阳台地漏,避免雨水流入室内。低层住户可将家具、电器垫高,将重要文件、贵重物品随人转移至高处。另外,切坡建房区域,日常需重点排查滑坡等风险隐患,雨季尤其要提升关

注度。“目前,很多村、社区普遍建立了紧急避难所,要尽可能知道避难所位置,方便转移。有条件的还可以准备手电筒、充电宝、急救包、饮用水、干粮等,确保停电时能维持基本需求。”陈冶表示。

“若被积水围困,及时拨打119、110求助,并用鲜艳衣物或信号工具发出求救信号,等待救援。”陈冶建议,若车辆在水中熄火,要果断打开车门逃生,切勿滞留车内;若车门无法打开,可用安全锤或坚硬锐利物体敲击车窗玻璃四角破窗逃出,或从天窗逃出。

据《人民日报》