

# 冬季出行,这份安全指南请收下

冬季气温下降,低温雨雪冰冻等天气较多,道路环境复杂多变,无论以何种方式出门,都要绷紧安全这根弦。不要对电动自行车违规改装,谨防充电意外;开车出行前应仔细检查车况;遇到极端天气时,及时降速、控距,严格遵守交通安全法规……掌握科学防范与应急处置知识,让每一次出行都安全抵达。

## 电动车充电如何排除隐患?

近日,安徽省宿州市市民刘女士雨后在室外给电动自行车充电时,不慎碰到充电口,手部被电伤,戴的金手镯也被电碎。“这是一起潮湿环境引发的短路事故。”国网宿州供电公司符离分公司用电检查员王林分析,电动自行车充电口设有正负电极,手部和金手镯均为导体,接触电极时形成电流回路,引发短路。冬季雨雪天气多,充电口易残留雨水或潮气,加大风险。

针对这类安全隐患,王林给出建议:一是充电前先做“干燥检查”,用干布擦拭充电口和电池接口,确认无积水、无潮气再插电;二是雨雪天尽量避免露天充电,可选择带雨棚等遮蔽装置的室外集中充电桩,切勿在雨雪中直接连接电源;三是拔插插头时保持手部干爽,勿用湿手操作,也不要让钥匙等金属物品靠近充电口。

“冬季气温低导致电池续航下降,部分用户习惯彻夜充电,但电池过充容易造成内部发热鼓包、短路起火。”宿州市消防救援支队副支队长刘海飞表示,电动自行车每次充电总时长最好不超过12小时,“一旦电池出现鼓包、漏液,必须立即停用并更换。在充电或使用中若出现冒烟、异响、焦糊,往往预示电气线路过热或短路,可能在1分钟内就会发展为明火甚至爆炸。”如遇到这类情形,可立即断电并用干粉灭火器扑救,若火

势已起或烟雾迅速蔓延,必须果断撤离,并拨打119火警电话。

“私自改装电池,加装大功率电机或用密闭防寒罩包裹车身,会破坏车辆电气系统平衡,导致线路超负荷运行,极易引发短路起火,且此类行为违反法律法规。”宿州市公安局交通管理支队副支队长柏岩提醒。车主更换电池需选用厂家认证的合规配件,坚决不用“三无”或翻新电池;遇雨雪天气应减速慢行,避开积水、结冰路段;“一早一晚”骑行要穿着亮色衣服或粘贴反光条。

## 开车前要注意哪些细节?

“天冷了,开车出行的人明显增多。但许多驾驶员容易忽视对车辆状况的全面检查,增加了交通事故发生的风险。”安徽省淮南市交警支队大通大队一中队中队长卜乐阳说。

“冬季气温降低,导致汽车胎压下降,在胎压不足的情况下长时间行驶,可能引发轮胎变形甚至爆胎。”卜乐阳说,“此外,对车辆油水、制动、灯光等系统的检查也至关重要。刹车油、防冻液、雨刷器、刹车片、远近光灯、雾灯等的正常运行是保障出行安全的前提。”卜乐阳曾经处理过一起事故:车辆雨刷器老化,雨天行车时未能及时刮净前挡风玻璃上的雨水,驾驶员视线受到影响,右转时碰撞了路旁等候的电动自行车。

冬季车内外温差大,汽车除雾也有

讲究。卜乐阳认为,许多驾驶员习惯在玻璃起雾影响视线后才打开暖风除雾,但暖风刚打开时会因车内外温差大导致雾气加重,出现短暂的盲区时段。正确做法是:发现雾气影响视线时,可先用冷风快速除雾,需要持续防雾时再切换至暖风。此外,不能一直使用内循环,要间隔切换外循环,保持车内空气新鲜,防止驾驶员因缺氧犯困。

停车细节同样不容忽视。卜乐阳提醒,冬季不要将车辆停在树下,防止落叶堆积堵塞排水孔;雪后要及时清理前挡风玻璃及车顶积雪,防止行车时积雪滑落遮挡视线或引发事故。

对于新能源车和燃油车用户,卜乐阳也给出了针对性建议:“新能源车充电前务必擦干接口,避免雨雪天露天充电;燃油车切勿等油量过低再加油,低温环境下油箱缺油易损坏燃油泵。每年冬季,因车辆缺电或缺油抛锚的求助很多,不仅耽误时间,也影响道路通行安全。”

## 恶劣天气如何行车?

“冬季恶劣天气增多,道路环境复杂多变,驾驶人稍有疏忽就可能酿成事故。”安徽省六安市霍山县公安局交警大队负责人黎少绍说。近3年来,霍山县在恶劣天气下发生的交通事故中,驾龄5年以上的驾驶人占比达76.2%。“这说明驾驶经验丰富并不能完全避免事故。恶劣的天气条件与驾驶人的主观疏忽叠

加,成为事故的主要诱因。”黎少绍说。

黎少绍回忆,2024年1月某天早上,受冻雨天气影响,霍山县迎宾大道中段路面出现结冰现象。一辆小货车在等候红灯时,因路面湿滑突然向后溜车。但驾驶人当时注意力不集中,未能及时发现,直到撞上后方车辆才反应过来。“好在事故未造成人员伤亡,这提醒广大驾驶员恶劣天气下保持警觉。”黎少绍说。

“降速、控距、警惕——这是恶劣天气下行车必须遵守的安全铁律。”黎少绍说。针对不同天气条件,黎少绍给出具体建议:雨雪天行车应将车速降低至正常路况的一半左右,保持比平时多至少1倍的车距;避免急刹车和急转向,转弯前要提前减速;通过积水路段时要观察前车轨迹,确认水深不超过轮胎一半后再低速匀速通过。

“大雾天气要特别注意灯光使用。”黎少绍补充,“能见度低于100米时,务必开启雾灯、近光灯、示廓灯和危险报警闪光灯,但不要使用远光灯,因为其会导致光线反射加剧雾气影响。应当靠右行驶,保持安全车距。”

针对紧急情况,黎少绍还分享了处置要领:“车辆在冰雪路面侧滑时,要顺着侧滑方向轻柔修正方向盘,切忌猛打方向。如果车辆被困,不要强行猛踩油门,可以铺垫沙土、碎石增加摩擦力,必要时及时求助。”

据《人民日报》

## 流感季,专家支招——

# 如何恰当使用抗病毒药物

11月25日,记者走访多家药店看到,前来购买感冒发热咳嗽用药的顾客不在少数。网上购药数据显示,随着全国多地流感活动进入上升期,针对流感病毒的抗病毒药物奥司他韦和玛巴洛沙韦销量上升明显,增长率均超过100%。

中国疾病预防控制中心监测数据显示,全国流感活动当前已进入较快上升阶段,预计流感活动未来还将进一步上升。

流感季期间,紧俏的药物如何才能用在“刀刃”上,达到避免感染、缩短病程的目的?怎样才是恰当用药,既避免盲目过量用药,又防范“病急乱用药”?科技日报记者就此采访了相关专家。

## 有感冒症状要先明确病原体

国家流感中心最新发布流感周报中的耐药性分析结果显示,仅有1株甲型H1N1亚型流感毒株对神经氨酸酶抑制剂敏感性降低,其余甲型H1N1、H3N2亚型和乙型流感毒株均对神经氨酸酶抑制剂敏感。与此同时,所有甲型H1N1、H3N2亚型和乙型流感病毒毒株均对聚合酶抑制剂敏感。

“奥司他韦就是一种神经氨酸酶抑制剂,其核心作用是抑制病毒的毒性。”

河北省邯郸市人民医院院长、主任药师李楠解释,而玛巴洛沙韦进入体内后,可进一步形成聚合酶抑制剂,直接阻止病毒复制。国家流感中心的研究显示,这两种药物对当前的甲乙型流感均有效。

正因为如此,有的患者一有感冒症状就使用奥司他韦或玛巴洛沙韦,希望能够尽早阻断病毒的感染和复制。这样的做法正确吗?

“尽管我们鼓励尽早治疗,但是要在明确病原体后尽早治疗。”李楠表示,一些普通感冒多由鼻病毒、冠状病毒等引起,新冠病毒感染也会出现上呼吸道症状,而奥司他韦或玛巴洛沙韦对这些病毒完全无效。

“有症状后最急迫要做的是确诊。如果确诊为流感病毒感染,用药越早效果越好。一般在症状出现后48小时内使用效果最佳。”但李楠说,如果不是流感病毒感染而使用这两种流感药物,将可能延误正确诊断与治疗。

## 不同人群,预防用药有不同要求

“奥司他韦可以用于预防。”首都医科大学附属北京佑安医院呼吸与感染性疾病科主任医师李侗曾告诉记者,但有

感冒症状后,再吃奥司他韦就不属于预防范畴了。

李侗曾解释,预防是指有了感染风险,比如密切接触了流感患者后用药。奥司他韦用于预防,可每天用药一次,7天为一疗程。

对于不同类型的人群,预防用药有着不同的要求。李侗曾表示,对于慢病患者、有重型或危重型风险因素的人群,如果密切接触流感患者就需要进行药物预防,不迟于暴露后48小时用药。对于没有重症高危因素的人群,接触流感患者后,可以根据自身情况酌情考虑暴露后预防用药。

“如果有流感接触史,出现发热和呼吸道症状的重症高风险人群,可以尽快用奥司他韦或者玛巴洛沙韦抗病毒治疗,不用等核酸结果。”李侗曾说。

“儿童和过敏反应者在无症状时要谨慎自行服药,以防出现副作用。”李楠提醒,还有个别患者可能出现转氨酶升高,因此有肝脏基础疾病的患者使用奥司他韦时建议定期监测肝功能。

## 快检试剂盒结果存在假阴性可能

应对出现症状后最急迫的确诊问

题,药店销售的快检试剂盒是否为最佳选择?

李楠认为,目前药店销售的主流流感检测试剂盒多用胶体金法针对甲流(H1N1、H3N2等常见亚型)和乙流病毒的核蛋白抗原检测,基本覆盖了当前流行的主要流感病毒亚型,对于公众的初步筛查具有一定实用性。

“现有试剂盒可以辅助甲型和乙型流感诊断,但是试剂盒检测的是抗原,敏感度低于核酸检测。”李侗曾解释,如果抗原试纸显示阳性,一般认为可以确诊为流感,但如果为阴性则不能排除流感,因为存在假阴性的可能。

“出现‘假阴性’有多个原因,比如感染早期病毒载量低、取样不规范、鼻腔拭子未取到足够黏膜细胞等,都可能导致检测结果不准确。”李楠表示,如果试剂盒检测阴性但近期明确接触过流感患者或出现典型流感症状,建议去医院做核酸检测进一步确认,避免漏诊。

两位专家一致认为,对重症高风险人群来说,感染流感后易发展为重症,一旦出现发热和呼吸道症状,需要通过核酸检测尽早诊断,明确病因,积极干预。

据《科技日报》