

## 通用型细胞药物 治疗红斑狼疮取得突破

系统性红斑狼疮是一种严重危害人类健康的自身免疫性疾病。12月6日,记者从海军军医大学第一附属医院(上海长海医院)获悉,该院风湿免疫科赵东宝教授、高洁教授科研团队在全球首次成功研发通用型 CD19 CAR-NK 细胞药物,为目前缺乏有效治疗手段的系统性红斑狼疮等自身免疫性疾病提供了新的治疗选择。相关成果日前发表在国际顶尖医学期刊《柳叶刀》上。

据介绍,系统性红斑狼疮治疗近年来取得一定进展,尤其是生物制剂的应用提高了患者的整体应答率,但仍有半数以上患者不应答或反复复发。如何通过应用新的治疗手段重建患者免疫稳态,是全球自身免疫性疾病领域亟待解决的科学难题。

赵东宝介绍,系统性红斑狼疮的发病根源在于患者免疫系统中的B细胞产生自身抗体。因此,靶向清除B细胞成为治疗的关键环节。该团队创新性地利用来自健康人体的自然杀伤细胞,并基于一种广泛表达于B细胞的白细胞分化抗原 CD19,通过基因工程改造,成功研发出一种名为 KN5501 的药物。研究显示,绝大部分系统性红斑狼疮患者使用该药物可实现深度B细胞清除,并伴随初始B细胞重建,最终促成持久的免疫耐受和疾病缓解。

研究表明,该疗法彻底规避了传统治疗可能导致的股骨头坏死等毒副反应,患者生活质量显著提升并能恢复工作能力,相比自体 CAR-T 技术展现出更好的安全性和临床可及性。

据《科技日报》

## 冬季饮水有讲究 主动补水 不要等口渴再喝

随着冬季气温降低、空气干燥,人体水分流失加快,饮水健康成为守护免疫力的关键。记者从市水务局了解到,冬季科学饮水需避开误区,掌握正确方法,才能更好地维护身体健康。

冬季饮水应坚持“主动补水、少量多次”,避免等到口渴再喝。根据人体生理需求,每日推荐饮水量为1500~2000毫升,运动量大、出汗多的人群可适当增加200~400毫升。水温选择也有讲究,建议保持在25℃~40℃,过凉或过热的水都可能刺激肠胃。

同时要避开三类饮水禁忌:不饮用保温杯装的“隔夜水”,密封性强的环境易滋生细菌,需当天烧当天喝完;避免一次性大量猛灌,每次饮水量控制在150—200毫升,间隔30分钟左右为宜,减轻肠胃和肾脏负担;日常饮水首选白开水,矿泉水、淡茶水可作为补充,不要将含糖饮料、碳酸饮料、浓茶等替代白开水。

饮水清洁同样重要。水杯、保温杯等器具每周至少彻底清洗1次,重点清理杯盖缝隙、吸管接口等死角;装水容器需加盖密封,桶装水饮水机的入水口、出水口每月应消毒1次;外出时尽量自带饮用水,避免饮用来源不明的散装水或其他饮品,防范健康风险。

天津市水务局提醒,冬季科学饮水是简单有效的养生方式,养成良好的饮水习惯,才能为身体健康筑牢“第一道防线”。

据《今晚报》

# “建议拆完快递的纸箱立马扔掉”话题上热搜 快递包裹暗藏健康隐患 “四步拆解”远离安全风险

“双十一”的快递纸箱还没清完,“双十二”的包裹又接踵而至。很多人习惯把快递纸箱囤在家里,要么用来收纳杂物,要么攒起来当废品卖,觉得这是“物尽其用”还环保。最近“建议拆完快递的纸箱立马扔掉”的话题冲上热搜,让不少人恍然大悟——这些看似无害的纸箱,实则藏有TVOC(总挥发性有机物)污染、细菌滋生、火灾隐患等多重风险,正在悄悄威胁家人健康。

## A

### 【隐患一】

#### 甲醛浓度数值严重超标!

“刚拆的快递纸箱,怎么总有股刺鼻味?”很多人都有过这样的体验,却很少有人知道,这股气味背后藏着“隐形杀手”——TVOC。在快递驿站进行随机检测中,数据显示,部分区域甲醛浓度数值竟是标准值的7倍之多,而罪魁祸首正是堆积的快递纸箱和包装材料。

“快递纸箱之所以会释放TVOC,核心原因在于生产过程中添加的化学物质。为了增强纸箱的强

度、防潮性和耐水性,厂家会在制作时使用胶黏剂、涂层等添加剂,尤其是瓦楞纸箱常用的湿强胶,大多属于脲醛树脂、酚醛树脂等三醛树脂类材料。这些材料在常温下会缓慢释放出苯、甲苯、二甲苯、甲醛等多种有害气体,共同构成TVOC污染。”江苏省疾控专家解释。

这些有害气体的危害远比想象中严重。短期吸入可能引发呼吸道刺激,出现咳嗽、咽痛、胸闷等症

状;长期接触则会影响肝脏、肾脏等器官功能,部分成分还具有致癌风险,对神经系统也会造成潜在损伤。“更危险的是,若大量新纸箱堆放在狭小、密闭的空间,如阳台、储物间,TVOC浓度会快速升高,形成集中污染。而受潮发霉的纸箱,还会滋生霉菌并释放霉菌类TVOC,进一步加重污染,对过敏体质人群和婴幼儿的危害更为明显。”专家强调。

## B

### 【隐患二】

#### 纸箱成了“致病源培养皿”

从外观上看,纸箱“人畜无害”,仔细追究却是“致病源培养皿”。

“快递从仓库发出,经过运输、分拣、派送等多个环节,会接触到仓库环境、运输车辆、快递员的手等,不可避免地沾染细菌、病毒甚至虫卵。”疾控专家解释,有研究显示,快递箱表面可能存在大肠杆菌、金黄色葡萄球菌、沙门氏菌等致病菌,还可能携带诺如病毒、带状疱疹病毒等病毒,以及霉菌孢子等微生物。

这些“不速之客”被带回家后,会在温暖湿润的室内环境中快速繁殖。“很多人拆完快递后不洗手就摸眼睛、吃东西,或直接把纸箱放在餐桌、沙发、床上等,极易引发感染。”专家提醒,网上不乏相关案例:有人拆快递后未洗手就进食,导致急性肠胃炎;有人用快递纸箱收纳衣物,引发皮肤过敏;还有家庭因囤积的纸箱滋生霉菌,导致孩子反复咳嗽。

更让人防不胜防的是纸箱可能携

带的蟑螂卵。“蟑螂卵并非单独存在,而是包裹在一个硬质的卵鞘中,这个像‘小钱包’一样的结构里通常包含数十枚卵,堪称‘蟑螂压缩包’。卵鞘耐饥、耐旱、耐低温,很难被破坏,一旦被带入家中,在适宜的温度和湿度条件下,最快几周就能孵化出数十只小蟑螂。”专家提醒,快递纸箱具有阴暗、多缝隙的结构,再加上纸板中的纤维素能作为食物来源,简直是蟑螂的“理想栖息地”,一旦滋生,很难彻底清除。

## C

### 【隐患三】

#### 堆放的纸箱给火灾“递燃料”

除了健康风险,囤积快递纸箱还存在严重的消防安全隐患。专家提醒,快递纸箱、泡沫塑料、编织袋等包装材料都属于易燃物品,燃点低、燃烧速度快,一旦遇到明火,很容易引发火灾。

更危险的是,很多人习惯将纸箱堆放在楼道、楼梯间或家门口,不

仅堵塞了消防通道,还可能成为火灾蔓延的“加速器”。这些杂物一旦着火,即使是“小火”,也会迅速蔓延,产生大量浓烟和有毒气体,如一氧化碳、氰化物等。“火灾发生时,浓烟会阻碍视线、呛伤呼吸道,让逃生变得异常困难,而有毒气体更是引发人员伤亡的主要原因之一。”专家

强调。

消防部门的统计数据显示,每年冬季都是因堆积杂物引发火灾的高发期,其中快递包装材料占比不小。尤其是在高层住宅中,楼道堆积纸箱等易燃物,会让火灾的危害呈几何级数增加,不仅威胁本户居民安全,还会波及整栋楼的住户。

## D

### 支招

#### 正确拆解快递 4步远离风险

面对快递纸箱的多重风险,并非只能丢弃,关键在于科学处理。专家建议,4个安全拆快递的步骤,既方便又能守住健康和防线:

第一步,优先屋外拆件,减少污染带入。收到快递后,尽量在小区快递柜旁、楼下空地等室外区域拆件。拆件时只取出商品,将纸箱、泡沫、包装袋等包装材料直接投入分类垃圾桶,避免将污染物带入室内。这种方式能从源头杜绝TVOC、细菌、虫卵等进入家中,是最安全的处理方式。

第二步,室内拆件选对地点,及时清理。若确实需要在室内拆快递,务

必在门口完成,切勿将快递箱放在餐桌、沙发、床上等区域。拆件时可铺一层干净的报纸或一次性桌布,避免包装材料直接接触家居表面。拆完后立即将包装材料打包密封,尽快丢弃到室外垃圾桶,不要在室内长时间存放。

第三步,拆件后必须洗手,做好个人防护。拆快递的过程中,双手会直接接触包装材料,不可避免地沾染细菌、病毒等微生物。因此,拆完快递后,一定要用肥皂或洗手液,配合流动水彻底清洗双手,搓揉时间不少于20秒,避免用未洗的手触摸口鼻、眼睛或进食。如果拆件时接触到破损的包装

或疑似污染的物品,还可使用酒精湿巾擦拭双手消毒。

第四步,确需留存纸箱,做好通风和存放。若因收纳需要必须留存少量纸箱,需满足两个条件:一是选择干燥、通风、远离火源的区域存放,如阳台角落,避免潮湿发霉和火灾风险;二是存放前要将纸箱彻底展开、晾干,去除残留的包装材料和灰尘,同时定期检查是否有发霉、滋生虫害的情况,一旦发现立即丢弃。留存时间不宜过长,建议不超过1周,且存放数量不宜过多,避免TVOC浓度升高。

据《金陵晚报》