

暑期游泳受热捧 这些疾病要警惕

炎炎夏日，游泳池、水上乐园成了学生和家长纳凉嬉戏的好去处。但是，游泳场馆是公共场所，存在多种复杂的安全风险及影响健康因素，若不注意安全及卫生很可能在游泳过程中感染疾病。7月24日，市疾控中心专家提示，家长带孩子去游泳场馆游泳、水上乐园玩耍时，要注意观察场所的卫生情况，通过护眼、护鼻、护耳、护肤、护发做好健康防护。



五种疾病要防范

看似清澈见底的池水，其实隐藏着看不见的健康危机。如果游泳池消毒不到位，游泳的人过多，游泳者有传染性疾病等，就很容易造成水质污染，引起传染性皮肤病、红眼病、腹泻等方面疾病的传播流行。

手足癣及体癣。在游泳池，最容易传染上的皮肤病就是手足癣及各种体癣，这类真菌感染性皮肤病，在人群中患病率较高，游泳者中也会有手癣脚气患者，就会造成游泳池水中存在各种可以感染人皮肤的真菌。另一方面，皮肤在水中浸泡时间过长，作为皮肤外层屏障的角质层容易出现松解，这样就更容易感染真菌。

传染性软疣。传染性软疣病毒主要通过接触传染，如接触患者皮肤或水被病毒污染会造成传播，最初疙瘩是带有光泽、半球形的小丘疹，直径1毫米至2毫米，随后逐渐增大到绿豆大小，中心可呈微凹如脐窝状，表面有蜡样光泽，挤破表皮可见奶酪样或粉刺样物质。

毛囊炎疖子。因为游泳池的消毒剂不能杀灭绿脓假单胞菌，如果游泳者皮肤表面有细微的破溃就有可能被感染，引起皮肤发炎，形成毛囊炎和疖子。如果皮肤有外伤或破溃者，不建议去游泳。

红眼病。学名叫急性结膜炎，是由于细菌等有致

病性的微生物感染导致结膜发炎，症状为眼睛异物感、烧灼感、怕光、流泪、分泌物多。这是由于游泳池水中含有一些没有被杀灭的微生物导致的结膜感染。专家建议，不共用毛巾、脸盆、手帕等物品；勤洗手，不揉眼睛；游泳时戴泳镜，若游泳后感觉眼部不适，可用氯霉素眼液预防。

病毒性胃肠炎。如果没有先淋浴冲洗身体就直接进入游泳池，那么平均每个人至少会带入极少量粪便进入游泳池。粪便中有大量细菌病毒，有些具有传染性，就可能造成病毒性胃肠炎，表现为腹痛、腹泻、发热等症状。

五项防护要做好

第一护眼。游泳前，摘除隐形眼镜，最好戴上泳镜，以减少结膜炎的发生。游泳后，将眼部冲洗干净或再点一些眼药水。

第二护鼻。游泳后，用盐水洗鼻，呛水后含有漂白粉的水会将鼻腔内的分泌物细菌带入鼻窦，若不及时处理容易出现鼻窦炎。游泳后，用盐水洗鼻可以有效降低对鼻黏膜的刺激损伤。必要时，还可以佩戴防护器具，防止鼻腔进水。

第三护耳。游泳前，可以用耳塞或干净的棉球塞在外耳道，如果耳朵进水，需要及时清除，否则会引起中耳炎或外耳道炎。此时，头偏向一侧，单腿站立，用力跳几下，将耳内残水甩出，再用棉签吸出剩余的水分，千万不要盲目掏耳，以免伤耳道。

第四护肤。如果皮肤状态不

好，皮肤出现破损，哪怕是蹭破皮，都不建议去游泳。游泳过程中，如果皮肤变白发皱时，就要停止游泳，上岸后要尽快用沐浴露或香皂彻底洗净身体，尤其是私处，脚趾缝千万别遗漏，然后用自带的干净毛巾擦净。

第五护发。水质不好，消毒剂过多，会让游泳者的皮肤和头发干燥，可导致头发干枯变黄易断。游泳前，可以戴防水性好的硅胶帽。游泳后，马上用清水洗去残留在头发上的消毒剂。

记者 刘涛



夏日送清凉 关爱暖人心

本报讯(记者 李俊华)为保障广大职工的生命安全和身心健康，日前，古交市总工会开启“夏送清凉保安康，合力奋进开新局”为主题的关爱职工行动，向不畏高温、坚守岗位的户外工作者送去冰糖、绿豆、凉茶、藿香正气水等防暑降温物品，把党的关心关爱传递到职工身上。

古交市总工会慰问组先后来到

古交市政环卫服务中心、园林管理中心、热力公司、公安交警大队、消防大队、兴能发电有限公司等地，为物流、电力、环卫、热力以及烈日下值守的交警等户外露天作业岗位的工作者送去清凉慰问物品。慰问组对户外工作者们长期以来的辛苦付出致以衷心的感谢和亲切的慰问，叮嘱他们要做好防暑降温及劳动保护工作。

据介绍，古交市总工会将持续开展“送清凉物资”“送政策宣传”“送健康体检”“送法律维权”“送健康培训”“送文艺演出”的“六送”服务活动，关爱各行各业的劳动者们。

文明单位创建



露天电影进社区 共谱和谐邻里情

本报讯(记者 王丹 通讯员 任芳媛 文/摄)搬个凳子或席地而坐，等待夜幕降临，期待一场露天电影。为了丰富居民业余文化生活，近日，北营街道万科城社区在一期园区举办由市委宣传部牵头组织的公益性优秀电影展播活动，通过文化惠民的方式，为居民送去欢乐，重拾童年的美好记忆。近期，北营街道辖区内还将播放10余场露天电影。

晚上7时许，工作人员布置、调试放映设备，7时30分，电影准时开场。本次播放的电影是《中国机长》，经典的放映方式、精彩的播放内容，吸引了不少居民驻足观看。银幕上，在面对极

消暑有妙招 “泡泡海洋”中享清凉

本报讯(记者 王勇 通讯员 赵立羽文/摄)7月23日，汇丰街道集祥社区在富力千禧公馆小广场举办“泡泡海洋”消夏活动，社区居民在“泡泡海洋”中尽情享受清凉。

“哇，下雪啦！”看到社区工作人员用泡泡机制造出浪漫又清凉的泡泡花，小朋友们一阵兴奋。漫天飞舞的白色泡泡宛如晶莹的雪花一般，冰冰凉凉惹人喜爱。不少孩子身穿泳衣、雨衣，手持水枪来参加活动。

孩子们看着空中的泡泡，发出各种尖叫和赞叹，兴奋地跳进了“雪堆”，在泡泡的海洋里追逐嬉闹。活动从18时一直持续到22时，居民参与热情高涨。“这样的活动既解压又清爽，孩子结交了新朋友，大家都玩得酣畅淋漓。”现场参与活动的一位家长说。

“组织这样的活动就是想为炎炎夏日里的社区居民带去清凉。”社区负责人表示，消夏活动不仅丰富了孩子们的夏日生活，也让邻里之情和亲子之情更加和谐融洽。社区还将不定期举办趣味消夏活动，让居民尽情享受夏日欢乐时光。



传承弘扬中华优秀传统文化