

市疾控中心发布提示：

洪涝灾害后要做好健康防护

本报讯(记者 刘涛)目前,我国已全面进入主汛期,多地又发生洪涝灾害。7月25日,市疾控中心发布健康提示,洪涝灾害后,市民要注意饮食、饮用水、环境等卫生安全,提高防病意识,如果出现身体不适,出现发热、呕吐、腹泻、皮疹等症状,要尽早就医。

饮用水卫生安全。不喝生水,喝开水或符合卫生标准的瓶装水、桶装水,或经过处理的水。洪水中含有大量的泥土、腐败动植物碎屑、细菌、寄生虫和病毒,即使用肉眼看起来很干净的河水、山涧水、井水、泉水或湖水,直接饮用也存在危险。在不得不饮用的情况下,要用明矾和漂白粉(精片)澄清、消毒,至少煮沸5分钟后,方可饮用。

食品卫生安全。洪涝灾害一般发生在高温高湿的夏秋季节,食物易腐败变质,食用腐败变质食物,易引起食物中毒;食用不洁食物,易引起痢疾、伤寒、甲肝、霍乱等肠道传染病;淹死、病死的禽畜可传播猪链球菌病、禽流感等传染病,不可加工食用。

保持环境卫生。对室内室外环境进行彻底清理,做到先清理、后消毒、再回迁。洪水过后,环境中的垃圾较多,应尽快清理;不随地大小便,易传播痢疾、伤寒、甲肝、霍乱等肠道传染病;及时清理积水和淤泥,清除粪便、垃圾,减少蚊蝇滋生;及时处理动物尸体,如深埋或焚烧。

加强手卫生。预防肠道传染病,

防止病从口入,养成经常洗手的好习惯;饭前便后要洗手,建议用肥皂或洗手液,在流动的水下洗手;不用手,尤其是脏手揉眼睛;个人的毛巾与脸盆应单用;如果不得不与急性出血性结膜炎(俗称红眼病)患者共用脸盆,则应让健康人先用,患者后用,用完以肥皂将脸盆洗净,并用消毒剂浸泡消毒。

预防皮肤溃烂。尽量不要让皮肤长时间泡在水里,尽量避免划伤皮肤、不要抓挠皮肤,接触脏水后要尽快清洁;保持皮肤清洁干燥,随身用毛巾等擦汗;可在皮肤皱褶部位扑些痱子粉;下水劳动时,每隔1小时至2小时休息一次,擦干脚,在阳光下曝晒片刻;每次劳动离水后,一定要洗净脚,穿干鞋;当

发现脚部皮肤破溃并有加重趋势时,如情况许可,应暂时不下水,要设法穿长筒靴,有足部皮肤病的应少下水,避免在洪涝期间,经过积水路段。

防治病媒生物控制。洪涝灾害后,人与蚊蝇鼠等接触的机会增多,增加了传染病传播流行风险,可用苍蝇拍等灭蝇;食物用防蝇罩遮盖;可使用粘杀、捕杀等方法灭鼠;发现老鼠异常增多时,要及时向当地有关部门报告;可使用驱蚊剂、蚊帐等防蚊。如果感觉身体不适,出现发热、呕吐、腹泻、皮疹等症状,要尽快就医。

文明健康

• 有 你 有 我 •

关爱保护未成年人健康成长

社区出妙招 烟卡变“诗卡”

本报讯(记者 周利芳 通讯员 刘莹)为守护辖区青少年儿童身心健康,近日,小店街道恒大社区组织辖区青少年开展“烟卡变形记 健康伴我行”暑期活动,将烟卡换成一张张写有古诗词的“诗卡”,引导孩子们将学习与娱乐有机结合,受到孩子们的欢迎。

近期,小店街道恒大社区网格员在日常走访摸排中发现,社区里有很多孩子平日里喜欢扎堆聚在一起

拍烟卡,有的孩子为了收集烟卡还专门跑到垃圾桶里翻找烟盒。此游戏看似是利用废弃的烟盒,实际上存在引导孩子接触、传播烟草制品。

为及时遏制不健康游戏的流行势头,在社区工作人员引导下,参加活动的孩子们在不同颜色的卡纸上,用彩色笔绘制好图案,并写下古诗词,制成一张张漂亮的“诗卡”。随后,孩子们两两分组,玩起“拍诗卡”游戏。在游戏中,孩子们或念

诗,或背诗,将学习渗透其中,玩得不亦乐乎。

社区居民梁女士说:“社区组织的烟卡变‘诗卡’活动太好了,不仅让孩子们认识到烟卡游戏的危害,还寓教于乐,引导孩子们树立正确的价值观,养成良好的行为习惯,给社区一个大大的赞。”

社区负责人表示,“禁”不是解决问题的办法,“引”才是解决问题的高招。

走进消防站 体验“火焰蓝”

本报讯(记者 李涛 通讯员 张娇燕)为提升青少年消防安全意识,7月24日,玉园南社区联合万柏林区消防救援大队,开展消防知识科普活动。10余名6岁至10岁的“萌娃”进消防站体验“火焰蓝”的日常。

孩子们走进万柏林区消防救援大队,立即被霸气威猛红色消防车吸引了目光。“太酷啦!”第一次这么近距离地接触消防车,孩子们不

禁连连发出赞叹,个个难掩兴奋。

“这是在灭火中所穿的衣服,能保护我们不被烫伤……”在消防员的协助下,孩子们穿上防护服。“大热天,还要穿这么厚的衣服,好热啊。”7岁的牛牛说。

随后,孩子们参观了生活区,被子、水杯、牙刷、毛巾、拖鞋……整齐划一的内务,给每一个人留下了深刻的印象,纷纷为消防员的严明纪律点

赞。尤其见一床被褥,被消防员叠成棱角分明的“豆腐块”,孩子们不禁发出感叹,说回家也要试一试。消防员介绍,危险发生时,正是这充分的准备和严格的纪律,为抢险救灾争取到了更快一秒的宝贵时间。

此次体验,让孩子们感受到了消防员训练、待命的日常生活,并且学习到了一些防火防灾的消防知识和一些专业的抢险救援技能知识。

避雨落挎包 民警帮找回

本报讯(记者 刘友旺 通讯员 刘璐)天空突降大雨,十几岁男孩急匆匆跑去避雨,不承想将挂在树上的挎包落下。7月24日晚,公安杏花岭派出所民警及时找到捡拾者,帮助男孩找回失物。

当天傍晚时分,杨家峪派出所综合指挥室接到王先生电话报警,称其儿子在五龙花园丢失一只黑色挎包,求助民警给予帮忙。

接警后,民警、辅警迅速赶往现场了解情况。小王说,他刚才在五龙花园里玩耍时,将挎包挂在树上,突然下大雨,为避雨来不及将包拿走,等到雨停后回去拿时才发现包已不在原处。

民警掌握相关信息后,立即在五龙花园内展开走访、寻找。一名男子看到民警后主动上前说,自己刚才发现一只挎包孤零零地挂在树上,恐失主担心便拿走包代为保管。

男孩清点发现,包内的手机、现金等财物一样未少。随后,他在民警的见证下打开手机,证明自己确为失主后,向民警、辅警和捡拾者表达了感谢。

诚信建设

