



市疾控中心发布4月防病提示——

春季常见传染病预防不可大意!

4月,春暖花开,随着气温的升高,户外踏青的人逐渐增多。近期流感、水痘等呼吸道传染病多发,部分肠道传染病和自然疫源性传染病发病数亦逐渐增多。市疾控中心在此温馨提示广大居民,本月应继续关注新冠病毒及流感、手足口病等传染病。另外,还要避免花粉过敏等情况的发生。

● 新型冠状病毒感染

根据中国疾控中心最新发布的全国新型冠状病毒感染疫情情况,新冠病毒感染发病波动减少呈散发态势,死亡病例持续下降。但仍有省份检出新的变异分支,随着时间的推移,抗体水平的衰退,不排除我市“阳康”居民二次感染的可能性。

预防措施:

- 做好个人防护。乘坐公共交通

工具或在人员密集、通风不好的公共场所,均要坚持佩戴口罩。

● 勤洗手、多通风。触摸口、鼻和眼睛前及外出返家、护理病人、咳嗽或打喷嚏、接触快递后均要洗手。每日开窗通风2—3次,每次20—30分钟。

● 尽快接种新冠疫苗。尚未接种新冠疫苗的人群应积极接种。

● 水痘

水痘是由水痘-带状疱疹病毒引起的急性呼吸道传染病,主要通过呼吸道飞沫和直接接触传播,以皮肤黏膜先后出现斑丘疹、水痘和结痂并伴有较轻的全身症状为特征。

预防措施:

● 避免过度劳累。一次性大量做家务活、连续加班加点工作等,都会导致免疫力下降,引发该病。

● 早期就医。发病早期尽早就医,遵医嘱居家或住院治疗。

● 接种疫苗是预防水痘最为经济有效的方法。

● 流行性感冒

流感是流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病,冬春季为高发期,主要通过飞沫传播或接触传播,感染后一般表现为发热、头痛、咽痛和全身乏力等症状。我市经历过3月的流感疫情高峰后,近期发病水平有所回落,但仍有聚集性疫情出现。

预防措施:

- 养成良好的个人卫生习惯。平

时要养成勤洗手的好习惯,避免触摸口、鼻和眼睛,前往人群密集的公共场所要注意佩戴口罩等。

● 出现症状及时就医。轻症患者可居家治疗,儿童、老人、孕妇、慢性病及免疫力低下等高危患者应及时就医,在医生指导下使用抗流感病毒药物。

● 增强个人体质。膳食均衡,适量运动,少熬夜,保证充足睡眠。

● 花粉过敏

花粉过敏又叫花粉症,是一种因吸入外界花粉抗原而引起的过敏性疾病,春季为高发期。

预防措施:

● 有过敏史和哮喘患者要减少外出,注意关窗。

● 出门佩戴口罩、护目镜等,避免去花粉浓度较高的地方。

● 外出回家后,要注意洗脸尤其是清洗鼻子、眼睛,更换带有花粉的衣物。如出现不适,应尽早服药并就医。

● 手足口病

手足口病是由多种人肠道病毒引起的一种儿童常见传染病,传染性强,大多发生于5岁及以下儿童。从4月开始,我市将逐步进入手足口病流行高峰,托幼机构和学校要重视晨午检环节,确保做好学校传染病防控工作。

预防措施:

- 接种疫苗。接种疫苗可大幅提

升避免感染重症手足口病的概率。

● 勤洗手。饭前便后及外出后要用肥皂或洗手液洗手。

● 注意环境卫生。勤换、勤洗、勤晒衣服和被褥。奶瓶、奶嘴及孩子使用的餐具应经常清洗消毒,患病儿童避免与其他人员接触。

■ 淮安疾控



咖啡语茶—小燕 春有约 燕归台



佳颖 老柳新枝留春住, 满园翠色醉人烟。



清明前后吃甘蔗可能会中毒—— 爱吃的人要当心!

汁多解渴、口感清甜,很多人都有小时候啃甘蔗的快乐体验,但是你知道吗?清明节前后吃甘蔗要格外谨慎,一不小心就会有中毒风险,爱吃甘蔗的你要了解以下几个知识点:

“清明蔗,毒过蛇”

每年的2月—4月,甘蔗都有“毒过蛇”之称。实际上,“毒过蛇”指的是那些发霉变色的“红心”或“黑心”甘蔗。只有清明前后霉变的甘蔗“毒过蛇”吗?甘蔗一般在每年中秋节前后上市,直到第二年的清明前后才会卖完。由于春季气温不断升高,甘蔗在运输及储存过程中,容易发生霉变、产生毒素,因此,食用霉变甘蔗引起的食物中毒多发于初春季节,2月—4月为高峰期。

值得注意的是,只要甘蔗霉变,无论是在清明节前后还是其他时节,吃了都有中毒风险。

吃了发霉的甘蔗会怎样?

甘蔗霉变后会产生一种神经毒

素,是青霉素和曲霉素等少数菌种产生的有毒代谢产物3-硝基丙酸,进入人体被吸收后,发病急,发病时间一般在十几分钟至十几小时。食用发霉的甘蔗,短时间内可引起中枢神经系统损伤,导致脑水肿、头痛。重则引起抽搐、四肢强直、瞳孔放大,甚至缺血、呼吸衰竭而死亡。部分患者还有可能留下语言、运动障碍等后遗症。

把甘蔗发霉的部分砍掉,再吃剩下的甘蔗是不是就没问题了?其实,这是个致命误区。病菌入侵甘蔗后,菌丝可以延伸,即使砍掉霉变的部分,剩下的甘蔗也有大量的毒素。

如何正确挑选甘蔗?

看外观和中心部分:表皮光滑、有白霜的甘蔗比较新鲜;如果甘蔗色泽差,在末端出现絮状或茸毛状的白色

物质,或者切开后的剖面有泛红黄色、棕褐色、青黑色的斑斑点点,说明已霉变。

摸硬度:新鲜甘蔗质地坚硬,霉变甘蔗质地较软。

鉴别有无异味:正常甘蔗榨出来的蔗汁清甜爽口,有甘蔗特有的清香味。如果闻到酸馊味或酒糟味等异味,说明已变质。

吃甘蔗要注意什么?

吃果蔗而不是吃糖蔗。虽然糖蔗的甜度要高于果蔗,但甘蔗含糖量越高重量越重,也更硬,不适合食用。

给孩子吃的甘蔗最好去皮。孩子啃甘蔗皮容易使牙齿组织受到损害,再加上甘蔗含糖量较高,不宜过量食用,吃完一定要及时漱口。

■ 淮安疾控

拍 卖 公 告

兹定于2023年4月11日上午10时在淮安市健康东路30号联通大厦1403室对下列标的进行公开拍卖,参考价为24.19万元。

无人售货机1台;航拍无人机1台;运动相机1台;龙舟12座2条;龙舟20座1条;平台舟18条;激流艇2条;空调2台;电脑1台;多功能打印一体机1台;动力冲浪板5块;皮划艇30艘;大浮筒335个,小浮筒260个;帐篷3顶;高尔夫球杆,球包120套。

展示时间:2023年4月5日—2023年4月10日。
展示地点:标的物所在

地。
报名地点:淮安市健康东路30号联通大厦1403室。

报名条件:(1)有效身份证件;(2)竞拍保证金2万元于2023年4月10日下午4时前缴至拍卖公司指定账户(全称:淮安市金诚拍卖有限公司;开户行:淮安市农行健康西路支行;账号:10341701040008303)。

咨询电话:
0517-83661103
13770392778

淮安市金诚拍卖有限公司
2023年4月4日