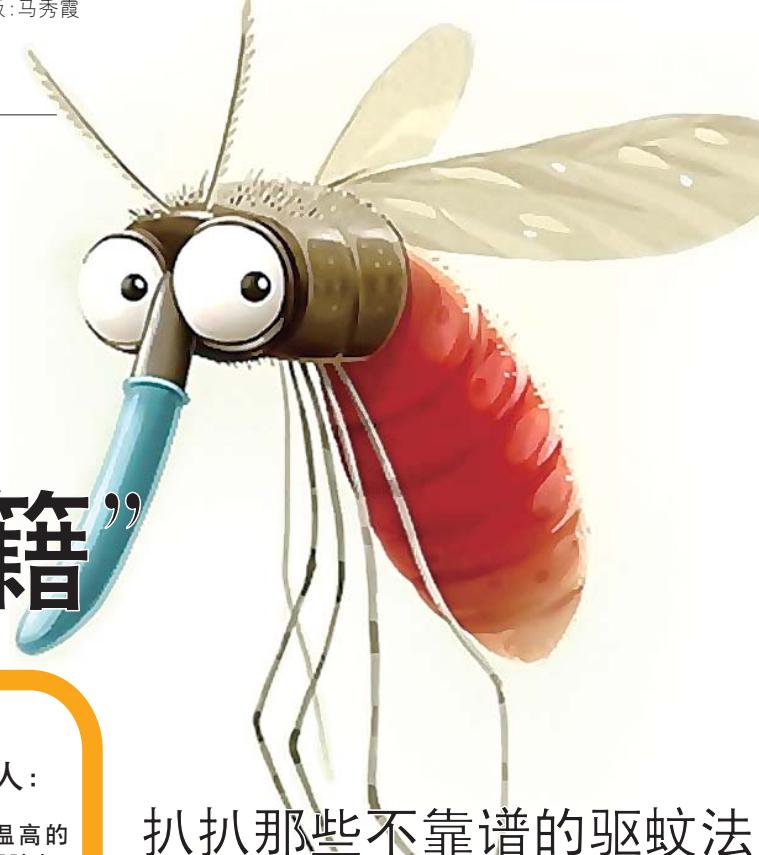


夏季到来,又到了蚊子高度活跃的时节。除了扰人清梦,被咬后瘙痒难耐,蚊子这种生物还会引发乙脑等致命疾病。6月,北京又发现3例输入性寨卡病毒病例,这种病毒就是主要通过花斑蚊叮咬传播的。对此,中国疾控中心提出,市民一定要重视防蚊。这一次,我们为您准备了史上最全的“驱蚊秘籍”,对蚊子“放大招”之前,可以一读借鉴。



寨卡来袭 快看最全“驱蚊秘籍”

本报记者 孔雨童

驱蚊秘籍一: 物理方法赶走它

1. 你咬不到我

穿浅色衣服(因为蚊子喜欢深色),包括长袖衫长裤、帽子、口罩;把纱窗装上,把蚊帐安上。

一句话总结:就是用什么,把你和蚊子隔开!

2. 杀死你

糖水粘蚊。老的《居家生活大全》中都有记载:找出家里的空酒瓶,每只酒瓶装进约10毫升的糖水溶液,轻摇几下,使瓶子内壁粘上糖液。分别摆放于蚊虫活跃之处,蚊虫闻到糖味,会自动投入瓶中陷阱被死死粘住,能灭一个算一个。

使用捕蚊灯。对人体危害相对较小,可夜间使用。最好摆在高于膝盖的地方,离地面不超过180厘米,这是蚊子经常

活动的范围。缺点是:睡觉的时候经常能听到“啪啪”电蚊子的声音,也挺闹心的。

3. 让你不舒服

在室内安装橘红色灯泡,由于蚊子害怕橘红色光线,能产生驱蚊效果。

驱蚊秘籍二: 化学方法灭蚊子

1. 我闻起来不好吃

使用驱蚊水。驱蚊水的主要成分是驱蚊胺和酒精。有些驱蚊水在屋里喷上一点,就可持续十几小时驱蚊。要注意的是,驱蚊水不需要频繁使用,可参考说明书,同时要防止驱蚊水进入眼睛、口中。

用八角、茴香洗澡。一些老人爱用这样的土办法:去厨房的调味罐里找出八角、茴香各两枚,泡于温水脸盆中。妈妈宝宝都可以用这盆水洗澡,洗后身上淡淡的香味就如同一道无形的防护罩,蚊子不敢再近身。

蚊子喜欢叮咬哪些人:

容易出汗的人、体温高的人、呼吸频率较快的人、肥胖者、孕妇、儿童、穿深色衣服的人、饮酒和化浓妆的人。

2. 让你醉生梦死

使用蚊香、杀虫剂。蚊香、杀虫剂起作用的关键成分是——菊酯,它主要通过攻击蚊子的神经系统达到麻痹杀灭的目的。

这一成分总体来说比较安全,但使用时仍然要注意通风。最好在白天室内没人时使用。如果晚上使用,最好睡前半小时使用,睡前开窗通风。

友情提示:老式蚊香就不需要了,烟太大,还容易引发火灾。

扒扒那些不靠谱的驱蚊法

这里还附赠了一份不靠谱的驱蚊方法。有很多在江湖上流传多年的防蚊办法,被逐渐证明是无效的。

1. 口服维生素B。常常被提及,但有人尝试过吃维生素B,并在全身涂满维生素B液,依然被蚊子环绕飞舞。美国FDA也提出,尚无充分数据证明维生素B₁可有效驱蚊。

2. 洋葱大蒜。没有证据表明蚊子反感洋葱大蒜的味道。

3. 驱蚊草。市面上出售的驱蚊草主要是香叶天竺葵,这类植物中香叶醇等物质有一定趋避昆虫的作用,但是仅靠叶片散发气味远远不够。科研人员也做过实验,区域内的蚊虫对这些驱蚊植物无动于衷。

4. 电脑驱蚊软件。据说是运用仿生学原理,利用电脑程序模拟高频声波,使蚊子闻声而逃。

打开apple store,也能找到多种驱蚊APP,其中一款提到,在有效范围1.5米的距离内,蚊子、苍蝇、飞虫都不敢靠近,流浪狗……嗯流浪狗也会因反感避而远之……但是,科学专家说,我们的手机和电脑的音响,是无法发出超声波的。

5. 防蚊手环。主要成分是柠檬香茅、薰衣草等天然植物精油。有调查显示,市面上防蚊手环质量参差不齐,缺乏监管和验证标准,并且很多佩戴者都表示没什么明显效果。

本报记者 孔雨童

赶紧告诉你家老人 假牙最怕4件事

假牙是老人的“好帮手”,假牙最怕“干、脏、烫、硬”4件事。像爱护自己的牙一样“对症”护理,才能保证假牙的卫生、清洁、坚固,有效延长其使用寿命。

干:很多老人摘下假牙之后,随手就放在桌上,或用纸随便包一下收起来,这样不但不卫生,还容易使假牙“受伤”。假牙受材质的限制,如果长时间被放置在干燥的环境中,就会开裂、变形,而稍微变形就可能使人戴起来不舒服,刺激口腔黏膜。摘下假牙后,一定要及时清洗并泡在清水中,最好是晾凉的白开水,以防假牙变形。

脏:如果假牙清洗不彻底,会带来很多麻烦:口腔异味、影响食物口感、没胃口、肠胃功能下降,还可能由于细菌的滋生引发溃疡或其他疾病,甚至导致蛀牙。所以,老人在每顿饭后都要用水清

洗,去除上面的残渣,以免滋生细菌。正确的方法应该是每周将假牙泡在低浓度的小苏打溶液中消毒,弱碱性的溶液可抑制假牙表面真菌的繁殖;也可以使用市面上出售的假牙清洁泡腾片,浸泡5分钟即可。

烫:假牙本身不怕冷、不怕热,不怕刺激性食物,但牙龈却受不了这些。戴假牙本身就会刺激牙龈,如果再受到热刺激,牙龈会变得极其敏感,引发口腔不适。因此,老人们最好不要进食过冷、过热及刺激性食物。

硬:用假牙吃过硬或黏性大的食物,容易出现断裂或脱位,甚至还会损伤牙龈。因此,要少吃脆骨、甘蔗、坚果、糯米饭、汤圆等食物。尤其在镶牙初期,要吃软烂的食物,以便复诊时根据初戴情况做相应调整。

(宗禾)

汇源果汁 2016 校园歌手争霸赛启动

近日,由中国汇源果汁集团主办的“汇聚校园唱将,源你明星梦想”汇源果汁2016校园歌手争霸赛在济南大学正式启动。

据悉,汇源果汁2016校园歌手争霸赛将深入全国600余所高校,覆盖山东、河南、河北、江苏、安徽、浙江、湖北、陕西全国八个省区,通过300场次落地活动,8场次大规模活动,选出高校中的“音乐霸主”。酷我音乐、酷客直播作为本次活动合作伙伴,开通线上比赛平台,全国16强将签约酷客网红学院,推出线上专辑,全国总冠军成为汇源果汁产品代言人。线上线下同步进行,整体赛事将持续至10月。

如今,95后、00后新生代人群已经成为饮料产品的主力消费群,大学生人群影



响力及购买力日益提升。为了适应市场的挑战与变化,占领年轻人的市场与消费心智,汇源果汁一直不断尝试探索全新的营销模式与市场路径,积极打造年轻化、个性化和差异化的新产品。此次校园歌手争霸赛的举行,是汇源果汁再次发力年轻市场,触电校园营销,加速实现其年轻化战略的重要举措。

(魏晓燕)

我国每年新增宫颈癌患者 15 万

宫颈癌是全球女性第三大、中国女性第二大最常见的癌症。根据全国肿瘤登记中心发布的《2013中国肿瘤登记年报》显示,我国宫颈癌发病率逐年增高,且呈年轻化趋势,每年约有15万新发宫颈癌病例,约占全球患者总数的1/3,近8万妇女因此死亡。

近日,北京大学第三医院妇科主任郭红燕指出,全

球99%以上的宫颈癌病例都是由人乳头状瘤病毒(HPV)引起的,高达75%的女性在其一生中可能感染HPV。在已知的100余种HPV类型中,大部分为低风险,以HPV16和HPV18两种病毒株风险最高,可导致约70%宫颈癌病例。

据介绍,CINtecPLUS细胞学检测于近期正式在中国

上市。该检测弥补了现有宫颈癌细胞学检测的不足,能提高宫颈癌前病变的检出率,帮助医生对高危型HPV感染人群进行危险分层管理,为宫颈癌早期诊断、危险分层与治疗提供了完整的解决方案。目前,北京、上海、沈阳、杭州、济南地区共11家医院已配备罗氏诊断CINtec PLUS细胞学检测。

三叉神经痛反复发作怎么办

性疼痛)。忠告患者:三叉神经反复疼痛,应及时正确治疗,万不可走向治疗误区,延误病情。

地址:济南经二路172号医药大楼,济宁二院对面康福,临沂忠信堂,潍坊颐卜生,德州医药大楼三易,聊城水城药店,菏泽曹州,泰安龙潭,滨州康乐。咨询:0531-86272430。(买10赠2,全国免费送货,药到付款)黑药广审(文)第2015090074号。