

蚊虫高发季节到来 “三管三防三除”助力健康生活

又到蚊虫活动期,防制“四害”正当时。记者近日从市爱卫办获悉,夏秋季是“四害”(蚊蝇鼠蟑)的繁殖高峰期和活动频繁期,为此,市爱卫办特别发出“三管三防三除”提示。

“三管”:避免“四害”孳生栖息

管好积水,没有积水就无蚊虫孳生,清除各种积水和积水容器,要做到倒置瓶罐罐或给容器加盖;水培植物勤换水,花盆托盘不积水;泡菜坛封水加勺盐。院子要清理各类杂物,平整

洼地,砍去露出地面的竹节或用泥沙封堵。

管好垃圾,不给蟑螂、老鼠提供食物,不给苍蝇提供孳生地。生活垃圾干湿分离,垃圾容器有盖,做到日产日清;保持地面、桌面卫生整洁,不留食物残屑;食品储存要加盖网罩或密封存放。

管好外来物品,不把虫害带回家。在外出采购物品、拿取快递、购买绿植后回家前,在屋外检查是否夹带蟑螂等虫子,如有发现应予以清除。

“三防”:不让“四害”侵扰生活

防“四害”入室。居家安装纱门、纱窗阻止蚊蝇进入室内;封闭建筑物与外界相通的所有孔洞缝(废弃孔洞、预留孔洞、各类管洞等),缝隙不大于6毫米,阻止老鼠进入室内。

防蚊虫叮咬。外出活动穿着浅色长袖衣裤,或涂抹有农药登记证的驱蚊剂或驱蚊花露水;室内少量蚊虫,用电蚊拍拍打;使用蚊香驱蚊时,可将蚊香放于上风向。

防蟑螂栖息。储存好食物,关紧水龙头,让蟑螂断水断粮;堵洞抹缝,堵嵌好墙体、灶台、橱柜缝隙和门窗空隙;在冬季和早春,翻箱倒柜,清除卵鞘。

“三除”:科学规范开展杀灭

诱捕除老鼠。家庭内灭鼠推荐使用粘鼠板,应布放于鼠道上,一般不在粘鼠板上放置饵料,应避免将粘鼠板放置在潮湿、多灰和阳光直射的环境。室内一般不用毒饵灭鼠,如果使用,需

将毒饵放置于容器内沿墙投放在角落或物体旁隐蔽处,最好晚放晨收。

喷洒除蚊蝇。如居家蚊蝇密度较高时,可使用杀虫气雾剂杀灭蚊蝇,看见蚊蝇时,对着目标轻摁一下喷头即可,无须追着喷直至目标跌落。

毒饵除蟑螂。灭蟑胶饵的灭蟑效果非常好,将胶饵点施在蟑螂经常出没的角落或隐蔽处,一般点在室橱柜顶板、抽屉底背面不易被破坏掉,可保持半个月左右的灭蟑作用。

记者 梅一鸣

当下社会生产生活正在有序恢复,做好常态化疫情防控,降新增、防反弹,离不开每一位市民的自觉自律。为持续提升市民自我防护意识与能力,在市科委专项的支持下,市健康促进委员会办公室、市健康促进中心团队又推出《市民新冠防疫知识手册》(3.0版),包括新冠防疫知识的120个问答,有声书同步推出,6月17日正式在“健康上海行动”科普平台——上海健康科普资源库(“沪小康”)微信公众号上线。

此次“3.0版”既涵盖病毒知识、个人防护、疫苗接种、病毒检测、清洁消毒、食品安全、科学锻炼、心理调适、健康管理、出行防护、中医药防治、居家隔离医学观察等多方面防疫要点,同时又根据当前常态化疫情防控重点与广大市民关切的热点问题,再新增10个问答。

市健康促进委员会办公室表示,希望《市民新冠防疫知识手册》能为每一位市民穿上无形的防护服,以硬核科普牢牢构筑全社会防疫屏障。

记者 梅一鸣

金山区计生协开展“尊老爱幼家庭发展基金”试点项目

疫情让从前的手握手,变成了如今的线连线;从联络方式的面对面,变成了现在的屏对屏。近日,在全区同心抗疫,打响疫情防控攻坚战的同时,金山区计划生育协会聚焦儿童意外伤害预防,以“乐享成长,伴你‘童’行”为主题,特别策划“爱我宝贝 健康家庭”第七届健康活力宝贝线上活动。

“播客”和短视频都是时下流行的自媒体形式,深受年轻朋友的喜爱。活动期间,区计生协积极动员家

长与孩子在居家时期录制预防意外伤害主题的音视频,累计收到投稿作品48件。

疫情期间,孩子的宅家时光变多,更要关注居家安全。4月起,区计生协推出“线上安全知识课堂”系列活动。有丰富多彩的“成长保护小绘本”,还有安全知识“手指操”,更有各式各样的亲子互动游戏,帮助孩子和家長在互动的过程中掌握本领。课程内容丰富,实用性强。截至6月,小课堂共“开课”18起,各平台累计观看

量14.77万人次。同时依托辖区内儿童早期教育专家资源,用直播+弹幕互动的形式,开设《婴幼儿居家意外伤害与保护》主题课程,观看量5500人次。后续将围绕家庭相处之道、家用电器和明火安全知识等内容开设直播课程,家長可通过订阅“金山家庭发展”微信公众号、视频号、抖音号了解课程信息,第一时间和专家互动,开启线上学习之旅。

跌落磕伤、烫伤触电、燃气安全、误吞误服……宅家期间,面对各类居

家安全隐患,作为孩子的第一责任人,在日常生活中,家長应把握各类机会把安全教育知识传授给孩子。对此,区计生协以防疫、家电、居家和交通为主题,推出MG动画系列4部,供家長与孩子一同观看,各平台总浏览量达6.71万人次。通过可爱、生动的卡通形象,帮助小朋友和家長边看边学,寓教于乐,让孩子们在这个特别的居家学习时期,收获一份特殊的“健康礼物”。

特约通讯员 张天阳

虹口区加大新冠疫苗接种力度

为切实守护老年群体的生命安全和身体健康,筑牢个人防护屏障,虹口区加快推进60岁及以上老年人的疫苗接种工作,采取“居民区专场+常态化接种点”模式,从时间和空间双向为老年群体接种提供便利。

作为中心城区老年人口比例相对较高的虹口区,始终将老年人的健康放在工作的重中之重,通过

各种方式对老年人进行科学宣传,普及疫苗接种知识,打消部分老年人的顾虑,从而推进老年群体接种新冠疫苗,加强老年人的自身保护。

凉城新村街道是典型的住宅型社区,老年人较多。街道经过对区域内老年群体的前期摸底调研,对有接种意向的老年人,让他们前往居住地所在居委进行接种预约登记,

街道根据登记预约人数,确定时间场地后在居民区内开设专场,进行疫苗集中接种。

四川北路街道设置疫苗流动巡回接种点,在居民们家门口方便居民接种;街道还在四川北路商业街的利通广场、宝华商业广场设置2个固定的疫苗接种点,每周7天白天时段开放接种。

宏轩

淮海中路街道重启免费避孕药具发放工作

展辖区内免费避孕药具发放网点重启工作。

当天,街道管理员先对辖区内各小区封控情况进行排摸,对未封控的网点进行重启准备。各居委的管理员们认真仔细地対网点周边环境进行清洁打扫,对自助发放机进行擦拭、

重启电源,确保机器能正常使用;核对货单和出样药具,确保一致;检查药具有效期,确保不出现过期药具;放置宣传资料并对张贴的宣传贴纸进行检查,核对电话地址等信息是否准确,对有缺失、模糊、破损的进行更换,使各自助发放机以崭新的姿态重

新为群众提供服务。

淮海中路街道辖区内共有20个网点,其中一个网点由于管理员仍在封控中继续停用,其余19个目前已重新启用,居民可以正常领取免费药具。

王康

新国际博览中心方舱医院关闭

随着上海疫情防控形势逐渐向好,在舱、在院的病人正逐步减少。本轮疫情发生后,上海共设置了11家市级定点医院和34家区级定点医院。目前大部分市、区定点医院已清空在院收治的感染者,在完成环境消杀和医务人员隔离医学观察后,将尽快恢复日常医疗服务。同时也会保留市公共卫生临床中心等3家市级医院作为定点医院继续收治新冠

患者。上海市卫生健康委副主任赵丹丹表示,有关方舱医院已陆续休舱、闭舱,恢复原有大型场所功能。6月15日,新国际博览中心方舱医院关闭,至此市级方舱医院除花博会复兴馆外,已全部实现休舱或闭舱。下一阶段,花博会复兴馆方舱医院将继续保持常态化运行,部分休舱的方舱医院将作为后备市级方舱医院。康健

普陀区医保中心恢复线下窗口服务

日前,普陀区医疗保险事务中心(以下简称“区医保中心”)重启,区医保中心线下窗口对外服务正式恢复。

“您好,请问办理什么业务?”普陀区医保受理大厅里,9个受理窗口依次排开,工作人员戴着面屏、N95口罩,身穿防护服,手上戴着一次性丁腈手套,受理台上摆

放着免洗消毒凝胶、一次性口罩等防疫物资。“我们每接待完一位市民都会做好手部消毒,再接待下一位。”

据了解,恢复线下服务首日,普陀区医保中心共计受理174件,其中三分之一为零星报销业务,全天共更换就医记录册100余本。

通讯员 邹挺

上海儿童与青少年总体近视率下降

随着本市视觉健康疾病谱的改变和居民健康需求的增长,本市视觉健康工作重点由单纯针对白内障等老年人致盲性眼病和“红眼病”、沙眼等传染性眼病防治向以“一老一小”为重点的全人群全生命周期视觉健康服务转变,服务内容拓展至儿童青少年近视综合防治、老年人屈光不正矫正、糖尿病等慢性病导致的眼病早期预防和治疗等。

为遏制儿童青少年近视率不断攀升,本市持续推进儿童青少年近视防控,率先在国内建立大规模儿童青少年近视筛查、转诊、干预“一站式”眼健康电子档案及动态分级管理模式。

截至目前,本市儿童青少年眼健康电子档案累计建档864余万人次,覆盖312万人。2021年本市儿童青少年总体近视率为60.0%,是近30年来的首次下降,较2020年下降了1.2%。

艳芳



Healthy 健康上海 Shanghai

本版由上海市爱国卫生运动委员会办公室协办