



上海发布“防蚊灭蚊十问十答”健康提示

梅雨湿热蚊患上升

清源防护双管齐下

正值梅雨季节,高温高湿的天气为蚊虫滋生繁殖创造了有利条件。根据疾控机构蚊虫监测数据及气象相关蚊虫预测模型,预计7月中上旬蚊虫密度较去年将明显上升。为此,由市卫生健康委、市中医药管理局、市疾控局、市爱卫办主办的“上海健康播报”,特邀国家健康科普专家库成员、上海市健康促进中心主任医师魏晓敏和上海市疾病预防控制中心主任技师刘洪霞,带来“防蚊灭蚊十问十答”健康提示,助力市民提升防蚊灭蚊意识,从源头减少蚊虫数量。

一问:为什么梅雨季是蚊子的“狂欢节”?

答:“高温+高湿+积水”是蚊虫繁殖的关键要素。梅雨季雨水多、气温适宜,易形成各类积水环境。社区和单位应定期清除积水,疏通排水沟,清理废弃物,保持环境干燥。家中花盆底盘、花瓶、垃圾桶等易积水处,也要定期清理,防止蚊子滋生。

二问:怎样避免水池、车库等成为蚊子的“产育中心”?

答:水池可采用活水或放养鱼类的方式灭蚊,静水需每5到7天换水或使用生物灭蚊剂。车库则要清除内外积水,清理废弃容器,不能清除的积水需投放灭蚊幼剂。

三问:高楼层为何也有蚊子“空降红包”?

答:蚊子虽一般飞到7至8层,但可借助风力、电梯井等进入高层,还会附着在人或物品上被带入。进门时拍打衣物、安装纱门窗、使用驱蚊剂,可有效防蚊。

四问:“防蚊三件套”(纱窗、蚊帐、电蚊拍)是“智商税”吗?

答:当然不是。“防蚊三件套”能有效阻隔或

杀灭蚊虫。纱窗和蚊帐可物理隔离蚊虫,电蚊拍操作简单环保,适合室内及小范围户外灭蚊。

五问:电蚊香能24小时“连轴转”吗?

答:不建议长时间使用。蚊虫活动高峰时,密闭房间点燃电蚊香30分钟后开窗通风即可。通风差的房间长时间使用,易影响空气质量,使用时需参照产品说明书。

六问:蚊子“上下班”也有“996”吗?

答:不同蚊虫的活动时间也不同。例如,白纹伊蚊在15:30至18:00左右活动最频繁,而库蚊主要集中在20:00到次日06:00间活动,正午高温时蚊虫活动较少。因此,建议外出时避开日出前后1小时和日落前后1小时,前往灌木丛及树林区域则需全天做好防护。

七问:蚊子对深色衣服更加“偏爱”?

答:研究表明,黑白图案对比度高,易被蚊子发现。出行建议穿浅色长袖衣裤,喷涂含避蚊胺等成分的喷雾防蚊。

八问:你有蚊子喜欢的那款气味吗?

答:蚊子对二氧化碳的敏感度极高,新陈代谢快、呼出二氧化碳量多的人更容易成为

蚊子的目标,如孕妇、儿童及运动后或饮酒后的人。人汗液中的乳酸和氨等成分,对蚊子具有极强的吸引力,而喜欢出汗的人,血液中的乳酸含量和汗液酸度都高。此外,一些化妆品的气味也会诱惑蚊子。

九问:驱蚊手环对蚊子真能形成“魔法结界”吗?

答:防护范围有限。驱蚊手环作为一种气味释放装置,驱蚊效果与驱蚊成分的挥发速率密切相关,而且覆盖面积有限,难以达到全身防护效果。

十问:花露水等同于驱蚊水吗?

答:花露水是否驱蚊取决于成分,含植物精油等驱蚊成分的有一定效果,但不如专业驱蚊产品。驱蚊液或驱蚊喷雾是目前较常见的驱蚊产品。药效可分为A、B两级,A级的有效保护时间应≥6.0小时,B级的有效保护时间应≥4.0小时,如达不到B级标准,则属于不合格产品。但由于夏天出汗、涂抹不均匀等,实际保护时间往往会短于标示的时间。

本报记者 左妍

心病跨越廿四载

儿中心架起生命桥

超龄“大小孩”在原就诊医院
享受延续性医疗服务

本报讯(记者 左妍)近日,国家儿童医学中心、上海交通大学医学院附属上海儿童医学中心心胸外科诊室里,31岁的“大朋友”小陈携妻子向主任医师张海波送上锦旗。一个月前,他还因先天性心脏病复发而面临生命危险。这场跨越24年的救治故事,不仅是医患情深的见证,更是上海儿童医学中心超龄患者延续性医疗服务体系初显成效的生动缩影。

24年前,7岁的小陈因患有复杂的法洛三联症在上海儿童医学中心接受根治手术。当时,心胸外科团队为他植入一根同种带瓣管道,重建心脏血流通道。手术成功后,小陈像

寻常孩子一样成长、成家立业。然而在今年年初,他频繁出现胸闷、气短的症状,检查发现,当年的管道已严重钙化,亟需二次手术。

“我不是当年那个孩子了,现在我是家里的顶梁柱。”面对手术风险,小陈的担忧深深触动了张海波主任团队。幸运的是,2023年上海市卫健委超龄延续性医疗政策的出台,为小陈这样的“超龄患儿”打开了“回家”的大门。在团队的精心手术和全周期管理下,小陈成功更换了新的带瓣管道,重获新生。“儿中心就是我们的‘娘家’!”他的感慨,道出了无数成年先心病患者的心声。

小陈的故事并非个例。先天性结构畸形、儿童白血病和实体肿瘤疾病、先天性遗传代谢病等儿科特有疾病,往往需要终身治疗和随访。然而,患者成年后面临“儿科不收、成人科不熟”的尴尬。

2023年9月,上海市卫健委印发《关于同意儿童专科医院为年龄超过18周岁特殊疾病患者提供延续性医疗服务意见的批复》,明确三家儿童专科医院可为18—35周岁的特殊疾病患者提供延续性治疗。上海儿童医学中心迅速响应,成立专项工作小组,从病床改造、医保对接、心理支持等多维度优化服务——硬件升级:增设成人病床和单人病房,满足超龄患者需求;流程优化:开通线上预约通道,备案171个病种,覆盖23个临床科室;人文关怀:组建社工和护理心理团队,缓解患者焦虑。新政实施以来,医院已接诊超龄门诊患者9000余人次,住院患者近500人次,初步形成“儿童—成人”无缝衔接的医疗模式。

上海儿童医学中心副院长洪莉表示,下一步将扩大病种覆盖范围,深化与基层医院的随访合作,并利用数字化手段建立患者终身健康档案。同时,加强公众科普,提高超龄患者的健康管理意识,避免像小陈一样因中断随访而延误治疗。

本报讯(记者 左妍)“原本要等到下午一点,现在午休时间15分钟就配到药了!”昨天中午11点半,在上海市儿童医院泸定路院区儿童保健医学部普通门诊5号诊室,一位年轻妈妈顺利为患有注意缺陷与多动障碍(ADHD)的孩子完成配药。这得益于医院午间增设号源的暖心举措,也正是上海市儿童医院两院区门诊服务策略整体调整的生动缩影。

为切实解决家长“平时上班没空、放学后挂不上号、周末难找专家”的就医难题,上海市儿童医院正式启动门诊服务升级计划,秉持“365天儿童健康服务不停步”理念,推出多项便民举措,让儿童就医更高效、更贴心。此次调整中,最引人注目的便是两院区(泸定路院区、北京西路院区)所有临床及亚专科门诊实现周末与工作日全面开放。无论家长身处哪个院区附近,都能随时享受到一致、优质的专科诊疗服务,彻底打破时间壁垒。

在号源安排上,医院采取灵活策略。门诊基础号源将依据实际需求,尤其是就诊高峰时段实时动态扩容;知名专家号源保持稳定供应,若出现约满情况,家长可通过“上海市儿童医院互联网医院”的咨询端口,便捷进行咨询、预约及申请加号。此外,针对就诊量大的科室,医院落实“中午连一连,下班延一延”服务:工作日中午,部分科室开设便民号,方便家长利用午休处理孩子小问题;放学后,内分泌科等需求较高的专科开设延时关爱门诊,让家长下班后也能安心陪孩子看病。

随着暑假临近,上海市儿童医院还在互联网医院首页推出“暑期直通车——手术专科团队暑期专属通道”。家长只需点击进入,即可一站式完成在线咨询、预约挂号和暑期手术预约。目前,普外科等多个热门科室已入驻,专业团队将在线解答儿童成长及手术相关疑问,并为有需求的患儿提供专家门诊预约、专业问诊及手术安排等服务。“儿童健康无小事,就医体验系民心。”上海市儿童医院院长鲁冰表示,此次服务升级是医院倾听家长心声、解决群众急难愁盼问题的重要实践,切实提升家长与患儿的就医获得感。

申城高校医保推广

在34校设立服务点

本报讯(记者 陈佳琳)昨天,市医保局在复旦大学启动“医保护青春 健康伴学程”2025年上海高校医保参保主题推广系列活动,公布首批高校参保经办服务点名单,覆盖复旦大学等34所高校,为高校学生参保创造便利条件。

近年来,本市基本医保参保形势总体向好,参保基础持续夯实,截至2025年5月底,本市基本医疗保险参保人数为2011.57万人,职工医保参保人数为1624.39万人,城乡居民医保参保人数为387.18万人,其中,大学生群体积极参保,实现参保人数小幅提升,同比增加0.94万人。

《上海市医疗保障条例》第六条明确规定“公民有依法参加基本医疗保险的权利和义务”。依法参保是高校学生的义务,享受待遇是高校学生的权利。下一步,本市各级医保部门将以2025年上海高校医保参保主题推广系列活动为契机,统一思想,紧密医保、教育、高校三方联动合作,持续扩展设置参保经办服务点的高校范围,丰富充实服务点的经办职能和服务内容,打通医保服务学校的“最后一公里”,开启“校内办”“面对面”“零距离”的医保服务新模式,并培育更多“上海高校医保星推官”。

复旦毕业生

奔赴新旅程

昨天,复旦大学举行2025届毕业生毕业典礼,万余复旦学子告别校园,奔赴新旅程,活动分为研究生和本科生毕业典礼。在研究生毕业典礼上,复旦大学校长金力与毕业生共勉:“研究生毕业,是人生的一个特殊节点。大家即将告别校园,走向另一所‘大学’——‘社会大学’。”图为复旦大学2025届研究生毕业典礼现场

本报记者 徐程 张炯强 摄影报道

