

室外积水是蚊虫滋生地,上海发布健康提示

防蚊灭蚊“五字诀”请收好



翻

填

清

疏

灭

将缸、罐、盆、坛、瓶等小容器积水倒掉,放置时底部朝上,保持干燥。

用泥土、黄沙填平各种坑、洼、沟等容易积水的坑洞。

清除环境中各种小容器(如树叶、饮料瓶盖)、垃圾袋等。

疏通明沟、下水道、沟渠、河流等。

对不能清除的积水(如雨水井、集水井),求助专业人员,通过投放长效灭蚊幼剂控制。

清洁环境、防蚊灭蚊,共同守护健康家园!

此外,对于已有蚊虫幼虫的积水,切勿倒入下水道,可倒在泥地上或水泥地上;对于发现成蚊密度高的区域,应组织专业防治开展喷洒杀灭成蚊。在此呼吁广大市民,强化清洁环境、防蚊灭蚊的个人意识,清除蚊虫滋生环境,携手度过一个健康美好的夏天。



依好上海
扫码看专家支招
蚊子居然怕空调



用电蚊拍、灭蚊灯
安全消杀



穿长袖长裤
物理防护



翻盆倒罐
清理积水



清洁环境
保持整洁



安装纱门纱窗
防止蚊虫入室

上海市爱卫办
上海市健康促进中心
供图

第 医 线

暑假过半,浦东新区浦南医院(仁济医院浦南分院)泌尿外科主任叶惟靖教授更忙了。作为国内知名小儿泌尿专家,他每次门诊都要接待大量来自全国各地咨询包皮手术和尿道下裂问题的家长。“暑假是小儿泌尿的就诊高峰,”叶惟靖说,“除了传统的包皮手术,现在家长对孩子的‘鸡鸡’发育问题也越来越关注了。”

包皮,割还是不割?

七岁的小贝刚做完包皮手术,妈妈严女士松了口气:“小朋友要上小学了,所以趁着暑假赶紧把手术做掉。”

叶惟靖说:“针对没有发育完全的幼儿或青少年,我们更多采用手工缝合的传统改良技术,针对孩子‘小鸡鸡’的不同形状进行立体剪裁和个性化缝合,同时也可以纠正没有发现的问题,如较常见的血管变异。”

“医生,我们家孩子的包皮要不要割?”这是叶惟靖听到最多的问题。“只要有手术指征,任何年龄段都可以做包皮手术,但最好在青春前期完成,最佳手术时间建议是4—6岁。”叶惟靖强调,男宝出生时90%都是包茎,这是正常生理现象。“3岁后,随着发育,包皮会慢慢松开,能翻开露出部分阴茎头。家长千万别硬翻,可能造成嵌顿,还会让孩子产生心理阴影。”

他说,有四种情况一般需要手术干预:一是随着男孩的生长发育,包皮口仍狭小,尿道口外露困难或包皮勉强能翻过来,但很难再翻回去,甚至发生包皮嵌顿。二是包皮口发生瘢痕化改变,比如颜色苍白和质地偏硬。三是反复发作的包皮龟头炎,比如包皮红肿、疼痛、流脓。四是排尿困难、费力,排尿时包皮鼓起,呈“气泡状”。

孩子包皮异常别轻信「一刀切」

暑假小儿泌尿科迎就诊高峰,医生提醒:孩子包皮异常别轻信「一刀切」

“有三种情况不建议进行包皮手术。”叶惟靖提醒,一是阴茎畸形,如有尿道下裂、隐匿性阴茎等情况,不要贸然割包皮,因为包皮是阴茎、尿道修复的绝佳“原材料”;二是孩子患有凝血功能障碍、血友病等特殊疾病;三是肥胖的孩子也不要轻易割包皮,必须经过专家评估。因为脂肪多、尺度难以把握。包皮割了之后“鸡鸡”可能会回缩进去,造成“肚脐眼样”改变,引起医源性包皮狭窄,往往需要再次手术。

“尿道下裂”,用不用药?

“叶教授,我们给儿子洗澡时发现他的‘鸡鸡’和蛋蛋很小很小。”一位妈妈焦虑地说。孩子确诊为先天性尿道下裂伴阴茎、睾丸发育偏小。

叶惟靖先让她宽心:“先打10针,大概率能看到效果。”他问起“孕期是否保胎过”,得到肯定答案后解释:“我用的药是HCG(人绒毛膜促性腺激素),胚胎时期它能促进睾丸和阴茎发育。孕期缺乏就可能导致性腺和外生殖器发育不佳,甚至发生先天性尿道下裂等疾病。一般生殖器要等到青春期发育才会继续生长,如果我们用了绒毛膜促激素,在医生的指导下通过安全的刺激就相当于模拟男孩在胚胎时期的环境,让他的生殖器还有一个像胚胎时期一样的发育过程。”作为国内最早探索这种疗法的医生之一,叶惟靖的临床经验证明,多数孩子治疗后生殖器会明显增长,为后续尿道修复手术打好基础。

叶惟靖提醒家长:手术别赶“末班车”,建议尽早检查评估;别轻信“一刀切”,是否手术、何时手术,必须结合孩子具体情况,由专业医生判断;无论包皮、尿道下裂还是生殖器发育迟缓,早发现早干预,效果更好。

本报记者 左妍

写一首诗,道一声感谢

上海市迎接第41个教师节短诗征集活动启动

人的一生会遇到很多老师。是否有来自老师的一句话、一个举动、一次点拨或者一次鼓励,在你的心头激起波澜,留下光亮?在第41个教师节即将到来之际,我们邀请你用诗一般的语言说出对老师的感谢,你的感谢还有机会通过地铁站灯箱,让全上海都“听见”!

即日起,在上海市教卫工作党委、市教委指导下,新民晚报社、华东师范大学联合发起“那一天,_____”短诗征集活动,欢迎全市在读大、中、小学生用凝练且真挚的语言,记录那些老师带给自己的感动瞬间,在全社会营造尊师重教的浓厚氛围。

每首诗不超过14行,侧重叙事,聚焦在老师给自己留下深刻印象的某一件事、某一个瞬间,言之有物,言之有情。优秀诗作不仅将编辑成册,还将在今年9月教师节前后,亮相人民广场地铁站文化长廊。师生代表也将有机会走进上观新闻直播间,分享动人的故事。

本报记者 陆梓华 扫码参与征集活动

夏日防晒应避免“全副武装”误区

别小看弱台风,其影响和破坏力不一定小

科学流言榜

夏季烈日当头,出门是否应该从头包到脚?只有强台风才会造成严重破坏,弱台风一般没什么影响?最新一期科学流言榜,“打脸”这些大夏天的常见“谎言”。

流言1 夏天烈日灼灼,应该“全副武装”防晒隔绝紫外线,可以长期、多层叠加使用高倍数化学防晒产品?

真相:烈日灼灼,防晒成为不少人的“标配”。从防晒霜、防晒衣、遮阳伞到“脸基尼”,不少人追求“全副武装”隔绝紫外线,甚至能做到全身上下无死角。然而,过度防晒也会引发皮肤过敏、痤疮甚至脱发、骨质疏松等疾病。专家提醒,科学防晒要避免陷入“全副武装”的误区。

长期、多层叠加使用高倍数化学防晒产品,会破坏皮肤屏障功能。一方面,高倍数化学防晒剂中常见的成分对部分人群是强致敏原,容易引发接触性皮炎;另一方面,高倍数物理防晒剂通常质地厚重油腻,在炎热容易出汗的夏季大量、频繁涂抹,极易堵塞毛孔,导致痤疮发作或原有痤疮问题恶化。防晒霜并非指数越高越好,当SPF值达到30时,对UVB(户外紫外线)的阻隔率已超过96%,完全可以满足一般的户外防晒需求。

过度防晒导致的维生素D缺乏,可能导致脱发,甚至悄然侵蚀骨骼健康。人体需要接受适量中波紫外线照射,才能合成维生素D,长期完全隔绝阳光照射会导致维生素D合成严重不足,进而影响钙质吸收,最终引发骨质疏松。

科学防晒的黄金法则在于“分时段”与“讲适度”:

在紫外线强烈的上午10时至下午3时,应优先选择遮阳伞、宽檐帽、防晒衣、太阳镜等“硬防晒”手段。在阳光相对温和的清晨或傍晚,则建议适当进行户外活动,让面部、手臂等部位每天接受10至20分钟的温和日晒。

日常通勤或室内活动时,使用SPF15、PA++的低倍数防晒产品已足够;普通户外活动可选择SPF30、PA+++的中倍数防晒霜;只有在登山、海滩或高原等长时间高强度紫外线暴露环境下,才需要使用SPF50+、PA++++的高倍防水防汗型产品。

流言2 只有强台风才会造成严重破坏,弱台风一般没什么影响?

真相:这是一种常见误区,弱台风的影响和破坏力不一定小。

台风的强度是按照台风中心最大风速来衡量的。一般情况下强度越大的台风破坏力也越强。但历史上也出现过“弱台风”带来强破坏的情况。比如2019年8月的台风“韦帕”,它的强度仅为热带风暴级(中心风速仅为8—9级),还达不到台风的级别(台风中心风速需要达到12级以上),但它同样带来了大量的降水,造成严重的城市内涝、山洪和泥石流。

此外,如果台风遇上了西南季气流、冷空气和特殊的地形等因素,同样可能让弱台风发挥出强大的破坏力。比如2018年的台风“安比”“温比亚”,它们的中心风速同样没有达到12级,但因为与西南季风气流结合,有足够多的水汽补充,让它们能维持更长的时间,造成大量的降水和破坏。

由此可见,即便面对的是弱台风来袭,我们也不能掉以轻心!

本报记者 郜阳

上海嘉禾2025秋季暨十五周年庆典拍卖会

「每月一征」活动持续进行!

上海嘉禾2025秋季暨十五周年庆典拍卖会公开征集正在火热进行中!8月9-10日上海嘉禾本部开启「每月一征」活动,随后前往北京、天津、合肥、南京、杭州等地寻宝纳珍。纪念黄宾虹诞辰160周年及徐悲鸿诞辰130周年特别征集也同步开启。嘉禾专家团队将坐镇现场为您全程免费鉴宝答疑,诚邀各界藏家拨冗莅临。

十五载春秋,因艺术而聚,因信任而远。在上海嘉禾拍卖成立的十五周年之际,我们将继续坚持以“诚、真、精、稀”为宗旨,持续为广大藏家提供专业、优质的服务。上海嘉禾艺术品拍卖,实现藏品价值的舞台。

征集时间:8月9日—10日(周六、周日) 9:30-12:00 13:00-17:00

征集地点:上海嘉禾文化艺术空间(上海市静安区延安中路1111号延安饭店南苑)

征集范围:中国书画、现当代艺术品、瓷器及古董珍玩、名人书札、古籍善本、金石篆刻、珠宝玉器、钱币邮品等相关拍品

详 询:15900993158(金女士) 15900993163(翟女士)

电话:021-32558111 网址:www.jhpmzx.com 邮箱:jhpmgs@126.com 本公司常年征集拍品