



直面乱丢垃圾陋习 整治城乡环境卫生

(本周聚焦地域:新林乡)

新林乡

昨日,记者到新林乡探访环境卫生状况。

在棠家洲村,江拔线边有一些垃圾。在扁石村,垃圾池外也堆了许多垃圾。在竹岸村,路边堆了一些废弃物和杂物。在查林村,有垃圾堆在路边,未及时清理。

希望有关部门以更高的标准,更高的要求,搞好环境卫生,使我们生活的家园更美好,让百姓更健康。



8 月 26 日 9:20 摄于扁石村

垃圾未入池



8 月 26 日 10:20 摄于查林村



8 月 26 日 10:00 摄于竹岸村



8 月 26 日 8:30 摄于棠家洲村



8 月 26 日 8:50 摄于棠家洲村

路边的垃圾

吸烟和被动吸烟会导致多种疾病

烟草烟雾含有 4000 余种化学物质,包括几十种致癌物及一氧化碳等有害物质。吸烟损害体内几乎所有器官,可引发癌症、冠心病、慢性阻塞性肺病、白内障、性功能勃起障碍、骨质疏松等多种疾病。与非吸烟者相比,吸烟者死于肺癌的风险提高 6-13 倍,死于冠心病的风险提高 2 倍,死于慢性阻塞性肺

病的风险提高 12-13 倍。烟草烟雾不仅损害吸烟者的健康,也威胁着暴露于二手烟环境的非吸烟者;被动吸烟导致患肺癌风险升高约 20%,患冠心病的风险升高约 30%。据统计,我国每年死于吸烟相关疾病的人数超过 100 万,占死亡总人数的 12%。吸烟导致的多种慢性疾病给整个社会带来了沉重的负担。

吸烟者戒烟越早越好,任何时候戒烟都不晚,只要有戒烟的动机并掌握一定的技巧,都能做到彻底戒烟。35 岁以前戒烟,因吸烟引起心脏病的机率可降低 90%,59 岁以前戒烟,在 15 年内死亡的可能性为继续吸烟者的一半,即使年过 60 岁戒烟,其肺癌死亡率仍可大大降低。

异常肿块及腔肠出血是癌症的早期报警信号

高度重视癌症早期的危险信号,可以及早发现和治疗癌症。可以自我观察或者感觉到的癌症早期危险信号主要有:

- 1)异常肿块:乳腺、颈部、皮肤和舌等身体浅表部位出现经久不消或逐渐增大的肿块。
- 2)疣痣增大:体表黑痣和疣等在短期内色泽加深或变浅,迅速增大、脱毛、瘙痒、渗液、溃烂等。特别是在足底、足趾等经常摩擦的部位。
- 3)异常感觉:吞咽食物的哽咽感、胸骨后闷胀不适、疼痛、食管内

异物感。以上症状加重时,应及时就医。

- 4)溃疡不愈:皮肤或黏膜经久不愈的溃疡,有鳞屑、出血和结痂等。
- 5)持续性消化不良和食欲减退:进食后上腹胀闷,并逐渐消瘦、贫血等。
- 6)大便习惯改变:便秘、腹泻交替出现,大便变形,带血或黏液。
- 7)呼吸系统:持久性声音嘶哑,干咳,痰中带血。
- 8)听部和鼻咽部:耳鸣,听力

减退,鼻出血、鼻咽分泌物带血和头痛。

- 9)妇科:月经期外或绝经后阴道不规则出血,特别是接触性出血。
- 10)泌尿系统:无痛性血尿,排尿不畅。
- 11)不明原因:发热、乏力、体重减轻。

早发现、早诊断、早治疗是提高癌症治疗水平的关键。癌症综合康复治疗可以有效提高癌症患者的生存时间和生命质量。

蚊子等会传播疾病

蚊子可以传播疟疾、乙脑、登革热等疾病。要搞好环境卫生,消除蚊子孳生地。根据情况选用纱门、纱窗、蚊帐、蚊香、杀虫剂等防蚊灭蚊用品,防止蚊子叮咬。

苍蝇可以传播霍乱、痢疾、伤寒等疾病。要使用卫生厕所,管理好垃圾、粪便、污物,使苍蝇无处孳生。要注意保管好食物,防止苍蝇叮爬。杀灭苍蝇可以使用苍蝇拍、灭蝇灯等。

老鼠可以传播鼠疫、流行性

出血热、钩端螺旋体病等多种疾病。要搞好环境卫生,减少老鼠的藏身之地;收藏好食品,减少老鼠对食物的污染。捕捉、杀灭老鼠可以用鼠夹、鼠笼等灭鼠工具,也可以利用蛇、猫、猫头鹰等老鼠的天敌灭鼠,还可以使用安全、高效的药物灭鼠。要注意灭鼠药的保管和使用方法,防止人畜中毒。

蟑螂可以传播痢疾、伤寒等多种疾病。要搞好室内外卫生,减少蟑螂藏身的场所。还可以使用药物杀灭蟑螂。

注射和输液必须做到一人一针一管

避免不必要的注射和输液,注射必须做到一人一针一管。注射和输液等医疗操作都有一定传播疾病的风险,因此在治疗疾病时应做到:遵从医嘱,能吃药就不打针,能打针就不输液。与他人共用注射器可传播

乙型肝炎、丙型肝炎、艾滋病等疾病。必须注射或者输液时,应做到“一人一针一管”,即每一个人每次注射时都必须单独使用一次注射器或经过消毒的注射针管、针头,不能只换针头不换针管。

酗酒的危害多

白酒基本上是纯能量食物,不含其他营养素。经常过量饮酒,会使食欲下降,食物摄入量减少,以致发生多种营养素缺乏、急慢性酒精中毒、酒精性脂肪肝,严重时还会造成酒精性肝

硬化。过量饮酒还会增加患高血压、中风等疾病的危险;并可导致事故及暴力的增加,对个人健康和社会安定都是有害的,应该严禁酗酒。

另外,饮酒还会增加患某些癌

症的危险。若饮酒尽可能饮用低度酒,并控制在适当的限量以下,建议成年男性一天饮用酒的酒精量不超过 25 克,成年女性一天饮用酒的酒精量不超过 15 克。孕妇和儿童青少年应忌酒。



科普博览

普及科学知识 提高科学素质

新昌县科学技术协会协办