



“过度消毒”会加速细菌传播

在新型肺炎疫情下生活的我们,每天除了戴口罩、勤洗手这两件事以外,最常做的一件事就是:消毒。消毒是抵御病毒的一种有效办法,但若方法使用不当,可能会适得其反、危害健康。

1 过度消毒会造成“超级细菌”的产生

刊登在《科学》杂志上的一项研究提醒,新冠疫情期间消毒抗菌产品的过度使用可加速超级细菌的产生及传播,从而加速超级细菌大流行的到来并威胁未来的公共健康。

超级细菌泛指那些对多种抗生素具有耐药性的细菌。它们对抗生素有强大的抵抗作用,能逃避被杀灭的危险。研究称,在防范新冠疫情传播的过程中,大量使用如抗菌洗手液、免洗洗手液和含氯消毒剂等消杀用品,会促

进细菌基因突变,产生抗生素耐药性,并加速耐药性基因在细菌之间的传播,造成“超级细菌”的产生。

过度消毒方式还会使疫情期间,被排放至水体环境中的抗菌成分激增,进而通过接触被抗药性微生物所污染的水源、食物、空气等环境介质感染人类。因此,减少消毒剂的不合理使用至关重要。对抗新冠疫情应当科学消毒,避免过度消毒。

2 哪些行为属于过度消毒

过度消毒,可以简单定义为:在受到病原体污染几率很小、没有必要进行消毒的地方反复消毒。以下这7种行为都属于过度消毒:

- ①全身喷洒消毒剂,对鞋底进行消毒;
- ②酒精喷洒口罩进行消毒;
- ③对汽车车轮进行消毒;

- ④加湿器中加入消毒剂;
- ⑤没有外人到访,也没有自我隔离的疑似症状者,每天进行室内消毒;
- ⑥使用高浓度的含氯消毒剂(有效氯浓度大于1000毫克/升)进行消毒;
- ⑦室外环境表面反复喷洒消毒剂。

3 常见居家消毒误区

No.1 大面积喷洒酒精

含氯消毒剂(84消毒液、漂白粉等)、75%医用酒精、乙醚、过氧乙酸和氯仿等脂溶剂均可有效消灭活病毒。我们常用的消毒产品主要有75%医用酒精和84消毒液。

酒精极易燃烧,空气中乙醇浓度超过3%时即可发生火灾。在大量使用酒精时,酒精挥发会使室内空气中乙醇浓度增加,比直接点燃酒精更危险。因此,消毒时不要大面积喷洒酒精。酒精彻底挥发前也不要接近火源、热源。

No.2 84消毒液和洁厕灵混用

84消毒液不能和洁厕灵合用,否则会产生有毒的氯气,严重的甚至会造成吸入者中毒死亡。

84消毒液要先按说明稀释,装在塑料容器里,可直接用于桌面、地面、衣物等物体,但其刺激性较强,有一定腐蚀性和漂白性。调配使用时要戴好口罩、橡胶手套和防水围裙,保护好皮肤、口鼻、眼部。

还有一些专业的医用、工业消毒剂,最好不要在家中使用;不建议自制消毒剂,易发生危险。

疫情防控常态化下,如何科学做好日常的消毒工作?

No.1 外出时

- ◆在户外,可使用免洗手消毒剂清洗手部20秒以上;
- ◆办公时,对电脑键盘、鼠标、门把手等公共物品定期进行清洁和消毒;用餐前后、便前便后、戴口罩前和摘口罩后必须洗手。

No.2 回家后

- ◆使用过的口罩,不要随意丢弃,应丢入垃圾袋中;
- ◆对钥匙、手机等随身物品进行消毒,可用75%酒精或消毒湿巾擦拭;
- ◆用肥皂或洗手液及时洗手,将手腕、手背、手心、手指缝等处搓洗30秒左右,注意一定要用流动的水冲洗,并用纸巾将手擦干。

No.3 居家时

空气消毒

◆每日打开门窗通风2次—3次,每次不少于30分钟,这是最好的办法;有条件的家庭可以使用循环风空气消毒机,注意严格按照说明书使用。

厕所消毒

- ◆冲厕所时要盖上马桶盖,坐便器可用含有效氯250毫克/升—500毫克/升的84消毒液进行擦拭,再用清水冲洗干净;
- ◆对于下水道密闭性不严格的小区,如发现反水、漏水现象,应当加强马桶或便器的密封性,使用旱厕的农村地区需要定期对厕所进行消毒。

物品消毒

- ◆水杯、餐具、玩具等可用漂白粉、高锰酸钾浸泡15分钟—30分钟,或用水煮沸15分钟后,再用流动的水冲洗干净;
- ◆地面、桌面、开关、门把手、热水壶、坐便器、床头柜等处可用含有效氯

250毫克/升—500毫克/升的84消毒液擦拭,并做好通风工作;

◆毛巾、衣物、被罩等织物如需消毒,可用250毫克/升—500毫克/升的含氯消毒剂浸泡;

◆有孩子的家庭,要格外注意对地面及家具的消毒,以免孩子摸到脏东西后吃手而被感染;消毒剂应放置于儿童接触不到的地方;

◆对快递及超市买回的冷冻生鲜,做好外包装消毒,可用75%酒精进行擦拭处理。

食物消毒

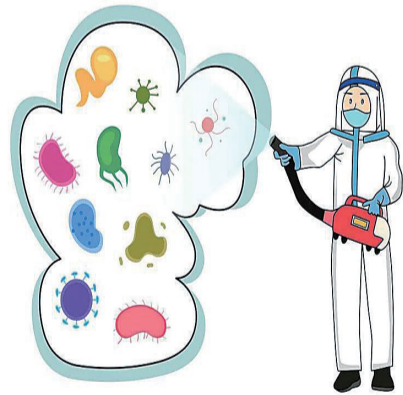
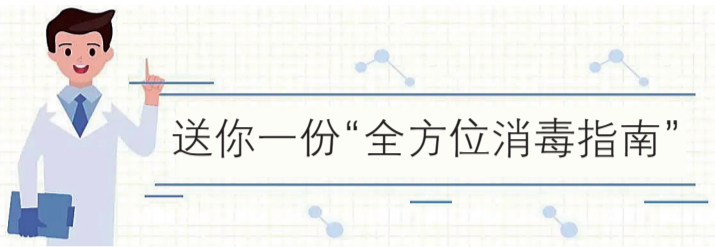
◆清洗加工时,要保持厨房和用具的卫生清洁,准备专门清洗生食品的容器,用流动水进行清洗时防止水花飞溅;

◆食用车厘子等无外皮的水果时,应浸泡10分钟—20分钟,可以使用水果清洁剂进行清洗;

◆做到生熟分开,处理冷冻冰鲜所用的容器、刀具和案板等器具应单独放置,避免与处理直接入口食物的器具混用;

◆厨具用后及时清洗干净、晾干,还可用75%酒精擦拭消毒。最后对周围环境表面进行清洁,也可用1:100稀释后84消毒液进行擦拭消毒。

据《生命时报》



公交车909路司机袁书祥师傅见闻 尽职尽责好司机 良好品德伸援手

2021年2月5日晚上五点左右,徐女士从长芦公交枢纽站起点上车。经过半个多小时后,在李天木临时站点下车,由于箱子、袋子太多,粗心大意,不慎将最重要的皮包遗落在公交车内,包里装有徐女士大学毕业证书(遗失将不能补办,只能打证明)、工作证、身份证、两张火车票、钥匙和一条裤子等等若干东西。

回家找不到钥匙的情况下,徐女士猛然想起包掉了。

男朋友安慰她,说包能找到的,但是她一想起毕业证书,就忍不住哭起来,那

是大学四年努力所换来的啊!他在前面跑,徐女士在后面追,老远看去没有909路公交车了,她感到绝望了。他很努力地,向服务站打听关于909路公交车的情况,服务站员工很好,积极帮徐女士联系公交车最后几班车的司机。

真的很幸运,909公交车袁书祥师傅已经将包交给了公交六公司,并在那里等着。他们迅速去了公交六公司,经过打听,找到了那个包所在的房间。进房间时,看到一个司机出来,由于找包心切,也没有说什么,这样就与这样一

个好司机擦肩错过了,没有当面致谢,十分遗憾!

好司机不留名,我们大家都应该向他学习!包找到了,所有的东西都在,心情还是十分复杂,还没有从遗失东西的悲伤心情解脱出来,徐女士一直在想,要是没有这位好心的公交司机,接下来该怎么办,感觉很茫然了。

在高兴与激动之余,徐女士深深被师傅这种拾金不昧的高尚品质感动。他的品质深深地感动了我们,他这种急他人之所急、想他人之所想、拾金不

昧、助人为乐的高尚品质堪称当代青年的楷模,这次失而复得的经历,使徐女士真切感受到贵单位人员拾金不昧的高尚品格以及热心滚烫、助人为乐的雷锋精神。

同时也深知只有拥有良好的单位文化的大背景下,才能拥有这样高素质的单位职员。再次向贵单位及这位师傅致以最诚挚的感谢,并祝贵单位事业蒸蒸日上,前程远大,一帆风顺!

徐子轩