

“健康空调”真的健康吗？

中消协发布 15 款健康类空调产品比较试验结果

如今的空调产品可越来越“花哨”了，除了制冷，一些产品还宣称具有自清洁、除菌、新风、净化、舒适等健康功能。这些产品宣称的健康功能到底如何呢？中消协近日发布“15 款健康类空调产品比较试验报告”。

消协工作人员以普通消费者的身份，从京东、国美、天猫等电商平台随机购买了 15 款用于比较试验的空调样品。

在 15 款空调样品中，有 14 款声称自己拥有自清洁功能，11 款宣称自己拥有“风避人”等舒适功能。

三款空调无法自清洁

空调的自清洁功能通常是通过急速降低蒸发器的温度，让蒸发器表面凝结成霜，然后在温度的调节下，随着霜的融化带走蒸发器表面的细菌和灰尘，实现空调的自动清洁功能。

14 款样机在购买时网页中均宣称具有自清洁功能，测试中发现 11 款可实现自清洁细菌和自清洁灰尘操作，而三菱电机、日立、松下 3 款样机在自清洁功能启动时室外机无法运转，不能产生冷凝水，不能实现利用冷凝水自

清洁灰尘的功能。

除菌效果令人满意

去除室内空气中的细菌，是不少空调产品的卖点，也是消费者的关注点。比较试验对 5 款宣称具有除菌功能的样机进行除菌率测试。检测结果除菌率最高为 99.6%，最低为 98.3%，除菌效果令人满意。

消协提示 选购空调考虑滤网更换成本

依据本次比较试验的结果，中消协建议，消费者选购健康空调时，优先选择宣称具有自清洁功能和舒适功能的产品，同时可考虑附加新风或净化功能的空调产品。

具有净化功能的空调，关键部件是滤网或者 IFD 静电除尘模块。滤网应定期更换，IFD 静电除尘模块应定期清洗，否则将成为室内空气污染源，产生二次污染。不同滤网的使用寿命不同，短的 1 至 2 个月，根据使用环境污染情况的不同，滤网的使用寿命会不同。空调净化功能的滤网是一个持续性投入，在选购时应考虑滤网的更换成本。

来源《北京晚报》

中暑的急症自救

中暑救助最关键的是快速降温。降温的速度决定了中暑患者的预后。要做到快速降温，可采用如下较容易做到的方法，即体外降温的方法。

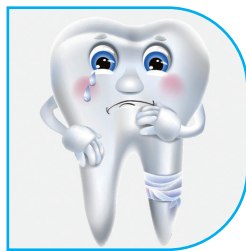
①将患者迅速移至通风良好的低温处，脱去衣服，同时进行皮肤、肌肉按摩以促进散热，但这种方法降温仍然较慢。②对于无虚脱者，如有条件，可将患者身体除头部外均浸浴在冷水中甚至冰水中，同时不断搅动水。这是目前推荐的快速降温的金标准。这种方法可在 20 分钟内将体温从 43℃ 降至 40℃ 以下。

③对于虚脱者，即表现为面色苍白、发绀、神志淡漠、反应迟钝或烦躁不安、少气乏力，则不宜用冷水浸浴，可用冷水毛巾反复擦拭皮肤，并用电扇、空调等降温。④上述体外降温效果仍不满意，亦可大量喝下冰镇淡盐水并大量排尿以降。⑤穴位按摩：大椎、曲池、合谷、足三里、内关等穴位，指压点按，反复进行 3—5 分钟。⑥擦药疗法：用风油精把手涂湿，或取精盐一小把，揉擦中暑者的两手腕掌侧、双足心、两肋、前后心等，揉擦出许多小红点为好，适用于先兆中暑或轻度中暑的患者。⑦三棱针点刺放血大椎、曲池、十宣、曲泽、委中、金津、玉液等穴位。

当体温降至 39℃ 时，即应停止降温。上述方法尤其是冷水浸浴等体外降温的方法是有效的，且施救者较容易做到。

来源：学习强国

消除牙痛 不妨自制中医“降火汤”



俗话说，“牙痛不是病，痛起来能要命。”对于牙痛症状明显，伴有头面发烧、面颊肿胀，甚至痛如锥刺，昼不能食、夜不能寐的患者，中医辨证考虑冲气上逆、血随气行、火郁于上，可尝试服用牙痛降火汤。

具体为：取生代赭石（先煎）、生石膏（先煎）各 30 克，怀牛膝、滑石（先煎）各 18 克，薄荷（后下）12 克。将上药加水 500~600 毫升煎煮，滤出药汁约 400 毫升，每日 1 剂，分早晚服，疼痛严重者可随煎随服，每日可进 1~2 剂。

生代赭石味苦性寒，有平肝潜阳、重镇降逆、凉血止血的功效。怀牛膝苦泄降火，《本草衍义补遗》言其可引诸药下行。生代赭石与怀牛膝配伍，可引上逆冲气下行，消除头面胀痛、发热等症。生石膏性寒辛散，有解肌透表、清胃腑实热的作用；薄荷辛凉，能疏散风热、清利头目；二者搭配，既清热又疏外感之邪。滑石质沉而滑，味甘淡，性寒，滑则利窍，可助随冲气下降的邪气发散出去。诸药合用，标本兼治，临床疗效明显。需注意，本方平冲降逆、泻火通利的效果较强，因此孕妇禁用，小儿使用时剂量需酌减。

来源《生命时报》

提起湿疹，相信许多宝爸宝妈都曾经历过一段时间的困扰，它不仅让宝宝皮肤瘙痒，甚至会导致寝食难安，同时也会降低宝宝的颜值，更令人烦恼的是还反复发作。那什么是湿疹？得了湿疹该如何进行治疗和护理？一起来听听位于宝丰步行街北头东侧的宝丰陈君霞诊所（原君益寿诊所）陈君霞医师聊聊什么是湿疹！

陈君霞医师介绍说，医学上又叫特应性皮炎，民间俗称“奶癣”，但实际上它不是“癣”，没有传染性，是一种皮肤对环境产生的过敏反应，皮肤上出现丘疹、鳞屑、红斑、苔藓化等统称为湿疹。多发生于生后 2—3 月，半岁后缓解，大部分 1 岁半以后自愈，少数人可延至儿童期。

陈医师认为湿疹还要与痱子进行鉴别。一般情况湿疹是多形态的，好发部位如：眼周围、口周围、颈部、肘窝、腘窝、踝前等。痱子是与排汗多、汗管堵塞所导致，好发于汗多的部位，如：前胸后背等；痱子大小一致、是非常均匀的红色丘疹。

那么湿疹该如何治疗？陈医师根据多年经验总结了比较确切的方案。对于轻度湿疹，只要保持皮肤湿润就可以防止湿疹加重，有利于湿疹消退。对于中重度湿疹，首选激素治疗，一般选择一些软性激素，效果好、副作用少、透皮吸收少，药物在皮肤上产生作用，而不是吸收进入血液。激素应用原则是由强到弱，最终停掉激素，循序渐进的过程，因此，家长不要随便停药，以免反复。如果湿疹出现继发感染，建议可外涂一些药物抗炎，如夫西地酸乳膏、莫匹罗星软膏等，等红疹和黄色分泌物逐渐减轻后可以换成一抹王软膏、肤乐霜等外涂。

陈医师认为，宝宝湿疹除了治疗外，还要进行必要的护理，才能更好的预防复发。首先局部清洗护肤，水温建议在 32—37 摄氏度，时间大约 5—10 分钟，时间过长，皮肤角质层的功能就会受影响。洗浴后，要马上涂抹保湿润肤剂“锁住”水分，注意保湿润肤剂要选择无香味、无色素、无致敏防腐剂的。其次就是穿衣，尽量挑选浅色、纯棉衣物，不宜穿纤维及人造化工合成材质的衣服。最后饮食方面，如牛奶蛋白过敏，妈妈可以避食，但不建议盲目的根据过敏原结果来判断，可以进行试验性忌口，若无明显效果，不建议随意调换奶粉，以免引起宝宝营养不良。

苦恼的宝宝湿疹 该怎么办？

宝丰县自然资源局地质灾害防治知识

4.2 国家突发地质灾害应急预案

为了高效有序地做好突发地质灾害应急防治工作，避免或最大程度地减轻灾害造成的损失，维护人民生命、财产安全和社会稳定，国家颁发了《国家突发地质灾害应急预案》。明确了国务院国土资源行政主管部门负责全国地质灾害应急防治工作的组织、协调、指导和监督。出现超出事发地省级人民政府处置能力，需要由国务院负责处置的特大型地质灾害时，根据国务院国土资源行政主管部门的建议，国务院可以成立临时性的地质灾害应急防

治总指挥部，负责特大型地质灾害应急防治工作的指挥和部署。

4.3 省（自治区、直辖市）级防治预案

主要对省内重要城市、重点矿山、重要交通干线等灾害作出初步评价预测，对其防治提出原则建议；对影响特别大、可能造成重大人员伤亡和严重财产损失的隐患点，尽可能提出较为具体的预报意见，提出可行的防灾、减灾措施建议；作出汛期突发灾害隐患巡回检查计划。（未完待续）



自然资源宣传专栏

习近平总书记关于安全生产、应急管理、防灾减灾救灾等工作的系列重要论述

2、各级党委和政府、各级领导干部要牢固树立安全发展理念，始终把人民群众生命安全放在第一位。各地区各部门、各类企业都要坚持安全生产高标准、严要求，招商引资、上项目要严把安全生产关，加大安全生产指标考核权重，实行安全生产和重大安全生产事故风险“一票否决”。责任重于泰山。要抓紧建立健全安全生产责任体系、党政一把手必须亲力亲为、亲自动手抓。要把安全责任落实到岗位、落实到人头，坚持管行业必须管安全、管业务必须管安全，加强督促检查、严格考核奖惩，全面推进安全生产工作。

所有企业都必须认真履行安全生产主体责任，做到安全投入到位、安全培训到位、基

础管理到位、应急救援到位，确保安全生产。中央企业要带好头做表率。各级政府要落实属地管理责任，依法依规，严管严抓。

安全生产，要坚持防患于未然。要继续开展安全生产大检查，做到“全覆盖、零容忍、严执法、重实效”。要采用不发通知、不打招呼、不听汇报、不用陪同和接待，直奔基层、直插现场，暗查暗访，特别是要深查地下油气管网这样的隐蔽致灾隐患。要加大隐患整改治理力度，建立安全生产检查工作责任制，实行谁检查、谁签字、谁负责，做到不打折扣、不留死角、不走过场，务必见到成效。（未完待续）

宝丰县应急管理局宣