

春季沙尘暴的防护



春季是沙尘天气高发季节,尤其是患有呼吸系统疾病的人们要尽量减少外出,避免沙尘天气诱发疾病,影响健康。

沙尘天气可造成烟尘与粉尘携带细菌侵入人体呼吸道,沉积在人的肺部,引发呼吸道疾病被肺泡吸收进入血液循环,导致其他器官疾病,危害人的身体健康。

而浮尘能长驱直入人体,侵入人体肺泡以碰撞扩散、沉积等方式滞留在呼吸道不同的部位,粒径小于5微米的多滞留在呼吸道。滞留在鼻咽部和气管的颗粒物,与进入人体的二氧化硫等有害气体和产生刺激和腐蚀黏膜的联合作用,损伤黏膜,纤毛,引起炎症和增加气道阻力。持续不断的作用会导致慢性鼻咽炎、慢性气管炎,滞留在细气管与肺泡的颗粒物也会与二氧化氮等产生联合作用,损伤肺泡和黏膜,引起支气管和肺部产生炎症。

沙尘天气中,个人应当采取一些响应措施进行防护:1. 在发生慢性咳嗽伴咳嗽或气短,发作喘憋及胸

痛时需尽快去医院诊治。2. 作好自我防护,沙尘天气减少外出并及时关闭门窗。如在室外时要使用防尘、滤尘口罩、穿戴防尘手套、鞋袜、衣服、戴眼镜等,保护好眼镜和皮肤,勤洗手脸。3. 多饮水。沙尘多发季节空气干燥,皮肤表层的水分极易丢失,沙尘进入毛孔后发身堵塞还可以引发痤疮以及各种过敏性皮炎、皮疹。多饮水能补充丢失水分和加快体内各种新陈代谢废物的排出。

此外,当沙尘进入眼睛后,轻者附在角膜表面或眼结膜,重者嵌入角膜内,如果再进行揉搓会使异物擦伤角膜,甚至进入深层而引发炎症,若不及时取出会继发感染,影响视力。这种情形下可将头稍低下眨动眼睛,沙尘就会随泪水流出,若此法无效,可请人反转上眼睑用消毒棉签或干净布轻轻拭出异物,再滴入抗菌素眼药水预防感染,如发现异物在角膜上,应立即到医院就医,不要自己随便取,一旦创伤面扩大或感染就会发生角膜炎。

摘自《气象·科学》

怎样收藏冬衣

冬去春来,随着天气一天天变暖,人们开始逐次地换上春装替下冬衣。而如何收藏和保养冬衣却成了令大多数人烦恼的事情,为了防止冬装发生虫蛀,各类服装的收藏应采用不同的方法。

各类毛皮衣物切忌水洗,收藏前需先将毛朝外让太阳晒一下,太脏的部位可用湿粉捏成团块擦在皮下,边擦边搓,然后将粉末抖去,晒干擦净再用干净布包好收藏。

棉衣在入柜之前,一般要拆洗,去掉污垢;不便拆而又很脏的棉衣裤。可用热水轻刷。晾晒前不要使劲拧,以防棉絮结块。

羽绒衣收藏一般也要洗涤。洗涤时先用冷水浸泡30分钟,然后再平铺在平台上,把领口、下摆等较脏处、用软毛刷蘸中性洗涤剂轻刷,浸泡10分钟再用温

水漂洗3次。在清洗过程中千万不可揉搓拧绞。洗净的羽绒衣轻轻压出水分,挂在衣架上,放在通风处晾晒,并在羽绒衣上盖一层布,以防化纤面料褪色。

呢料衣服收藏前要晒3小时,晒后打尘土,再将汽油洒一些在呢衣上,接着用毛巾擦拭一遍。如呢衣上有油污,可加用汽油味散发完毕,再熨烫收藏起来。

毛绒衣之类的衣服在收藏前要洗涤干净,洗时先将衣物放置在冷水中浸泡40分钟,再放在温热的肥皂水中漂洗一次,最后用清水漂净。不要放在强烈的太阳光下曝晒,宜挂在衣架或竹竿上晾干。穿过的羊绒衣裤如不脏,可不洗,但收藏前须翻晒一下,以防虫蛀。颜色鲜艳的毛绒在翻晒时最好遮盖一层白布,以防褪色、泛黄。

(本栏目收集整理)