

夏日漂流防“水患”

□记者 侯国防

时值烈日炎炎的夏季，一些市民有到景区避暑和漂流的打算，但人们在漂流时往往忽视身边的“水患”。那么，夏日漂流应该小心那些“水患”呢？对此，记者近日通过走访市区一些专业人士，为大家夏日漂流支招。

眼睛发痒切勿用手揉
夏日漂流后，人们往往会感觉眼睛痒痒的，这可能是因为水里残留的氯对眼睛产生刺激。这时候应该避免揉眼睛，因为眼睛本身有一道自己的屏障，一般细菌不容易侵入，一旦用手揉就可能会把手上的细菌带进眼睛，发生感染。如果感觉眼睛痒痒的，可以滴一点有杀菌作用的眼药水，冲洗眼睛里的细菌，降低感染的概率。

漂流后小心患“红眼病”
漂流后两三天内，如果出现眼睛红肿、流泪，出现不明分泌物，或睁不开眼的情况，就要小心是不是患“红眼病”了。专业人士表示，“红眼病”是一种比较形象的称呼，医学上将这种疾病称为结膜炎。这种疾病可以通过水、洗漱用品等介质传播。如果泳池里有一个人有这种疾病，就很可能通过交叉感染使其他人患病。结膜炎的典型表现就是眼睛红肿、流泪、分泌物增多，潜伏期为1至3天。

耳鼻进水易诱发中耳炎
对于漂流者来说，呛水是家常便饭，这时要小心耳鼻疾病。专业人士表示，漂流容易导致耳鼻类疾病，除了中耳炎外，还有外耳道的炎症以及鼻窦炎。咽、鼻通过咽鼓管和中耳相通，很多人鼻子进水以后喜欢擤鼻

子，耳朵进水以后喜欢捏着鼻子鼓气，这些原因都会使残留在水中的细菌进入中耳引发炎症。另外，耳屎被水泡过后膨胀也是耳朵发炎的一个重要原因。

耳鼻进水后要正确处理
漂流时导致耳鼻系统感染的因

素有很多，其中关键的是如何处理耳朵和鼻子里的水。很多人鼻子呛水以后，喜欢捏着鼻孔向下擤鼻子，这样很可能让鼻腔里的水通过咽鼓管进入耳朵。正确处理耳朵进水的方法是：第一，把头歪向进水的一侧，然后轻轻拉着耳垂或耳廓，把曲

折的耳道拉直，让水自然流出。第二，用手掌覆盖在进水的耳朵上，稍稍用力挤压，然后把头歪向进水一侧，再把手迅速拿开将水吸出来。第三，可让进水一侧的耳朵朝下，再用同侧的腿做几次单脚跳，把水震出来。

广告