

科学认识饮用水 健康惠及千万家

我市开展饮用水卫生宣传周活动



□记者 李立

前真是忽视了饮水安全问题。”市民王先生说。

本报讯 “喝水原来还有这么多的讲究，以

5 月 14 日上午，市卫生局、市疾病

预防控制中心和市卫生监督处在市七一路市委门口东侧开展了饮用水卫生宣传周活动。

本次活动的主题是“科学认识饮用水，健康惠及千万家”。市疾病预防控制中心的张科长接受了记者采访，阐述了饮用水安全概况及我市生活饮用水安全总体状况，有关饮水安全的一些问题得到解答，例如自来水为什么有氯味？原来自来水用液氯消毒是国内外常见的消毒方法，我国饮用水消毒的方法主要有氯化消毒、二氧化氯消毒、臭氧消毒和紫外线消毒；饮用水为什么会发黄？是因为受到了水管内壁铁锈的影响，把水放掉一些，待水质恢复即可；自来水出现异常情况怎么办？应当拨打 12320 热线向卫生监管部门报告情况，并在其指导下妥当地用水或停止用水。

本次活动现场设立 4 个咨询台，悬挂条幅 10 条，展出展板 10 块，发放“关注饮水卫生，共享健康生活”手册 2 万份，发放饮用水卫生宣传周宣传册 2 万份，出动宣传车 3 辆，接受咨询 600 余人次。

我市开展的饮用水卫生宣传活动，促进了广大市民形成科学安全饮水的理念，为保障我市人民身体健康奠定了良好的基础。



为纪念碘缺乏日活动开展 20 周年，5 月 15 日，周口市疾病预防控制中心在周口市五一广场开展了 2013 年全国防治碘缺乏病日宣传活动，本次活动的主题是“科学补碘，保护智力，成就梦想。”图为活动现场。徐义勇 摄

什么是碘缺乏病呢？

碘缺乏病是由于自然环境缺碘，人体摄入碘不足，而引起机体发生一系列的损害，地方性甲状腺肿、地方性克汀病、地方性亚临床型克汀病及缺碘影响生育而出现的不育症、早产儿、死产、先天畸形儿等都统称为“碘缺乏病”。

人体每日需要的碘量是多少？碘是人体必需的微量元素，现主要通过吃碘盐来补充碘，经科学测试得知，成人每人每日需要的碘为 100~300 微克，青少年需要量为 60~200 微克，儿童为 50~80 微克。如果长期未补充需要的碘，就会发生碘缺乏病。孕妇、哺乳期妇女所需碘量比正常人要多。监察尿中碘，其含量少于 100 微克/升，就意味着缺碘。（医宣）

小

知

识

一周 120 报告

数据来源：市 120 急救指挥中心
采集时间：2013 年 5 月 10~16 日

出诊原因	人次
交通事故外伤	59
其他内科系统疾病	56
其他类别外伤	61
心血管系统疾病	13
酒精中毒	12
脑血管系统疾病	11
药物中毒	1
其他	15
呼吸系统疾病	1
妇、产科	3
食物中毒	1
各类烧伤	1

一周提示：本周 120 急救共接诊 234 人次。天气炎热，人们对冷饮喜爱有加，因为此举不仅能够消暑解渴，还可及时补充人体流失的水分和盐分。但冷饮并非可以随意享用，否则会给你的身体带来一定的伤害，因此，不要过多食用。食用冷饮过多会给牙齿带来严重威胁，如果你的牙釉质有病变或已被磨损，吃冷饮时牙齿遇到冷刺激后会产生牙酸、牙痛等不适。同时吃冷饮应该适量，吃的速度也不宜过快，享用后记得要漱口，以保护牙齿。切忌吃完后马上饮用热水、热茶，不要在锻炼后大量吃冷饮。人体在剧烈运动后，体温会上升，这时大量食用冷饮对消化道来说是一个强冷刺激，会引起消化道的强烈蠕动，并产生腹痛、腹泻等状况。冷热的剧烈变化，也会使胃部血管突然收缩，次数多了就会引起消化吸收功能的失调，造成消化不良或其他疾病。（见习记者：王凯 信息提供：耿清华）

一周病情报告

样本采集地：市中医院	
采集时间：2013 年 5 月 10~16 日	
科别	门诊接洽总量（人次）
儿科	494
肝病科	458
妇、产科	510
皮肤科	397
脑病科	357
肺病科	309

温馨提示：测量儿童血压时，袖带不宜过小，应与儿童前臂相适应，同时应考虑到听诊声音的下降，以拍击性搏动音完全变闷即舒张期第四音为舒张压的确定，而非成年人的搏动音消失即舒张期第五音为舒张压的确定。测量儿童的血压值应与相应年龄、性别和体型的标准血压数据进行比较，才能确定是否患有高血压病。（见习记者：王凯 信息提供：姚娟）



天天 3·15 医院好不好 你说大家说

说说您在求医过程中的
烦恼事 困惑事 愤怒事 感动事
周口报业集团医药卫生工作部竭诚为您服务

健康热线:13592220126 13949993566 13592239208 18639402212
电子信箱:zkrbwsb@126.com