

天津卫生健康监督部门作出三项提示

# 夏日游泳解暑 选泳池有讲究

本报讯(记者刘波)暑期来临,各个游泳场所逐渐进入经营高峰期,到游泳馆消暑纳凉的市民也逐渐增多。如何判断游泳场所是否符合卫生要求,水质状况是否达标?泳客在游泳过程中应该注意哪些方面?天津卫生健康监督部门为您支招。

## 扫码查看公示自检

目前,本市游泳场所在醒目位置均有全市统一的“天津市卫生监督信息公示栏”,对游泳场所的卫生许可证、卫生检测报告、卫生信誉度等级信息进行公示,扫描每家游泳场所特有的公示二维码,泳客还可以进一步了解游泳场所人员健康、卫生管理等具体信息。同时,为确保游泳池水质,游泳场所工作人员每天应按照国家规定频次或每2小时至4小时对泳池水质进行自检,自检结果要在醒目位置向游泳者进行公示,并注明检测时间。自检指标包括水温、pH值、游离

性余氯。

因此,市民选择游泳场馆时一是要查看卫生许可证、水质检测等各类公示信息,选择正规合法泳池进行锻炼消暑。

## 三步判断泳池水质

判断游泳池是否卫生合格,除了要注意以上公示信息和自检结果外,还要关注游泳场所内外环境是否整洁卫生,是否设置更衣室、淋浴室、卫生间、强制通过式浸脚池(脚部消毒)等设施。

市民可以通过三步大致判断泳池水质情况:一看,仔细观察池水颜色、清澈程度。如果水质浑浊有沉淀物或漂浮物太多,则不应下水,如果池水余氯含量正常,水质优良,池水呈现明亮的浅蓝色。二闻,正常的池水有淡淡的消毒水味道,如果有刺鼻难闻的味道,则可能是消毒剂超标。三感,经常游泳的市民会感觉到水质的“软”

“硬”,水质优良则感觉软,如果感觉硬、涩,甚至身上有瘙痒的感觉,水质可能较差。

## 文明入池健康游泳

了解自己的身体状况。游泳场所相关规范标准要求:禁止甲肝、戊肝、性病、传染性皮肤病、重症沙眼、急性结膜炎、中耳炎、肠道传染病患者及酗酒者等人群入池游泳。广大泳客应充分了解自身健康状况,明确禁忌要求,自觉遵守禁泳规定。

市民入池前,要先淋浴,后浸脚消毒。必须在淋浴区充分冲洗全身,冲掉皮肤汗液、皮屑以及护肤品等,穿好泳衣装备,规范通过浸脚消毒池,对脚部做彻底杀菌消毒,随后入池游泳。不要在泳池小便、吐痰、擤鼻涕。

市民最好自带浴巾、拖鞋等个人卫生用品,佩戴游泳镜、泳帽入池游泳,泳后及时冲洗全身,头部、脸部为重点清洗部位。

## 交警支招谨防车辆自燃 提前做好车检 遇险合理处置

本报讯(记者胡智伟)夏季气温高,不光人容易上火,车辆也很容易“上火”。交警河西支队交警张汝超提示,车主应该提前做好各项检查,万一发生意外,及时合理处置莫慌张。

据介绍,夏季气温高,车主应做到以下几点:定期检查电气、开关等插接头或连接头是否松动、脱落,当出现胶皮糊味或冒烟等异常现象时,千万不能大意;不要随意改装汽车,非专业的改装容易引发线路老化、过载、接触不良或磨损“搭铁”等问题,“搭铁”处会产生大量热能,造成火灾隐患;车内不要放置易燃易爆物品,打火机、香水、充电宝等受热容易膨胀爆炸,如果车内放置这些物品,就要避免将车停放在太阳直射的位置;车内自备轻便未过期的灭火器,并学会使用灭火器。

## 交警提示

一旦车辆行驶中如冒出火苗或黑烟时,立即靠边停车熄火,在保障自身安全的前提下,拨打报警电话等待救援。在利用车载灭火器或其他灭火设备做初期扑救时,灭火器打开前盖时应先开小缝,等氧气进入一会儿,再慢慢全部打开。如果是新能源汽车起火,应及时断电,关闭车上所有用电设备,拨打火警电话。如果是车辆线路起火,车上配备的灭火装置基本就能保证线路绝缘。一旦锂电池起火,应迅速远离车辆,需要注意的是不要站在下风口,锂电池起火燃烧后会产生大量有毒物质。由于新能源车电池易发生复燃现象,即便火势扑灭后,建议车主不要返回车内,以免发生二次伤害。

## 烈日高温多留神 莫把孩子留车内

本报讯(记者刘波)炎炎夏日,封闭的汽车车厢内的温度会超过50℃。如果孩子被独自锁在车内,短时间就可能危及生命。市应急管理局提示,夏天天气高,一定要照看好自己的孩子,切勿粗心大意或抱有侥幸心理,将孩子单独滞留车内。

避免孩子被困车内,要养成下车后查看后座、检查重要物品的习惯。不要贴过于暗的车膜,浅色的车膜有助于自己和他人发现被忘在车里的孩子。上车后,可以把钱包、手机、背包等重要物品放在孩子的座位旁,避免粗心将孩子遗忘在车内。可配备一个蓝牙防丢器,放在孩子的衣服口袋里。车内准备儿童哨子、小喇叭等发声玩具,让孩子在紧急时能吹哨子求救。教给孩子相关知识和危险提醒,让孩子不要随便进入车内玩耍。

## 滨海三条公交调线

本报讯(记者庄媛)记者从滨海新区公交集团了解到,受河北西路(永兴道至宝山路)断交施工影响,为保证线路正常运营,即日起,公交113路、122路、937路调整部分行经道路,请市民乘车注意线路变化,以免耽误行程。

调整后,113路线路绕行新北公路、河北路。取消迎春里站;临时增设建阳养老院、胎正嘉合、宝山路站。122路线路绕行河北路。取消建阳养老院、迎春里站;临时增设胎正嘉合、宝山路站。937路线路绕行新北公路、河北路、宝山路。取消建阳养老院、迎春里站;临时增设胎正嘉合站。



## 爱心网约车 文明宣传员

近日,“然诺爱心志愿者车队”在北辰区佳荣里街新时代文明实践所揭牌。百余名网约车司机成为爱心志愿者,他们为佳荣里街的困难群众提供志愿服务,并在运营中展示天津司机文明有礼的精神风貌,做好“城市名片”,争做“争做文明有礼天津人”主题活动的践行者与传播者。

本报记者 高莹辉摄

## 市人民医院口腔科主治医师提示

# 孩子牙齿不齐 早发现早矫治

恒牙列期会出现严重的拥挤错位。比如反颌,又叫“兜齿儿”“地包天”,也需要积极的早期矫治。一般选择孩子能够配合治疗的3至5岁,或者上下前牙替换完成的8至11岁,早期矫治牙齿与颌骨不调。而6至8岁的孩子处于前牙替换阶段,建议咨询专业的口腔正畸医生,他们会根据牙齿的严重程度、家长是否有“地包天”等情况全面评判,给予最佳治疗建议。发现孩子下巴歪斜也应尽快就诊治疗,以阻止髁突发生位置改变和发育不对称。如未治疗,可能会导致下颌骨发育不对称和关节窝改变,时间久

了,面部的不对称也可能永久存在。但是小宝宝在张大口或大笑时也会出现下巴歪斜的情况是正常现象,因为现阶段婴儿的髁突(下颌关节头)和关节窝是平的,容易左右滑动,则无须过分焦虑。

此外,孩子的一些不良习惯,包括但不限于吮指、长期使用安抚奶嘴、吐舌、咬下唇、习惯性口呼吸等。如果无法通过教育、劝阻等方式自行戒除不良习惯,则需要正畸医生介入矫治,一般在4至6岁开始干预。在破除不良习惯的同时,引导牙齿与颌骨的正常发育。

本报讯(记者刘波)家长们都很重视孩子牙齿是否整齐,但一些家长认为孩子的牙齿要等换完牙后,再矫正。市人民医院口腔科主治医师章慧丰提示,这样很可能错过生长发育高峰期,错过了早期矫正的最佳时机,导致牙颌畸形持续发展。要早发现、早阻断,适度早期矫治,定期带乳牙期孩子做口腔检查,维护孩子口腔健康。

早期矫治是指在儿童早期生长发育阶段,一般指青春生长发育高峰期及之前,对已表现出来的牙颌畸形、畸形趋势及可导致牙颌畸形的病因进行预防、阻断和治疗。比如,如果乳牙因为严重龋坏等原因,在不该脱落时提前脱落或被拔除,而恒牙半年内又不会萌出时,为了避免间隙缩小、导致恒牙拥挤错位甚至阻生等,常需要尽早做类似于活动假牙式的间隙保持器,替恒牙“占座位”,否则