

五招,让蚊子不“爱”你



今年的蚊子似乎特别“刁钻”,专门在后半夜出来叮咬人!天气越来越炎热,蚊子也越来越嚣张,咬得人浑身痒痒,蚊香对它们似乎也不起作用了。记者特别采访了杭州市疾病预防控制中心健康教育专家和杭州市三医院沈宏主任医师,请他们传授与蚊子“斗法”的诀窍。

第一招:纱窗上刷药水

类型:出击术

推荐指数:★★★★★

由于与人类的多年“交战”,蚊子已有了一定的抗药性。因此,如今杀虫剂和蚊香中的毒性含量已比上世纪60年代增加了近70倍。所以,在家中应当尽量少使用这类灭蚊工具,而应采用纱窗蚊帐等防护措施。

早晨时,可将纱窗开一下,蚊子有趋光性,会从屋内飞出去的。还可以在纱窗、纱门上刷上一种灭蚊剂(杭州市疾病预防控制中心卫生服务部有供应,咨询热线:85176947),刷一次可维持2-3个月。它用乙醇作溶剂,乙醇挥发后,药就附在上面了,蚊子一碰就会死。不过,这种剂怕雨水和灰尘。雨水没办法,但灰尘积厚了只要用鸡毛掸子掸一下就行了。

另外,家庭中,凡易积水的容器(如易拉罐等)应该扔掉或倒置;养花、插花的家庭,花瓶中的水一定要1-2天换一次,这样可以在很大程度上减少蚊子“骚扰”。

第二招:吃点维生素B1

类型:防御术

推荐指数:★★★★★

夏天人们出汗多,汗液中含有大量氨基酸、乳酸及氨类化合物,蚊子对此非常敏感,一旦嗅到这些物质的气味就“食欲大增”。儿童新陈代谢旺盛,是蚊子青睐的对象;女性来例假时,分泌物产生变化,也更招蚊子。专家建议运动后最好赶快洗个澡,汗水少了,蚊子就叮得少。另外,维生素B1经代谢后通过汗液排出可发出特殊气味,是蚊子不喜欢的,所以,适量补充维生素B1也可起到驱蚊效果。

第三招:少用化妆品少吃甜食

类型:防御术

推荐指数:★★★★★

多数化妆品中都含有“诱蚊”成份,晚上睡前洗澡要少用浓香型香皂和沐浴液,否则会招来蚊子的青睐。可加入少量洗涤剂用的漂白水进行沐浴,这样漂白

水中的氯气味会在身上残留,令蚊子“不快”。

甜味食物和酒类饮料被人体水化吸收后产生化学反应,容易成为蚊子的“诱饵”。要不被蚊子咬,尽量少吃这些东西。

深颜色的衣服,对蚊子没有反光作用,易受蚊子叮咬,尤其是花脚蚊。所以,最好穿浅色的。

第四招:养驱蚊草

类型:出击术

推荐指数:★★★★★

研究发现,蚊子最不喜欢的是橘子皮、薄荷、薰衣草等散发出来的气味。所以,将橘子皮、薄荷、薰衣草等植物放在床周围或者房间里,这样,既防蚊又环保,还有利于清新空气。另外,某些具有浓郁香味或特殊气味的花草能使蚊子避而远之。如茉莉花香味浓郁,可杀菌驱蚊;杜鹃花有小毒,能驱走蚊虫。将这些花草摆放在阳台或门边也可起到驱蚊作用。此外,洗澡时,还可以在浴盆滴几滴花露水,或在床边喷洒花露水,在卧室中点一盏香薰炉,滴几滴薰衣草油。

不过,这种防蚊效果有限,维持时间也只有1-3个小时。

第五招:外出时点蚊香

类型:出击术

推荐指数:★★★★★

电蚊香灭蚊的原理是将杀虫剂除虫菊酯吸入纸片,利用热气蒸发出除虫菊酯,以杀灭室内蚊虫。但除虫菊酯有轻微毒性,是不得已才使出的招数。因此,应当在外出时使用电蚊香,并在充分通风后再回到家中。这招比较适合养不了花草的懒人。

为了止痒,不少人会在患处涂抹一些花露水。然而,这样不但不能减轻炎症,有时反而加重皮肤损伤。花露水虽然有清凉止痒的作用,但不具有治疗功效。尤其对于一些皮肤敏感的人,花露水里的薄荷、樟脑等成分非但不能改善局部的炎症,反而会产生产生过敏反应,导致接触性皮炎。但花露水中含有一种叫“伊默宁”的成分,它可使蚊虫丧失对人叮咬的意识,所以在电蚊香片上滴几滴花露水,也可以驱蚊。

文/见习记者 褚睿雅
通讯员 黄春燕
施水泉

新一代体外CRS

领跑杭城

妇科炎症治疗新技术

据世界卫生组织调查:全世界的87%的成年女性不同程度的感染过妇科炎症,较常见的妇科炎症有阴道炎、宫颈炎、盆腔炎、子宫内膜炎等,往往经久不愈,影响生活质量及夫妻生活,诱发身体其他疾病(表现为腰酸、腹痛、大便疼痛、乏力等),且严重干扰了正常工作。

选择新一代体外CRS的四大理由:

- 智能** 以定量监测的高频电极为核心技术,采用智能化控制,精准定位,并能实现远程自我技术会诊,代表了当今医疗发展最新方向。
- 强效** 产生远大于体内微波和体内射频的能量,强大的微波电流穿过人体,均匀地辐射,直达患处,热疗作用能组织纤维增生,药物更易扩散,组织的吸收及代谢更好,从而达到综合治疗炎症的目的。
- 快捷** 非介入方式,无需不接触人体敏感性的治疗部位,在治疗过程中几乎不干扰病人工作和生活,符合世界卫生组织(WHO)极力推广方向。

天目山医院妇科专家提醒:

1、如果您有以下情况,请及时到正规医院进行妇科检查:

- ◎ 外阴异常瘙痒
- ◎ 阴道异常流血
- ◎ 白带增多
- ◎ 月经紊乱
- ◎ 尿频、尿急
- ◎ 腰酸腿痛
- ◎ 白带异常
- ◎ 小腹疼痛
- ◎ 小便刺痛

2、专家建议女性朋友应定期进行健康体检。



杭州天目山医院 | 妇科
HANGZHOU TIAN MU SHAN HOSPITAL | GYNAECOLOGY

全年无假日专家门诊 / 私密夜门诊至21:00



专业治疗

- 宫颈病变
- 阴道炎
- 子宫内膜炎
- 盆腔炎
- 宫颈炎
- 尿道炎
- 膀胱炎
- 阴道炎

院址:杭州天目山路319号(古墩路口西湖广电中心对面) 49/K49/502/K502/213(夜间车)古墩路西溪路口站

89/526/K526/830/K102/348/K348/306/K306 天目山路古墩路口站

健康热线: 8512 9999 (0571)