

5月4日下午,贵州省黔西市新仁苗族乡六冲河东风库区附近发生载人游船侧翻事故。近年来,游船侧翻、相撞等意外事件屡有发生,所以大家在体验水上项目的同时,必须时刻保持警惕,确保自身安全。

乘船时要注意哪些事项?意外落水怎么办?

游船安全须知



乘船应注意的安全事项

- 禁止携带危险物品:乘船时,切勿携带危险物品或禁运物品上船。
- 选择正规船只:避免乘坐无证船、人货混装船,更不要乘坐超载船只。
- 恶劣天气谨慎出行:遇到大风大雨等恶劣天气,应尽量避免乘坐渡船或其他小型船只。
- 集体乘船听从指挥:上下船时有序排队,避免争先恐后导致落水、挤压、压伤或船舶倾斜翻沉。
- 避免聚集船侧:船靠、离码头或驶过风景区时,不要聚集在船的一侧,以防船倾斜翻沉。遇到紧急情况,要听从船上工作人员指挥,切勿自作

- 主张跳船。
- 熟悉逃生通道与救生衣位置:上船后,应留心通往甲板的最近通道和救生衣的摆放位置。
- 不随意挪动船上设备:船上的许多设备,特别是救生消防设施,直接影响船舶安全行驶,切勿随意挪动。
- 风浪中保持镇静:遇到风浪袭击时,不要慌乱,保持镇静,不要站起来或倾向船的一侧,应在船舱内分散坐好,以保持船的平衡。若水进入船内,要全力排水。

意外落水怎么办?

- 大声呼救:意外落水时,要抓住时机大声呼救,引起他人注意。
- 抓住漂浮物:尽量抓住水中的

- 漂浮物,利用浮力求生。
- 同船人员救助:同船人员可以使用救生设备进行救助,并及时请船员或救生员救助。
- 被救援时听从指挥:被救援时,不要惊慌地去抓抱救助者的手、腿、腰等部位,一定要听从救助者的指挥。

如何正确穿戴救生衣?

- 救生衣种类、样式较多,但基本颜色鲜艳,且局部采用可反光面料。穿着时,应将反光面向外,以便救援人员在远处就能发现。具体穿戴步骤如下:
- 系紧卡扣:将救生衣领口和腰间的卡扣系紧,如果是绳索,必要时要打死结,防止被波浪冲开。
- 系上固定带:救生衣后部有两

科普进行时

博物馆铜镜为何总展示背面?

赵晓军

“照花前后镜,花面交相映”。千百年来,镜子满足了人们映面饰容的日常需求。漫步博物馆,不少游客会有疑问:一面面铜镜为何“背对”观众?

铜镜的故事,要从新石器时代说起。先民俯身在水边整理鬓发,波光潋滟中映出模糊的面容。齐家文化出土最早的铜镜,纹饰较为简单,其功能主要是用于祭祀。商周时期,铜镜制作工艺有所进步,其用途也得到拓展,纹饰开始变得更加复杂。“黑漆古”抛光术的发明使铜镜表面达到光可鉴人的效果。该工艺以漆油为基础,混合石粉与天然胶制成涂料,经反复髹漆、阴干、打磨后形成黑亮保护层,兼具防腐与增光功能。到了唐代,铜镜磨制技术和工艺都达到高峰。

从汉代起,无论官府作坊还是民间市井,均存在专职“磨镜匠”。他们使用毛毡、磨镜砖等材料,通过刮刀修整镜面、磨镜药研磨、光亮剂抛光等步骤恢复铜镜光泽。

如今,博物馆铜镜的正面为何“难于一见”?这是因为铜镜正面经过精细打磨后较薄且易磨损,历经千年氧化早已斑驳,其打磨痕迹和氧化层成为历史信息载体,在现代文物修复中被禁止随意打磨,仅允许清除一些有害锈。

博物馆中展示的铜镜背面,通常饰有精美的浮雕、铭文、神兽纹样或吉祥图案,纹饰较厚或覆盖保护层,成了古人留给我们的“艺术日记”。这些纹饰是研究古代工艺、社会、文化的重要实物资料。可以说,古人把故事刻在背面供人观阅,正面则留给岁月默默诉说。

在古都洛阳,出土铜镜的数量已超过2000面,时代序列完整,题材广泛,种类丰富,其中不乏工艺精湛

的珍品。洛阳博物馆展陈的唐代金银平脱花鸟纹铜镜,可谓馆中珍藏。铜镜为八出葵花形,直径30.5厘米,重量2740克,镜的背面犹如一座微型花园:正中有一个半圆形钮钮,钮钮周围以两周银丝和银绳索纹间隔出两重纹饰,主体纹饰有金银片制成的覆瓣莲花、牡丹等各色花卉、飞蝶及衔绶的鸾凤。

在金银交相辉映下,这面铜镜时至今日依然流光溢彩,其奥秘就在于“金银平脱”工艺。即用金银薄片裁成纹样,粘贴于铜器漆面上,周边再用漆涂满,经研磨抛光再鍍花,成了富丽堂皇、精丽雅致的艺术品。它从最早出现于商代的金银箔贴花技术演变而来,后经历了较长时期的发展。到了唐代,工匠将“金银平脱”创造性地运用在铜镜之上。

为使纹饰更加华美生动,工匠还会用雕刀在金属饰片内部雕刻极细线条,这道工序被称为“游丝毛雕”。该工艺制作的铜镜极其耗时耗金,在唐代中后期就极少生产,使得这面精工细作又保存完整的金银平脱花鸟纹铜镜,更显弥足珍贵。

近年来,河南博物院推出仿古铜镜修复体验套装,观众可通过刮磨、上漆等步骤模拟文物修复过程。洛阳博物馆以馆藏金银平脱花鸟纹铜镜为原型设计的“朱颜镜”,提取古铜镜莲花、鸾凤等纹饰元素,采用粉金配色与现代镜面工艺,成功“圈粉”当下的年轻人。

镜映千年。铜镜曾躺在妆匣听过环佩叮咚,曾被打破重圆见证爱情坚贞,也曾悬于公堂剖开人心魍魉。最后,它铸成一片铜绿,却仍在博物馆的柔光中诉说历史,展现那历经千年不曾褪色的文化之光。

(作者系河南省洛阳市文物局局长)

生活提示

SHENG HUO TI SHI

近日,浙江杭州一女子整理衣柜后出现身体不适,到医院就诊后发现,竟是因肺部“发霉”引起的,这究竟是怎么回事?

换季整理衣物须警惕曲霉菌入肺

最近,杭州的沈女士趁着休息整理换季衣物。不料,整理完衣柜后,她竟病倒了,于是立即前往医院就诊。医生问诊得知,沈女士在整理时发现衣柜长霉斑,清理时未戴口罩。为确诊,医生为她进行了纤维支气管镜检查及肺泡灌洗液病原体检测,果然在气道壁上发现大量白色菌斑,经化验确认为曲霉菌。经抗真菌及综合支持治疗后,沈女士已康复出院。

曲霉菌是如何侵入肺部的?不慎吸入怎么办?

曲霉菌是一种被世界卫生组织列为I级致癌物质的真菌,其毒性是砒霜的66倍。它广泛存在于自然界,以枯死植物、动物排泄物及尸体为营养源。当人体免疫系统受损或免疫力较弱时,曲霉菌可能侵入肺部,引发肺曲霉病。肺曲霉病分为侵入性肺曲霉病

病、肺曲霉球、气管支气管曲霉病等类型,常见症状包括持续高热不退、咳嗽加重伴胸痛呼吸困难、痰液呈棕褐色或带血丝,以及鼻塞流脓涕等鼻窦炎症症状,严重时可导致呼吸衰竭甚至危及生命。

不慎吸入曲霉菌后,若出现突发咳嗽、呼吸困难等症状,应立即离开污染环境,站位变坐位且前倾身体,以打开呼吸道,增大肺容积。同时,使用腹式呼吸并缓解紧张情绪,及时用药并就医。有支气管哮喘病史者建议随身携带急救药物。

家中哪些地方易生霉菌?如何做好防护?

霉菌感染与环境有关,通风不良、潮湿的房间易滋生霉菌。墙角、窗台、浴室、厨房水池灶台、冰箱内部和密封条、洗衣机内部、空调,以及长时间

不用的书籍和地毯等都是霉菌滋生的重灾区。

为预防肺曲霉病,应做好以下防护措施:

及时清洁居家环境:居室应定期开窗换气或使用空调除湿功能降低湿度;定期晾晒被褥并勤打扫,及时清理发霉物品;布艺家具定期清洗并在阳光下暴晒;厨房应经常打开排风扇通风;浴室应避免晾晒衣物,并使用除霉专用喷雾剂。

清洁时佩戴防护用品:清除霉菌时应佩戴口罩、手套以防吸入或接触引发疾病,必要时可戴护目镜以防清洁剂溅入眼睛造成损伤。

避免囤积过多食物:发现食物发霉应及时扔掉。

提高自身免疫力:多

参加体育锻炼,保持充足睡眠,补充优质蛋白质以提高免疫力。

最后,提醒大家,在家收拾或大扫除后,如出现反复咳嗽、气喘等症状且常规治疗效果不佳,应尽早到医院就诊确定是否感染肺曲霉病,以免延误病情造成严重后果。

(综合国家应急广播、科普中国、健康杭州等)



我的健康我做主

5月6日,第27个“世界防治哮喘日”

哮喘患者不一定会“喘”

哮喘是最常见的慢性疾病,数据显示,全球约有2.6亿的哮喘患者,其中死亡病例约为43.6万例。在我国,20岁及以上人群的哮喘患病率为4.2%,约有4570万。

对于哮喘,不少人还停留在影视作品中“气促、呼吸困难”的表现上,认为哮喘就是呼吸不上来、气短、喘息,无喘息症状就不是哮喘。然而,这样理解并不准确。哮喘患者遇见冷空气及干燥空气等刺激时容易发作,典型的症状为反复发作性喘息,可伴有气促、胸闷或咳嗽。不过,临床上还存在许多不典型哮喘,如:咳嗽变异性哮喘,咳嗽是其唯一或主要临床表现;胸闷变异性哮喘,以胸闷作为唯一或主要症状;隐匿性哮喘,无典型哮喘症状,但长期存

在气道反应性增高。

专家介绍,约三分之一的慢性咳嗽患者实际患有咳嗽变异性哮喘,这类患者只咳不喘、干咳不断,常被误诊为感冒或慢性支气管炎,服用大量抗生素和止咳药后却不见好转,部分患者后期会发展为典型哮喘。而胸闷变异性哮喘是以胸闷作为唯一或主要症状,胸闷加之呼吸受阻,与慢阻肺症状相似,但又具有哮喘诊断特征。

专家强调,非典型哮喘潜在患者

数量大,有哮喘家族疾病史、慢性咳嗽大于8周且夜间加重的人群,以及不明原因胸闷的人群,都应引起重视,必要时应前往医院进行支气管激发试验或支气管舒张试验。

那么,什么情况下会触发哮喘呢?花粉、尘螨、动物皮毛、冷暖空气交替等都有可能成为诱因。因此,患者应在确诊后进行过敏原测试,并在日常生活中尽量规避。

至于如何防护,北京大学人民医院呼吸科主任医师马艳良认为,呼吸道防护至关重要。需防过敏、防感染,流感等因素也可能成为哮喘的诱发因素。北京朝阳医院呼吸与危重症医学科副主任医师姜纯国建议,患者应常备药物,特别是吸入药物,平时尽量保持身心放松稳定的状态。

(综合自光明网、中国网、中国经济网、《健康时报》)

公 告	公 告	公 告	公 告	公 告
2025年5月3日,我局执法人员根据群众举报,在成都市青白江区桂平大道四川豹仓供应链,查获利用白色塑料袋封装纸箱包装装运的卷烟:娇子(宽窄好运细支)40条、黄鹤楼(硬平安)16条,共计2个品种56条。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条之规定,请当事人于60日内前往我局接受调查处理,逾期未到我局将依法处理。电话:028-83668302地址:成都市青白江区新河路9号成都市青白江区烟草专卖局二〇二五年五月九日	2025年4月30日,我局执法人员接成都市青羊区烟草专卖局转交的群众举报,在成都市青白江区货运大道88号鑫玖玖物流,查获利用绿色编织袋纸箱包装装运的卷烟:黄山(金皖烟)100条。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条之规定,请当事人于60日内前往我局接受调查处理,逾期未到我局将依法处理。电话:028-83668302地址:成都市青白江区新河路9号成都市青白江区烟草专卖局二〇二五年五月九日	2025年4月29日,我局执法人员根据群众举报,在成都市青白江区桂平大道四川豹仓供应链,查获利用白色和灰色塑料袋封装纸箱包装装运的卷烟:南京(炫赫门)82条、中华(软)2条、南京(雨花石)2条等,共计11个品种128条。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条之规定,请当事人于60日内前往我局接受调查处理,逾期未到我局将依法处理。电话:028-83668302地址:成都市青白江区新河路9号成都市青白江区烟草专卖局二〇二五年五月九日	2025年5月2日,我局执法人员根据群众举报,在成都市青白江区桂平大道四川豹仓供应链,查获利用白色塑料袋封装纸箱包装装运的卷烟:钻石(荷花)43条、中华(双中支)9条、贵烟(跨越)2条,共计11个品种75条。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条之规定,请当事人于60日内前往我局接受调查处理,逾期未到我局将依法处理。电话:028-83668302地址:成都市青白江区新河路9号成都市青白江区烟草专卖局二〇二五年五月九日	2025年5月2日,我局执法人员根据群众举报,在成都市青白江区桂平大道四川豹仓供应链,查获利用白色塑料袋封装纸箱包装装运的卷烟:南京(炫赫门)38条、中华(软)5条、七匹狼(纯境)8条等,共计9个品种71条。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条之规定,请当事人于60日内前往我局接受调查处理,逾期未到我局将依法处理。电话:028-83668302地址:成都市青白江区新河路9号成都市青白江区烟草专卖局二〇二五年五月九日

科学辟谣

SCIENCE FACTS

停戴OK镜之后,近视度数会报复性反弹?

真相:没有依据

这种说法没有科学依据。OK镜,学名角膜塑形镜,是一种根据角膜形态特殊设计的高透氧性硬性角膜接触镜。它采用特殊的反几何设计以及独特的夜间佩戴方式,通过对角膜产生机械压力和负压吸引作用,能使角膜形态发生合理的重新塑形,暂时性地降低患者近视度数,使得佩戴者能够在白天拥有良好的裸眼视力。而且,佩戴OK镜可形成周边近视性离焦,进而减缓眼轴的增长,在一定程度控制近视的进展。

停戴角膜塑形镜后,角膜会逐渐恢复至戴前状态,近视度数也会基本回到戴前状态,但并不会出现“报复性”反弹,即不会大幅度加深戴前度数。需要注意的是,部分患者可能会出现散光度数增加。

作者:刘刚 山东大学齐鲁医院青岛院区眼科副主任医师
审核:曹秀明 浙大二院眼科中心副主任

科学辟谣平台(本报合作平台)

本版图片来自网络,请图片作者与本报联系,以付稿酬。