

# 枫叶还未红透就要冬天了?

## 专家:立冬不等于入冬,长沙往年入冬在11月底至12月初

长沙晚报11月5日讯(全媒体记者 舒元臻 通讯员 吴瑕)细雨寒未霜,庭前木叶半青黄。11月7日(本周四)将迎来二十四节气中的第十九个节气——立冬。秋意尚且不浓,叶未黄,枫叶也没红透,长沙就要这样入冬了?

### 往年入冬 在11月底至12月初

立冬不等于入冬。“长沙往年入冬的时间在11月底至12月初(11月28日至12月1日)。”长沙市气象台副台长、首席预报员陈婷5日接受记者采访时表示,气象上立冬的标准是连续5天日平均气温稳定在10℃以下,且之后不再大于10℃,而气象意义上的冬季为12月至次年2月,它是基于气温的连续变化来界定季节的更替。

记者了解到,今年9月世界气象组织预测“拉尼娜”准备“返场”,那么今年冬天长沙

会冷吗?“国家气候中心预测,今年冬季平均气温接近常年。”陈婷说,冬季是全年气温最低的一个季节,常出现寒潮大风、低温、雨雪、冰冻等天气气候事件。

记者查阅资料了解到,“拉尼娜”是指赤道中太平洋大范围海表温度持续异常偏低,也就是连续6个月较常年偏低0.5℃的现象,与“厄尔尼诺”现象相反,“拉尼娜”对全球气候有相对短暂的降温效应,但“拉尼娜”其实并不意味着冷冬。

### 要再等等 枫叶红透尚需时日

停车坐爱枫林晚,霜叶红于二月花。立冬在即,秋风轻轻掠过,抬头一看,长沙的秋叶却还没有变红或者变黄。记者走访发现,长沙还没有呈现落叶铺成诗行的浪漫诗意,甚至一些树木在暖阳中绿意之美堪比盛夏时节。

记者了解到,树叶变色除与树种等因素有关外,温度也是最主要的影响因素之一。记者从气象部门了解到,当连续5日滑动日平均气温降至14℃以下,日最低气温降至4℃以下,红枫树种进入变色初期。

### 未来三天 全省以晴间多云为主

气象部门提醒,有湘西出行计划的市民朋友,需关注6日清晨湘西局地大雾的不利影响。当前早晚气温偏低,心脑血管病患者需做好防护措施,适当增加衣服,在饮食上应尽量避免辛辣食物及烟酒,多吃滋阴润燥食物,清淡饮食。

当最低气温降至0℃及以下,出现明显霜冻后,红枫树种会迅速进入最佳观赏期。此外,降水也对树叶变色有影响,比如降水充沛会导致绿叶变红延缓。

根据市气象台5日发布的最新天气预报,预计未来一周,长沙雨日雨量偏少。其中,6日,长沙晴天,气温11℃至24℃;7日至8日,受高空波动影响,云系增多,长沙部分时段有分散小雨;9日至12日,受偏北气流控制,长沙多云或晴天。很显然,要等枫叶红透,“金色地毯”铺满小径尚需时日。

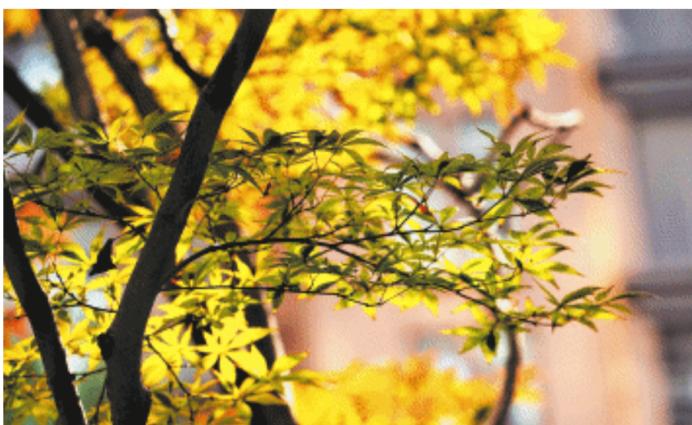
居住在开福区四方坪商贸市场的廖女士发信息告诉记者:“我也非常喜欢共享单车,但是那个安全头盔的味道确实难闻,我有时选择自带小型垃圾袋套在头上,骑行后仍可使用垃圾袋,环保耐用。如果发现头盔脏污严重,我就会果断选择更换其他车辆。”

“确实是头盔系带的问题,我们平时会随身带着纸巾和酒精出门,头盔我会先用酒精喷一下。在系带和脸部接触的时候垫一下,这样感觉会安心一点。”市民刘女士表示。

“我之前看到有些共享单车前面安装了一个车筐盖,这样头盔放置环境更加封闭,能够有效避免风雨及道路扬尘对头盔的侵蚀。”市民张先生提出建议。

“针对头盔有异味的现象,我们已经通知相关企业进行整改。如果发现头盔有破损或者松动、异味重的情况,我们要求运营企业进行更换处理。”11月4日下午,晚报帮帮团记者联系到长沙市开福区城市管理和综合执法局,该局相关负责人表示,从今年开始,各运营企业已将头盔设计升级为斜插式,这种设计有助于快速流出污染物,在一定程度上实现物理除味。同时,该局已与各运营企业进行了沟通,要求运营企业加大清洗、清洁频次,以解决骑行者的顾虑,深入推进“一盔一带”安全守护,助力长沙文明出行。

怎么样让头盔更加干净整洁?如果您也有好建议,“金点子”,欢迎致电长沙晚报热线电话82220000或在长沙晚报全媒体群众工作平台留言告诉我们。



还未红透的枫叶。长沙晚报全媒体记者舒元臻11月5日摄于长沙岳麓山

# 去除头盔异味,期待您的“金点子”

长沙晚报11月5日讯(全媒体记者 何乐 实习生 廖叶婷)11月4日,长沙晚报推出报道《共享单车头盔有异味,骑行者出“奇招”》,引起不少骑行者和网友共鸣,有网友向长沙晚报全媒体群众工作平台留言,提出自己的看法、建议。

市民易女士说:“我在骑行前会自备湿纸巾、消毒湿巾或一次性手套等清洁工具。当发现头盔脏污时,会立即使用湿纸巾或消毒湿巾对头盔表面进行擦拭,特别是与头部接触的内衬部分,更是重点清洁对象。这种即时的清洁措施,能够有效去除头盔表面的污渍和细菌,减少臭味来源。”她还表示,之前购买过一次性的头套或者塑料袋套,在头上再戴上“隐形安全帽”,虽然骑行前后造型奇怪,但确实直接避免了头发与安全帽的接触,减少污渍和细菌、臭味来源。

居住在开福区四方坪商贸市场的廖女士发信息告诉记者:“我也非常喜欢共享单车,但是那个安全头盔的味道确实难闻,我有时选择自带小型垃圾袋套在头上,骑行后仍可使用垃圾袋,环保耐用。如果发现头盔脏污严重,我就会果断选择更换其他车辆。”

“确实是头盔系带的问题,我们平时会随身带着纸巾和酒精出门,头盔我会先用酒精喷一下。在系带和脸部接触的时候垫一下,这样感觉会安心一点。”市民刘女士表示。

“我之前看到有些共享单车前面安装了一个车筐盖,这样头盔放置环境更加封闭,能够有效避免风雨及道路扬尘对头盔的侵蚀。”市民张先生提出建议。

“针对头盔有异味的现象,我们已经通知相关企业进行整改。如果发现头盔有破损或者松动、异味重的情况,我们要求运营企业进行更换处理。”11月4日下午,晚报帮帮团记者联系到长沙市开福区城市管理和综合执法局,该局相关负责人表示,从今年开始,各运营企业已将头盔设计升级为斜插式,这种设计有助于快速流出污染物,在一定程度上实现物理除味。同时,该局已与各运营企业进行了沟通,要求运营企业加大清洗、清洁频次,以解决骑行者的顾虑,深入推进“一盔一带”安全守护,助力长沙文明出行。

怎么样让头盔更加干净整洁?如果您也有好建议,“金点子”,欢迎致电长沙晚报热线电话82220000或在长沙晚报全媒体群众工作平台留言告诉我们。

### 《共享单车头盔有异味,骑行者出“奇招”》后续



三湘名医在线

## 健康

责编/徐媛 美编/何朝霞 校对/符卓葵

# 孕妇吃下冰箱剩菜,导致新生儿宝宝败血症

## 专家提醒:预防李斯特菌感染,主要是注意饮食卫生,防止病从口入

长沙晚报全媒体记者 杨云龙 通讯员 肖剑 郭娟

许多人喜欢把吃不完的水果、蔬菜、剩饭、剩菜等食品放进冰箱,认为这样“保鲜又降温”。殊不知,冰箱并不是食物的“保险柜”,有些嗜冷的细菌会在食物中隐藏,给身体健康带来隐患。记者从湖南省妇幼保健院获悉,前段时间,孕妇小芸(化名)因吃了冰箱里的凉拌菜出现腹泻、高热而被送到急诊科,导致宝宝一出生就出现败血症。专家团队抽丝剥茧,查明病因,竟是“冰箱杀手”——李斯特菌惹的祸。

### 通|话|急|救|故|事

#### 宝宝一出生就患上败血症,起因竟是孕妈吃了冰箱剩菜

“医生,医生,快来看看,我老婆怀着孩子,突然腹泻,还发烧……”近日,湖南省妇幼保健院急诊科来了一对年轻夫妇,看见忙碌的医护人员,丈夫彭先生急切地大声道。

急诊医生仔细检查后,发现孕妇小芸(化名)不仅腹泻,还高热39℃至40℃。小芸说,自己没受凉,没与感冒患者接触,一直都是好端端的,这次腹泻、发烧来得有点莫名其妙。

急诊医生细致地询问小芸最近的饮食情况。小芸无意间说起,自己一天前吃了一份冰箱里的隔夜凉拌菜。这句话顿时引起了医生的警惕,立即将小芸收治住院。经过一番对症治疗,小芸情况稳定了。

半个月后,小芸的宝宝出生了,但精神萎靡,且病情迅速加重,立即被转入新生儿重症监护室。经系列检查,小芸的宝宝被诊断为:新生儿败血症、DIC(弥散性血管内凝血)、感染性休克。经过医护人员全力抢救,数日后宝宝总算脱离危险。

究竟是什么原因导致刚出生的宝宝就出现败血症?几天后,血培养结果出来了,原来是一种叫李斯特菌的细菌导致了新生儿

败血症。“小芸半月前那次腹泻、发热,正是食用冰箱内存放的凉拌菜感染了李斯特菌,细菌又穿过胎盘屏障行感染胎儿,导致新生儿败血症。”湖南省妇幼保健院产三科主任、主任医师唐雅兵说。



### “冰箱杀手”爱攻击免疫力低的人群

李斯特菌是一种革兰阳性、兼性厌氧杆菌,是食源性致病菌之一,人感染李斯特菌引起的疾病称为李斯特菌病。该疾病的发病率低,但住院率和死亡率较高,是危害严重的食源性疾病之一。

李斯特菌广泛存在于自然界,在土壤、动物性食品、蔬菜、水果、水体和动物粪便中都能找到它。由于它具有不怕冷的特点,冰箱成了它适宜的温床,它能在冰箱冷藏室内长时间生长繁殖,在-18℃的冷冻室中也能存活一年,是冷藏食品威胁人类健康的主要病原体之一,素有“冰箱杀手”的外号。

李斯特菌通常被认为是一种“欺软怕硬”的细菌,它是否会引起人体感染,取决于个体的年龄与免疫状况。一般而言,免疫功能正常的人吃了被李斯特菌污染的食物不会导致严重的后果,有的人甚至没有症状,或只有轻微的流感样症状或胃肠道症状,表现为发热、寒战、

肌肉痛伴恶心、呕吐和腹泻,通常在5至10天后消退;少部分人会出现严重并发症,如脑膜炎、败血症等。但对于新生儿、孕妇、老年人、免疫功能缺陷者等免疫力低下的人群而言,它的杀伤力很强。

对于孕妇来说,李斯特菌感染早期大多无明显症状或者有流涕样症状,如发热、头痛、腹泻、肌肉酸痛或者其他消化道症状,病情加重可发展为败血症,出现高热、呼吸困难、多脏器衰竭、休克等;李斯特菌还会通过胎盘或产道传染胎儿或新生儿,导致胎儿出现胎心异常、胎动异常,导致新生儿呼吸窘迫、败血症,甚至危及新生儿生命。

有关研究表明,孕早期感染李斯特菌,65%的孕妇可发生流产;孕中晚期感染李斯特菌,26%的孕妇会发生死胎、流产。“被李斯特菌感染的新生儿预后极差,病死率很高。”唐雅兵表示。

### 注意饮食卫生,防止病从口入

“冰箱卫生安全一定要注意。”唐雅兵提醒,预防李斯特菌感染,主要是注意饮食卫生,防止病从口入。

**入口食物要熟透。**李斯特菌虽然不怕冷,但它怕热,巴氏灭菌、烧熟烧透等办法就可以对付它。因此,食物在食用前应彻底加热至适当的温度,70℃加热5分钟就可以消灭李斯特菌;冰箱里冷藏过的熟食,再次食用前也要彻底加热。

**远离高风险食物。**孕妇应避免食用未经巴氏消毒的奶制品、生奶酪、机打冰激凌等;生的或未煮熟的肉类和海鲜、生蛋或半熟的蛋制品等。

**生食瓜果蔬菜前要先彻底洗净。**吃水果和生的蔬菜前,在流动的自来水中充分清洗。

**合理贮存。**严格遵守食物标签上的贮藏时间和贮藏条件;以免细菌大量繁殖;没有密封包装的食物,用食品保鲜袋或保鲜盒封装好放入冰箱;放在冰箱里的食物或容器间要留出空隙,有利于冷空气流通,确保温度达标。

**生熟食分开储存。**熟食、酸奶、甜点等存放不宜温度太低,可用保鲜膜包好放在冰箱上层靠门的位置;剩饭剩菜容易滋生细菌,放在上层靠后壁的位置,那里温度相对较低;蔬菜、水果等放在下层靠门的位置,以免冻坏以及交叉感染细菌;豆腐、海带、等待冷冻的食物等,可包好放在下层靠后壁的位置;生肉及海产品,不要反复解冻,在放入冷冻层之前最好先切成几份,每次按份拿取。此外,避免食物在冰箱中交叉污染,冷藏食物应尽快食用。

**手、刀和砧板接触生食后要清洗。**生熟食品和处理生食的砧板、刀具分开存放,避免交叉污染;加工生食后要洗手。

**定期清洗或消毒冰箱。**定期清洁、消毒冰箱,不仅可以防止李斯特菌,对消灭沙门氏菌等其他菌群均有效。建议冰箱至少每个月要清洗、消毒一次,冰箱里的食物也要及时清理,存放过久的食物最好不要食用。

