



确诊超13万例！菲律宾多地宣布“进入灾难状态”

# 让人“蚊”风丧胆的登革热

## 通过蚊子传播的登革热

登革热是由登革病毒引起的一种急性传染病，它主要通过蚊子叮咬传播给人类，这种疾病在全球热带及亚热带地区广泛流行，特别是在亚洲、非洲、中南美洲和加勒比地区。每年都会有一千万至两千万的人感染，是全球传播最广泛的虫媒传染病之一。

感染登革病毒一般在3~14天，多数为5~8天后发病。有一部分人感染登革病毒后并不发病，但病毒在人的血液中存在，同样能通过伊蚊将病毒传给其他人。除了登革热，蚊子叮咬传播的疾病还有乙脑、疟疾、黄热病、丝虫病、寨卡病毒病和基孔肯雅热等。对于感染登革热病人来说，尽早识别尤为重要，因为这病初期，太容易和感冒搞混了。

登革病毒有四种不同的血清型，分别为1、2、3和4型，四种血清型均可感染人，其中2型重症率及病死率均高于其他型。登革病毒感染后，人体可对同血清型病毒产生持久免疫力，但对不同血清型的病毒不能形成有效保护，若再次感染不同血清型的病毒，机体可能发生免疫反应，从而导致严重的临床表现。

世界卫生组织指出，登革热发病率近几十年在全球大幅度上升，其中美洲、东南亚和西太平洋区域受影响最为严重。促使登革热加速蔓延的因素有很多，包括城市化、人口和物资快速流动、适宜的气候条件以及缺乏专业医护人员等。

## 感染后有这些症状

感染登革热后，症状的严重程度因个体而异，大多数患者症状轻微或没有症状，登革热症状包括突然发热、头痛、眼眶痛、肌肉和关节痛(俗称“三痛一热”)，以及皮疹等，严重时可能发展为登革出血热或登革休克综合征。

■发热 高热是登革热的主要症状之一。发热可能突然发生，并持续3到7天左右。体温可达到39~40摄氏度。

■全身疼痛 感染登革热后，患者常常会感到较剧烈的头痛，这种头痛往往集中在眼眶、额部和太阳穴区域。还可能引起较剧烈的骨痛和关节痛和全身痛，患者可能因为剧烈疼痛难以行走。

■皮疹 登革热通常伴有皮疹。皮疹可以在发热初期出现，也可能出现在发热后几天。它通常开始在躯干和胸部，然后扩散到四肢。

■出血 在少数情况下，登革热可能导致出血症状。这包括鼻出血、牙龈出血、消化道出血、皮下瘀斑和尿液中的出血等。

此外，登革热还可能导致其他一些症状，如恶心、呕吐、腹痛、眼球痛、淋巴结肿大和乏力等。值得注意的是，我们目前尚无登革热的疫苗和特效药，及时就医，早诊断、早对症治疗可减少疾病加重的风险。

## 如何有效预防和应对

登革热主要通过伊蚊(花斑蚊)叮咬在人群中传播，人与人之间不会直接传播，所以不被叮咬就不会得登革热。虽然典型登革热致死率低于1%，但如果不及时治疗，拖成重症，致死率超过20%。

应对登革热这种经蚊媒传播的传染病，首要一点自然是做好防蚊措施。世卫组织建议，睡觉时最好使用蚊帐，还应用纱窗等方式防止蚊子进入室内。尽可能别让皮肤暴露在外，穿浅色、长袖、宽松的衣裤，质地紧密的面料最为理想。因为蚊子更容易被蓝色、绿色、黑色等深色吸引，紧身且面料稀疏的衣物仍然让蚊子有可乘之机。

当前正值东南亚雨季，积水几乎不可避免。有些蚊卵能在无水的情况下存活长达一年，少量积水足以让蚊卵发育成幼蚊。因此清理积水，从源头防控格外重要。世卫组织建议，要将水桶、花盆或者汽车轮胎等可能蓄水(即使是少量水)的容器排空，使其保持清洁或加以遮盖，让蚊子无处滋生。

世卫组织还建议，在皮肤或衣物上使用驱蚊剂，驱蚊剂中应含有“避蚊胺”成分。按照产品说明使用驱蚊剂，这样做对孕妇和胎儿来说也是安全的。可根据户外停留时间的长短，选择不同避蚊胺浓度的驱蚊产品。使用避蚊胺浓度为30%的驱蚊液后，有效驱蚊时间可达6小时。

## 出境游玩，要注意这三点

根据世界卫生组织(WHO)发布的数据，2024年全球登革热疫情的主要流行地区包括泰国、印度、菲律宾、越南、巴西和墨西哥等国。如果你计划去这些国家游玩，建议你做到以下三点：

■出发前 在出发前，应该了解目的地的疫情情况，尽量避免前往疫区旅行。此外，还应该准备足够的驱蚊剂和防蚊用品，如长袖衣物、长裤和帽子。

■旅行期间 在旅行期间，应该避免在蚊子活跃的时间外出，特别是在黎明和黄昏时分。如果必须外出，应该穿着长袖衣物和长裤，并涂抹驱蚊剂。除了个人防护措施外，还应该积极清除落脚的酒店或民宿中蚊子的孳生地，如雨水桶、水养植物、花盆托盘等。

■归来后 在旅行结束后15天内，如出现发热、皮肤潮红、肌肉、骨骼疼痛等症状，应尽早就医，并向医生说明旅行史及同行人员健康状况。已确诊登革热的患者，要积极配合医院做好住院隔离治疗，积极预防重症病情发生。 据央视

# 为什么总是莫名其妙出现淤青？重庆好多女生都在问

最近，重庆女网友“婷婷笑而嫣然”在网络平台发帖：身上总是莫名其妙出现各种各样的淤青，但就是想不起来是怎么磕到撞到的。有不少同城网友感同身受，纷纷留言称自己也有“同款”：“我的小腿上就有一个青，但就是想不起来什么时候撞的。”“我也是这样，医生说是皮肤太薄。”……身上莫名其妙出现淤青，这到底是咋回事呢？

专家表示，淤青的出现与很多因素有关，比如外力的磕碰、本身皮肤厚度薄、激素情况等。女生比男生身上的淤青多，最主要的原因是女性皮肤更薄，同样程度的磕碰，女生的毛细血管相对于男生来说就更容易破裂，渗出的血液在到达皮下时也会更加明显，从而形成淤青。而男性由于分泌雄性激素更多，皮肤厚度会比女性厚上许多，可以更好地保护毛细血管免于受损，也就不容易出现淤青。其次，雌激素作为血管扩张剂可以引起毛细血管扩张，也会在在一定程度上阻止毛细血管在破裂之后的修复，同时还会对血小板的聚集产生一定的抑制作用。这就会使毛细血管在被修复流出更多的血，还会导致女生伤口相较男性愈合得比较慢，淤青消散所需要的时间也比男生长。

如何让淤青尽快消退呢？一般情况下，一到两周淤青就会消退。但如果想让淤青更快恢复的话，其实也有一些简单有用的方法。首先就是冰敷，在淤青出现48h以内，可以将毛巾在凉水中浸泡一会儿然后敷在受伤的地方，可以有效减少伤口的出血量，淤青程度就会大大减轻。在48小时之后就可以采用热敷的方法，热敷患处可以促进血液循环，消除淤血。可以用热水袋或热毛巾热敷患处，有助于消散淤青。但是热敷时温度不宜太高或是时间太长，否则容易导致烫伤皮肤。其次是在刚碰到时，可以将受伤部位尽可能抬高到心脏以上的高度，在一定程度上可以减少毛细血管出血。

新重庆-重庆晚报

13018333716  
15023163856  
023-65909440

结婚启事  
新郎徐浩然与新娘何瑾瑜  
于农历八月廿八日(公历2024年9月10日)  
正式结为夫妇。  
特此公告，敬告亲友，亦作留念。

中安城公安充电桩治理项目结果公示  
中安城公安充电桩治理项目结果公示，第一候选人：重庆安城建设工程有限公司(9189042)，第二候选人：重庆安城建设工程有限公司，第三候选人：重庆安城建设工程有限公司。拟中选人为重庆安城建设工程有限公司。工商注册号：91500227MA5YQZL02U

公告  
重庆安城建设工程有限公司(9189042)于2024年11月12日10时左右，张余余在重庆安城建设工程有限公司承建的渝北区人和镇小学项目上发生一起安全事故，造成人员伤亡。经调查，事故原因为：施工人员未按照安全技术交底要求进行施工，导致事故发生。现公司已对事故原因进行了详细调查，并采取了整改措施。特此公告。

重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10001号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10002号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

办理结算通知  
重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10003号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

公告  
重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10004号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

公告  
重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10005号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

刊登  
热线  
13018333716  
15023163856  
023-65909440

结婚启事  
新郎徐浩然与新娘何瑾瑜  
于农历八月廿八日(公历2024年9月10日)  
正式结为夫妇。  
特此公告，敬告亲友，亦作留念。

中安城公安充电桩治理项目结果公示  
中安城公安充电桩治理项目结果公示，第一候选人：重庆安城建设工程有限公司(9189042)，第二候选人：重庆安城建设工程有限公司，第三候选人：重庆安城建设工程有限公司。拟中选人为重庆安城建设工程有限公司。工商注册号：91500227MA5YQZL02U

公告  
重庆安城建设工程有限公司(9189042)于2024年11月12日10时左右，张余余在重庆安城建设工程有限公司承建的渝北区人和镇小学项目上发生一起安全事故，造成人员伤亡。经调查，事故原因为：施工人员未按照安全技术交底要求进行施工，导致事故发生。现公司已对事故原因进行了详细调查，并采取了整改措施。特此公告。

重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10001号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10002号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

办理结算通知  
重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10003号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

公告  
重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10004号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。

公告  
重庆市长寿区民政局关于向重庆市长寿区  
教育局申请送达行政处罚决定书公告  
重庆市长寿区民政局于2024年9月10日，向重庆市长寿区教育局送达行政处罚决定书，决定书编号为：渝长寿民政行罚决字〔2024〕10005号。决定书主要内容为：对教育局在2023年度未成年人保护工作中存在的违法违规行为进行处罚。决定书自送达之日起生效。特此公告。