

文化 & 旅游

青玉峡中月牙湖

青玉峡月牙湖坐落在绛县沸泉沟内,占地100余亩。

恰如一弯月牙,静静地躺在那里。

舟行碧波上,人在湖中游。一阵凉爽的微风吹来,身心也随之舒展开来,浮躁的心顿时安静下来,放下世间一切的烦恼和忧愁,一心只观湖水。

水清如月,月映湖水。薄云是凝固的月光,湖水是流动的月光,白雾是弥漫的月光。月牙湖的风景与月结合起来,就充满了灵性和诗意。不信你看,九龙入湖是捞月的,龙岩山古堡是锁月的,沸水涟漪是挂月的,紫云寺是望月的,龙岩洞是觅月的,沸泉源头是映月的……

一弯轻舟,悠然荡过湖光山色。

倚托一湖碧水,让暂时疲惫的灵魂

回归大自然温暖的怀抱。

迎面吹拂的风里带着春天的气息,并把湿润的花香挂在我们的睫毛上。

桨影被一波一波的碧水淹没,小舟一点一点划向梦中的彼岸。

舟子无言,桨声依旧,而群山如潜龙栖水,让那一片苍翠在烟云里若隐若现。

慢慢地欣赏和享受月牙湖这如诗如梦的风景,一切语言和文字都是多余的,渐渐地心中一片空明,感觉就如“浩浩乎如冯虚御风,而不知其所止;飘飘乎如遗世独立,羽化而登仙”。恍惚间,游人觉得自己也化成了一缕如银的月光和一片明静的湖水。

多想在这一汪湖水中醉死,永不醒来。



手足口病高发季来临 我们应如何预防



春季来临,气温回升,即将进入手足口病高发季节,学校和托幼机构等人员密集场所发生聚集性疫情的风险升高。温馨提示,家长和老师要多关注孩子手、足、口等部位的症状表现,发现异常应及时就诊。

1.什么是手足口病?

手足口病是由多种肠道病毒引起的5岁及以下儿童常见急性传染性疾病。全年均可发病,4-7月为春夏季高峰,9-11月为秋季高峰。主要致病血清型包括柯萨奇病毒A组4~7、9、10、16型(CVA4~7、9、10、16)和B组1~3、5型(CVB1~3、5),埃可病毒的部分血清型和肠道病毒A-71型(EV-A71)等。既往以EV-A71和CVA16为主,目前CVA6已成为继CVA16、EV-A71之后的又一个主要常见病原。感染CVA6与感染传统病毒引起的手足口病皮疹表现不同,部分患者皮损累及范围较大。EV-A71仍是引起手足病重症和死亡的主要病原。

2.手足口病有哪些症状?

从感染到出现症状约为2-10天,平均3-5天。临床表现多以发热,口腔粘膜出现疱疹,手、足和臀部出现斑丘疹、疱疹为主,可伴有咳嗽、流涕、食欲不振等症状。患儿通常病情症状较轻,呈自限性,一般预后良好,7-10天病程后可完全康复。少数重症患儿的病情会快速恶化,出现神经系统并发症和多器官衰竭,严重者可导致死亡。感染CVA6、CVA10的少部分患者在病后2~4周可能会出现脱甲症状。



3.手足口病是如何传播的?

患者和隐性感染者为手足口病传染源,隐性感染比例较大。患者发病前具有传染性,通常以发病后1周内传染性最强。

传播途径多样且容易实现,主要的传播方式为密切接触传播,通过直接接触病人的粪便、疱疹液、鼻咽分泌物、唾液及接触被污染的手、毛巾、手绢、牙杯、玩具、餐具、奶瓶、床上用品等物品或环境而感染;还可通过呼吸道飞沫传播,如咳嗽、打喷嚏等;饮用或食入被病毒污染的水和食物亦可感染。



4.如何预防手足口病?

- 减少聚集。人群聚集、接触频繁,容易传播手足口病,建议手足口病流行期间尽量不要带孩子到人群聚集、空气流通差的公共场所。
- 环境通风。密闭公共场所和居室要经常通风,保持空气流通。
- 清洁消毒。门把手、台面等接触频繁的部位、日常用品和儿童玩具定期清洁和消毒;奶具、餐具等要煮沸消毒;衣物、被褥经常在太阳下晾晒或用紫外线灯照射消毒。



4.如何预防手足口病?

- 避免接触患儿。尽量不要与患儿拥抱、分享玩具、共用餐具和洗浴用品等,防止交叉感染。
- 保持手卫生。良好的手卫生是预防手足口病的有效措施。儿童在触摸公共物品后、外出游玩回家后、进食前、如厕后,以及家长和看护人在回家后、加工食品前、更换尿布或处理被粪便污染的物品后,应用七步洗手法清洁双手。平常可用肥皂水或洗手液洗手,接触病人及污染物后应选择合适浓度的含氯消毒剂洗手。



·健康你我他·

绛县疾控中心 宣