

外出回家，要给衣服消毒吗？

近期，北京、辽宁、江苏等地陆续通报了与服装有关的疫情事件。一时间“衣服也可携带新冠病毒”成为关注热点。外出回家要不要给衣服消毒？疫情期间怎样正确消毒？应避免哪些消毒误区？为此，笔者采访了中南大学湘雅二医院感染控制中心主任童德军。

低风险地区不必消毒身上衣物

“衣服是可以携带病毒的。传染源或感染者如果污染了布料等物品，病毒在物品表面可以存活一段时间。如果直接通过快递等途径，很快到达了能引起接触感染的环境，人接触到这些衣物就可以造成感染。”童德军介绍，虽然有新冠病毒“物传人”的病例，但这不是新冠病毒的主要传播方式。疫情期间，不网购或外出采购来自疫情严重国家或地区的商品，采购回物品后适当放置一段时间，快递物流企业按要求做好消杀工作，市民就不必过分担心。

目前有研究显示，奥密克戎变异株在光滑物体表面的带毒留存时间比原始毒株更强，甚至长达7天。“这意味着病毒变异后在外部环境中生存时间更长。目前病毒的存活时间还没有进行大批量研究，不同的物体表面、环境温度、湿度等都是影响病毒存活的因素。新冠病毒究竟能够存活多久，仍需更多验证。”童德军认为，了解到病毒有一定的存活时间，收快递包裹时，要戴好口罩、一次性手套，可携带酒精或消毒湿巾等消毒用品。收到快递后，先把外包装用酒精喷洒消毒，然后在通风的环境下拆开外包装。拆开以后，物品如果不急用，可以先放置一段时间。取件时不用手触碰眼口鼻。“最重要的是，拆快递后一定要做好手卫生。”

新冠肺炎疫情发生后，大家已经养成了出门戴口罩、回来勤洗手的好习惯。可身上的衣服不可能随时清洗，似乎防不胜防，外出回来是否需要给衣物消毒？童德军表示，身处低风险地区，衣物消毒没有必要，平时回家后，换下来的衣服挂在通风处即可。

如果担心衣物被污染，可以选择家用的紫外线消毒灯照射30分钟，或用具有消毒功能的洗衣机清洗。有些人用84消毒液等含氯消毒剂进行清洗，84消毒液有很强的腐蚀性，非专业人士不建议使用，使用时要注意浓度及使用方法。“不提倡用消毒液喷洒衣物，因为酒精无法完全覆盖衣物且挥发速度快，达不到消毒的效果。含氯消毒剂喷洒在衣物上挥发的同时对衣物有腐蚀，氯气在空气中还能引起各种呼吸道疾病。”童德军说。

能用物理方法就不用化学消毒剂

自疫情出现，家庭消毒逐渐成为人们日常生活的一部分，但一些市民也陷入了消毒的误区。

有人回家后全身喷洒消毒剂、有人对口罩喷洒酒精、有人对汽车轮胎进行消毒、有的人在加湿器当中添加消毒剂……童德军认为，这些行为是在做无用

功，甚至有害身体。

“家庭没有明确受到污染时，原则上不需要使用消毒液进行消毒，保持日常清洁即可。”童德军建议，在本地出现疫情期间，日常接触频率较高的门把手、手机、儿童玩具等表面，可使用75%酒精或消毒湿巾擦拭消毒，户外穿戴衣物、鞋底等没有必要喷洒消毒剂消毒，放置在屋内固定位置即可。消毒防护应以清洁为主，消毒为辅。如果所在小区没有新冠肺炎病例，家里也没有客人到访，没有需要自我隔离的疑似症状，只要做好日常清洁即可，无需每天消毒。

同时，并非所有消毒剂都能消灭新冠病毒。灭杀新冠病毒的消毒产品，生活中最常见的就是75%医用酒精和84消毒液(含氯消毒液)。其他专门医用的或者工业消毒剂并不建议家庭使用，更不要自制消毒剂，两种以上的消毒剂混合使用，容易产生化学反应，可能造成伤害，比如84消毒液和酒精混合后产生的氯气，会刺激并损伤呼吸道，达到一定浓度甚至致人死亡。

对物品的消毒，童德军建议，能用物理方法消毒就不用化学消毒剂。在医院，无菌物品消毒灭菌，尤其是手术使用的手术器械，首推的就是高压蒸汽灭菌的方法，既经济又有效，同时不会造成副作用。日常生活中，应首选光、热、蒸汽等物理方法杀灭病原体。例如餐具，可以尽量选用热水冲洗、消毒柜消毒等方式，避免使用消毒液。

全身消毒属于过度消毒

疫情期间，曾有小区自制消毒通道，将消毒液雾化喷洒，对外出市民、自行车、汽车车身进行消毒。对此，有的市民在朋友圈感叹“好有安全感”。童德军表示，这样的消毒通道不仅伤身，而且效果有限。

化学消毒剂对人体的皮肤、眼睛、呼吸道有较大的损伤，对汽车部件也会产生腐蚀。消毒剂需在合适浓度且达到一定作用时长，才能起到消毒效果，消毒通道、消毒屋内短暂停留，消毒效果极其有限。普通民众因日常外出而全身被病毒污染的可能性非常低，全身消毒行为属于过度消毒，不仅起不到相应的作用，还会对人及环境产生危害和污染。

新冠病毒的主要传播途径为飞沫传播、接触传播。在室外，不应对着空气消毒，而是瞄准病毒经常“光顾”的扶手、椅子、门把手、电梯按钮、卫生间等处进行消毒，才有意义。 □来源：学习强国



今天，我们如何亲近野菜

春天来了，踏青、赏春和尝春成为生活的亮色，其中挖野菜成为一年一度的保留节目。因应这种需求，网上开始流传一些“挖野菜指南”“野菜大图鉴”，引导市民在小区、郊外或远郊绿地里寻觅和挖野菜。这篇文章本意是为了科普，但逐渐被“包装”成了“小区挖野菜攻略”，甚至有的还成为了封控小区挖野菜攻略。由此引发了不少争议。

挖野菜并不在于挖多少，而在于遵循一种传统的生活方式，并在过程中亲近自然、收获乐趣。然而，这种传统生活方式放在现代可能有不少突兀之处。首先，对于足不出户的人来说，在网上认识各类野菜就已足够，没有必要到野外。其次，环境污染造成了大量野菜可能有毒，或者野菜中的有毒物质超标，因而挖出的野菜并不可食用。而且，越靠近城市和工业区，污染越严重，野菜被污染的几率越高。

在公园里，管理人员会使用除草剂去除杂草，使用农药杀灭虫害。尤其是每年开春，杂草疯长，要大量使用除草剂和杀虫剂，野菜也会残留更多的杀虫剂和除草剂。即便是远郊，大气飘移和尘埃沉降使得工厂排放的废水、汽车排放的废气等污染物也会沉降到土壤里，造成土壤重金属污染，附近的植被，包括野菜也含有高含量的致癌物多环芳烃等。

这些因素导致了如果挖野菜回家食用，面临着较大的健康风险。同时，另一种危险性在于一些人并不知晓哪些野菜有毒、哪些无毒，有可能误挖误采野菜食用而中毒，如水芹菜和石龙芮、曲曲菜和曲菜娘子就是如此，前者可食用，后者有毒。

然而，这并不意味着现代人应脱离自然和远离自然，而是应该利用现有条件，甚至创造条件亲近自然，认识野菜。这对人们的生活大有裨益。

作为常识，一些常见的野菜就值得人们了解、欣赏和品尝，如荠菜、荠菜、马齿苋、蒲公英、车前草、香椿、榆钱、蕨菜、野芹菜、地木耳、苦苣菜、面条菜、折耳根、曲曲菜、马兰头、苜蓿头等。认识它们既是认识生命的规律，也是认知农业生产过程，了解万物生长的原理。

在今天，人们获取知识的渠道更多地来自网络和信息传播，但是，“网”上得来终觉浅，绝知此事要躬行。一些知识和技能，必须在亲近自然、融入自然中才能了解。只有实地挖野菜和辨别野菜，才知道野菜在自然中是什么样，才知道哪些有毒，哪些可以食用，哪些有药用价值。这对青少年而言，是一个增长知识、格物致知的好机会。

今天亲近自然需要从实际情况出发。一方面，着重于赏春和了解野菜，而非尝春和吃野菜。因为有很多野菜在今天都可以种植，如荠菜、马齿苋等，而且一些野菜还在被人类驯化。在种植这些野菜时，也严格按照《农田灌溉水质标准》《无公害蔬菜种植标准》等实施，让野菜食用起来更为安全。

另一方面，在现有环境下，尝春和品尝野菜也未尝不可，但是有几个条件。一是要到更远的郊外，甚至是深山密林，没有工业污染的地方挖野菜；二是需要掌握基本的辨别有毒和无毒野菜的知识与技能。如果能满足这些基本条件，尝春才是可行的。

对于更多的人来说，赏春到近郊或公园就已足够，目的是为了认识和辨认野菜，亲近植物，嗅闻植物和泥土的芬芳，但不必食用。如果有更多的兴趣，也可带一些回家做标本，作为一次生活体验和基础生物学训练。 □来源：北京青年报



用不用公筷？菌落总数最高可相差250倍

使用公筷公勺有多必要？杭州市疾控中心健康危害因素监测所和检验中心的专家们为此专门进行了一场实验，测试使用公筷和不使用公筷用餐后的细菌对比，实验结果令人震惊。这个实验小组由11名疾控专家参与测试，实验地点在一家餐馆，点的6道菜分别是凉拌黄瓜、盐水虾、干锅茶树菇、炒芦笋、咸菜八爪鱼和香辣牛蛙。

每道菜都分成两份，一盘使用公筷，一盘不使用公筷，并提前进行了取样保存。11名参与人员经过培训，使用公筷和不使用公筷的两组菜，必须交替着吃。最后每个菜都至少留下25克，用来第二次取样。经过严格无菌操作采样后，放入无菌样品袋并迅速存放到采样箱冷藏。经过48小时的培育，实验结果显示：对比“公筷”和“非公筷”两组菜品剩余部分的菌落总数，“非公筷”那一组菌落总数，全部高于“公筷”那一组，咸菜八爪鱼更是达到了250倍。

如果不使用公筷，会把自身口鼻腔携带的细菌传

到菜上。另一方面，也会导致不同菜品本身携带细菌的交叉污染(凉拌菜没有经过高温烹饪，菌落总数一般都比高温烹饪过的菜要多。)

专家表示，使用公筷非常有必要。有两个“显而易见”的好处：

一是干净卫生、预防疾病。使用公筷可以避免共同用餐时个人使用的餐具接触公共食物，减少污染，降低病从口入的风险，比如可以降低甲肝病毒、幽门螺杆菌等病原体的传播。疫情期间，也能在一定程度上降低病毒传播的风险。

二是减少浪费、文明餐饮。使用公筷可帮助大家养成定量取餐、按需进食的习惯。在外用餐没有吃完的菜，可以安心打包，培养大家节约环保的好习惯。

使用公筷公勺，既是对自己和他人的健康负责，也是对他人的尊重和关爱。让我们一起行动起来，打赢“舌尖”上的防疫战。

□来源：浙江省人民医院

- 浙江冠通文化传播有限公司金华分公司遗失公章、财务章、法人章(舒春菊印)各一枚，声明作废。
- 东阳市韩宝生物科技有限公司遗失财务章一枚，声明作废。
- 义乌市欧东贸易有限公司遗失财务章一枚，编号3307250510091，声明作废。
- 中海海洋(杭州)文旅产业有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 杭州霖鑫文化创意有限公司遗失由杭州市拱墅区市场监督管理局于2019年01月24日核发的营业执照正本，统一社会信用代码91330103MA28U7RW4K；公章、财务章、法人章(王旭华印)各一枚，声明作废。
- 杭州连缘餐饮管理有限公司遗失公章、财务章、法人章(张丽华印)各一枚，声明作废。
- 晨星艺术培训(杭州)有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 杭州诚凌信息科技有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 杭州尖果儿科技有限公司遗失财务章一枚，声明作废。

- 杭州浙商知识产权代理有限公司遗失由杭州市西湖区市场监督管理局于2016年12月23日核发的营业执照正本，统一社会信用代码91330106754922490P；公章、财务章、发票章、法人章(胡芳印)各一枚，声明作废。
- 杭州玖净环境有限公司遗失由杭州市钱塘区市场监督管理局于2021年12月15日核发的营业执照正本，统一社会信用代码91330100MA7BJPKX9B，声明作废。
- 温岭市春华成人职业学校遗失中华人民共和国民办学校办学许可证(教民133100570000191号)正本，声明作废。
- 浙江中软控股(集团)有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 杭州意法服饰城莫江涛服饰店遗失公章一枚，声明作废。
- 杭州屹珈装饰工程有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 杭州青禾空间设计有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 天台云华建筑材料有限公司遗失公章一枚，编号33102310031552，声明作废。

- 常驻代表机构变更公告：我公司下设的艾散服装公司绍兴代表处，统一社会信用代码91330621693897593M，现拟变更驻在场所、代表机构名称、驻在期限、首席代表。变更后绍兴市柯桥区柯桥领先国际贸易中心1幢1402室为浙江省绍兴市柯桥区中国轻纺城坯布市场B区四楼4143号；艾散服装公司绍兴代表处为巴基斯坦艾散服装公司绍兴代表处；自2009年9月18日至2022年6月20日为自2022年6月20日至2032年6月20日；更新ILYAS MUHAMMAD的任职信息。并删除一般代表KHAN BAKHTIAR和ZULFIQAR，特此公告。
- KHAN BAKHTIAR 遗失外国(地区)企业常驻代表机构代表证，编号：05146-3，任职机构名称：艾散服装公司绍兴代表处，声明作废。ZULFIQAR 遗失外国(地区)企业常驻代表机构代表证，编号：05146-4，任职机构名称：艾散服装公司绍兴代表处，声明作废。艾散服装公司

- 杭州荣治建材有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 杭州富阳区场口镇蒋珍水上运输服务部遗失公章、财务章各一枚，声明作废。
- 杭州鑫宇通讯有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 浙江晶彩照明科技有限公司减资公告：根据2022年04月19日股东(大)会决议，公司拟将注册资本从2020万元减至588万元，现予以公告。债权人可自公告之日起45日内要求本公司清偿债务或提供担保。
- 杭州骏晟科技有限公司遗失法定名称章、财务专用章，声明作废。
- 杭州茗都贸易有限公司遗失公章一枚，声明作废。
- 新昌县南明街道新七波辉童装店遗失公章、财务章、法人章(刘翠燕印)各一枚，声明作废。
- 临海市唯青建筑装饰工程有限公司遗失公章一枚，编号33108210035427，声明作废。