

夏日戏水 这些皮肤风险要当心

入夏以来,泳池、河畔成为西安市民消暑纳凉的热门去处。然而,在戏水的快乐中,皮肤健康可能面临多重威胁。



► 市民在泳池消暑。

戏水后皮肤“亮红灯”

13岁的小乐怎么也想不到,半个月的游泳班竟让自己浑身长满红疹。7月29日下午,当妈妈带着他走进医院皮肤科诊室时,他后背密密麻麻的红色丘疹已连成片。“起初只是觉得皮肤干,然后后背开始发痒,挠着挠着就成了这样。”小乐妈妈焦急地向医生展示手机里的照片,一周前孩子后背还只是零星红点,如今已蔓延

到肩膀和腰部。经检查,医生诊断小乐患上了“刺激性接触性皮炎”,也就是常说的“泳池皮炎”。“罪魁祸首很可能是泳池里过量的含氯消毒剂,加上孩子每天浸泡两小时,皮肤屏障被彻底破坏了。”小乐妈妈恍然大悟,原来看似干净的泳池水,竟藏着这样的风险。

与小乐遭遇的化学刺激不同,

这样玩水更安心

西安市儿童医院皮肤科主任李静指出,玩水让皮肤面临“化学刺激+物理损伤+微生物威胁”三重挑战。

想要安全享受戏水乐趣,做好防护措施比事后补救更重要,李静给出“戏水皮肤防护指南”。

下水前,筑牢防护第一道防线。观察泳池水质:合格的泳池水应清澈透明,能看清池底标线,闻起来有轻微氯味;若氯味刺鼻或水质浑浊,需果断离开。

做好防晒准备:下水前30分钟涂抹防水型防晒霜,选择SPF30+、PA+++以上的产品,儿童建议选择专业物理防晒霜(含氧化锌/二氧化钛,无酒精、香精)重点涂抹脸、颈、肩、

背等暴露部位,耳后、脚踝等细节也不能忽略。

在水中时,控制时长并避开高温时段。合理安排时间:每次游泳时间不超过1小时,3岁-6岁儿童每次游泳≤20分钟,7岁-12岁≤30分钟,每隔20分钟上岸休息5分钟,让皮肤脱离水环境,恢复屏障功能。

避开紫外线高峰时段:10时至16时紫外线最强,此时段应避免下水。及时补涂防晒霜:每2小时补涂一次(即使不出水),出水后若继续在水边活动,需立即补涂防晒霜;带孩子玩水时,家长要随时关注孩子皮肤状态,出现发红、瘙痒等不适时及时撤离。

16岁的孙哲则经历了紫外线的“延时攻击”。在泮峪口游玩一天后,他的后背、肩颈出现边界清晰的红斑,次日更是发展为水泡,夜间灼痛难忍。“出门前特意抹了防晒霜,谁知道还是晒伤了。”7月31日,孙哲向记者讲述时很是懊恼。

这样的情况并非个例,记者走访多家医院皮肤科看到,候诊区不少孩子都有类似症状。

上岸后,科学护理修复皮肤屏障。离开泳池后立即用37℃左右的温水冲洗,避免使用热水(加重血管扩张)和肥皂(破坏皮脂膜)。擦干身体后3分钟内涂抹保湿乳,锁住皮肤水分。若皮肤出现发红、瘙痒,可涂抹炉甘石洗剂缓解;若出现水泡、渗液或持续疼痛,要及时就医,避免自行用药加重刺激。

文/图 本报记者 陶颖 实习生 李果 李佳瑶



亲子DIY趣享假期

“老师,我的颜色已经涂完啦!”7月30日上午,在西安市未央区紫薇希望城社区,“七彩假期DIY木制玩具”活动正在进行,指导老师教十余位小朋友用木片和颜料制作玩具和摆件。

长桌上摆满零件与调色盘,在老师的指导下,有的孩子认真拼粘玩具结构,有的孩子已开始涂色,还有的孩子在木板上自由创作,绘制蝴蝶和花草等各类图案。一件件玩具、摆件在孩子们灵巧的手中逐渐成型。

“今天是我第一次制作木头摆件,别的部分都还行,就是颜料有点不好涂。”7岁的清清一边给玩具上色一边说。

13岁的答答和母亲从社区微信群里看到活动的消息后,两人一起报名参与。“这是今天我独立完成的‘柿柿如意’作品,很有纪念意义。”答答说。

在家长张先生看来,这样的活动不仅提升了孩子的动手能力,还



孩子们制作玩具和摆件。

拉近了亲子关系。

社区网格员贺谢向记者介绍,在前期调研中,不少家长反映孩子假期过度依赖电子产品,专注力下降,因此社区特别策划了此次活动,既让孩子们在动手中锻炼能力,又为家长提供了高质量

陪伴孩子的机会。“我们看到孩子在设计图案、搭配颜色过程中,发挥出了很强的创造力。有的家长和孩子协作完成作品,配合很默契。”贺谢说。

文/图 本报记者 姬娜 实习生 郝欣蕊 廖子萱 贺一诺 程润阳

40路、103路公交车线路调整

本报讯(记者 陶颖)7月30日,记者从西安公交集团获悉,为进一步优化公交线网布局,加强自强东路、拾翠路等道路沿线公交与地铁的接驳,方便市民出行,40路、103路公交车7月31日起调整。

40路。首末站:拾翠路二马路口—外事学院北校区;线路长度:17公里;首末班时间:首班6:00,末班21:30;票制:实行无人售票两元一票制,可刷卡。

新增站点5个:拾翠路二马路口、建强路自强路口(去)、火车站北、太华路自强路口、火车站东。调整站点2个:开往外事学院北校区方向火车站调整至西七路与解放路十字路口以南路西240路站群处;开往拾翠路二马路口方向火车站调整至东

八路与解放路十字路口以南路东13路站群处。

103路。首末站:拾翠路二马路口—城西客运站;线路长度:13公里;首末班时间:首班6:00,末班23:00;票制:实行无人售票两元一票制,可刷卡。

新增站点5个:拾翠路二马路口、建强路自强路口(去)、火车站北、太华路自强路口、火车站东。调整站点3个:开往城西客运站方向火车站调整至西七路与解放路十字路口以南路西240路站群处;开往拾翠路二马路口方向火车站调整至东八路与解放路十字路口以南路东13路站群处;开往拾翠路二马路口方向五路口站调整至西五路与尚德路十字路口以东路南294路站群处。

10万元遗落车上的哥及时归还乘客

本报讯(记者 陶颖 实习生 李果 李佳瑶)7月30日,西安前进出租汽车(集团)有限公司司机文永军面对车上遗落的10万元现金及重要证件,他分文未动,及时联系失主,用实际行动诠释了“诚信为本”的职业操守。

当日11时30分,文永军驾驶车牌号为陕AAZ8267的出租车从西安北站搭载一位乘客,目的地为陆港绿城西安全运村芳华苑小区。乘客下车后没一会儿,文永军在车内发现一个遗落的手提包,他第一时间拍照向公司工作人员报备情况,随后立即驱车返回小区门口等候。

“当时就想着失主发现东西丢了肯定特别着急,说不定会原路返回寻找。”文永军在小区门口等候10分钟,始终未见到失主身影。为尽快物归原主,他再次联系公司说明情况,并打开包试图寻找失主联系方式,

发现包内不仅装有房产证、印章等重要物件,还有10万元现金。

面对巨款,文永军没有丝毫犹豫。他通过失主支付车费的微信记录,主动留言告知:“您的手提包落在我车上了,看到请联系我。”并留下手机号码。消息发出后不久,失主的电话便打了过来,电话那头的声音既焦急又带着惊喜。

双方约定会面后,文永军与失主当面逐一清点核对物品。经确认,10万元现金分文不少,房产证、印章等物件完好无缺。文永军对物品拍照留存后,将手提包交还给失主。

“文师傅,您真是大好人。”接过失而复得的物品,失主难掩激动,紧紧握住文永军的手连声道谢。面对失主的真挚谢意,文永军表示:“谁丢了这么贵重的东西都着急,我只是做了分内的事。”

皮卡车厢变“移动泳池”?如此消暑太危险

近期持续高温,在西安街头,一辆皮卡车的车厢被改造成“泳池”,车辆在道路上行驶,一名男子坐在“泳池”中消暑。该男子将视频发布在社交平台后,引起广泛关注。有网友在评论区提醒视频发布者这种行为太危险。

7月31日上午,记者在某社交平台看到一段17秒的视频,在西安的一条街道上,一辆黑色皮卡车的后车厢被改造成了一个简易的“泳池”,透明塑料布衬底,注满清水,一名男子戴着墨镜,穿着短裤,正惬意地坐在“泳池”中,手里还拿着啤酒。

对于这样的“避暑新招”,有人觉得新奇有趣,也有人担心这样会影响交通秩序,存在安全隐患。

记者了解到,皮卡车厢变身“泳池”上路违反了相关法律法

规。根据《中华人民共和国道路交通安全法》第十六条规定,任何单位或者个人不得拼装机动车或者擅自改变机动车已登记的结构、构造或者特征。皮卡原本用于运输货物,将其车厢改造成“泳池”,改变了车辆的原始结构和用途,属于违规改装车辆。

此外,这种行为还会影响交通安全与秩序。这种改装可能会改变车辆的重心,影响车辆行驶的稳定性 and 操控性,增加交通事故的风险。同时,在道路上行驶时,可能会吸引其他驾驶员的注意力,导致分心驾驶,也可能会占用道路资源,影响交通秩序,违反了《中华人民共和国道路交通安全法》中关于安全驾驶和维护交通秩序的相关规定。

本报记者 葛兰 实习生 李泽熙