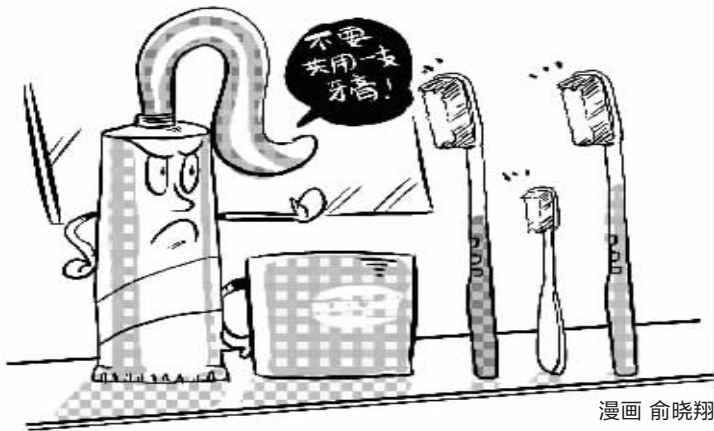


# 一家人共用牙膏会传染疾病? 还是各用各的比较卫生

医生:碗筷、拖鞋、指甲剪等,最好也别混用

前段时间,一对杭州父女因为使用公筷问题发生争吵,引发了网友的热烈讨论。这两天,类似的问题再次引起了网友的关注,一则被网友疯转的微博称,全家共用一支牙膏有传播病菌的风险。对此,医生也表示认同,另外,医生还提醒,日常生活中,还有不少物品都不建议一家人混用。

实习生 孙倩雯  
现代快报记者 郝多



漫画 俞晓翔

## 一家人别共用一支牙膏

听说一家人不宜共用一支牙膏,不少人立刻跳出来表示认同,“我家一直都是各用各的,严格确保个人卫生。”不过,也有很多人觉得家人之间不必如此“计较”。

现代快报记者做了一项随机调查,30位接受调查的市民中,有12位表示自己和家人是分开使用牙膏的,另外18位则一直和家人共用。此外,不少年轻人表示,如果共用牙膏确实不合适,自己会选择单独使用,而中老年人则对此并不介意,

“都是家里人,还搞得这么生分”。

在金融公司工作的小张表示,平时自己家中都摆着两支牙膏,一支是父亲专门用来去烟渍的,另外一支则是自己和母亲共用,“跟自家人共用很正常,如果有亲戚或朋友来暂住,我可能会选择分开使用。”

“即便是一家人,最好还是分开使用。”南京市中西医结合医院口腔科主任周俊波说:“如果家里有人感冒,病毒和细菌会残留在牙刷上。挤牙膏时,管口会和牙刷发生摩擦,家人一前一后使用牙膏,有可能会被传染。”除此之外,部分口

腔疾病,例如牙周炎、牙龈炎也可能通过这种方式传播。“每个人易感性和抵抗力不同,不能断定一定会因此感染疾病,但能分开使用最好。”

## 碗筷、拖鞋最好也别混用

随着人们生活水平的提高和健康意识的增强,越来越多的人在家中拥有了自己的“专属”用品。26岁的南京姑娘小陈表示,吃饭时,一家三口都是使用自己“特定”的碗筷,就连喝水杯也不混用,“我有咽炎,曾经我爸拿我的杯子喝水,之

后就觉得不舒服。”不仅如此,小陈在很多方面都比较讲究,比如去别人家住宿时,她还自带香皂洗澡。

“理论上来说,杯、碗、筷等最好分开使用。”南京市中西医结合医院预防保健专家陶雪芬主治医师表示,大多数家庭对杯子及碗筷并不会进行严格的高温消毒,如果有家庭成员患上部分传染性疾病,共用这些物品时,就会给病菌提供传播途径,对家人的健康不利。同时她建议,碗筷洗净后,最好自然晾干,之后保持干燥。

对于大家容易忽视的细节,鼓楼医院皮肤科主任包军也给出了建议,“拖鞋最好各穿各的,另外再备几双专门给客人使用。”包军介绍,如果家人患有足癣,一定要严格分开使用,“真菌的生命力很强,如果共用,很可能被传染。足癣很易感染,且早期不易发现,即便没有这类疾病,也要避免混穿,以防万一。”同时,包军强调,指甲剪也最好分开使用,“一方面,共用可能传染灰指甲等真菌病,另一方面,如果不小剪伤手指,部分病毒,例如乙肝、丙肝等会通过血液传播,引发严重后果。”他表示,如果条件受限,需要共用,那么使用前一定要进行消毒。

## 带孩子乘扶梯 最好拉手或孩子站前方

快报讯(实习生 陈鑫 记者 朱蓓)怎样带孩子安全乘坐扶梯?遇上意外情况该怎么办?昨天,在南京同仁小学,一场生动的安全公益活动吸引了百余名小学生参与。

家长和孩子一起乘坐扶梯应该怎么办?万一扶梯夹住孩子的脚、裙子、鞋带导致事故发生该怎么办?专家介绍,首先,不要让孩子单独乘坐扶梯,乘梯的时候,大人要拉着孩子的手,或者让孩子站在前面的一个梯级,便于保护。同时,乘坐扶梯时,要握紧扶手,靠右站立。双脚并拢站在踏板黄线的安全区内,并保持脸向运行的前方。其次,特别要注意的是,电梯是工具,不是玩具。家长不要让孩子在电梯里或扶梯上打闹、不要把手放在扶梯的缝隙里玩。另外,每台扶梯都有紧急停止按钮,一旦发生意外,靠近按钮的乘客一定要第一时间按下按钮,扶梯就会停止。

这场公益活动由南京市质量技术监督局等部门主办,奥的斯电梯公司承办。孩子们人手一本《儿童安全自救早知道》图书,各种儿童在生活中可能遇到的危险都被列入其中。电梯安全知识更是被编成了歌谣,配上了卡通画。除了乘坐扶梯,如果孩子单独乘坐电梯,遇上问题该怎样自救?歌谣中说得很清楚:“电梯突停不要怕,层层按键快按下。保持镇静按警铃,电话急救拍打门。后背紧贴电梯壁,手抱脖颈半蹲下。等待救援听指挥,切记不要把门扒。”

# 春季吃蜂蜜好处多! 消春困! 润春燥!

——【快报推荐】来自雪域高原的青海蜂蜜



域范围。客服反馈说已经订购的读者,尝过了都说好。

春天,万物复苏,正是“春食蜂蜜”的最佳季节,选食优质的蜂蜜非常重要。蜂蜜作为一种营养丰富的天然滋养食品,也是最常用的滋补品之一。蜂业专家认为,春天喝蜂蜜有五大益处:

一是去疲劳。蜂蜜所产生的能量比牛奶高约5倍,能够在很短时间内补充给人体的能量,消除人体疲劳和饥饿。

二是抗过敏。春天过敏源增多,易引起特殊体质的人过敏。而蜂蜜可缓解花粉等引起的过敏症。

三是消积食。蜂蜜可促使胃酸正常分泌,增强肠蠕动,能显著缩短排便时间。

四是清肠道。蜂蜜导泻效果好,而且无副作用。

五是润肺止咳。蜂蜜可润肺,具有一定的止咳作用。雪域高原青海蜂蜜的厂家提供了当季新鲜蜂蜜,均为今年3月份生产,已经抵达南京,数量有限,赶快拨打96060订购。

▼青藏高原枸杞蜂蜜  
(一级)规格:500g  
市场价108元  
团购价 **90元**



▼青藏高原格桑花蜜  
规格:500g  
市场价89元  
团购价 **70元**



▼青藏高原野花蜂蜜  
规格:500g  
市场价79元(淘宝价103元)  
团购价 **65元**



## 快报正宗草鸡蛋 优惠再度来袭!

【正宗】

蒙山草鸡蛋是沂蒙山革命老区内的纯正笨母鸡自然放养而产出的蛋,用纯粮和蔬菜科学喂养母鸡,不使用任何饲料添加剂,食品安全更胜一筹。优越的自然环境,产出的鸡蛋绿色健康、营养均衡。蛋黄大而粘稠,口感也好过一般鸡蛋,自然鲜香,营养易消化吸收,是离蛋中的珍品。

【优惠】

本次的鸡蛋不仅品质好,价格也非常实惠!30枚鸡蛋仅售30元,扫描二维码关注“现代快报快团”微信,登录微店下单立减4元。

【方便】

南京主城区免费配送到家,方便快捷,坐等实惠!订购热线:96060

微信购买 立减4元



▲扫描上方微信二维码,手机下单购买立减4元。

30枚仅需 **26元**



▲扫描微信,关注“快报电商”更多优惠商品,供您选择!

## 大沙河红富士 火爆销售万斤,限量抢购!

原生态沙土地种植,花期过后就套上保鲜膜,无农药污染,不打蜡、不催红,虽然有点丑,但汁多味甜,爽脆可口有糖心,绿色健康!(10斤装)

优惠价 **49元**



订购热线 **96060 / 400-60-96060**

南京城区免费配送·电话订购·货到付款