

别再把快递箱囤在家里了 真的会 引甲醛入室

别再把快递箱囤在家里了！真的会 引甲醛入室 ！
有一种污染物 经常出现在新闻报道中 ,它就是甲醛。虽然我们都知道甲醛有毒 ,有时候却可能无意间 ,通过纸箱子将它带到了身边。这到底是怎么回事呢？今天咱们就来聊聊。

这种东西 ,别在家囤
近期有记者用甲醛浓度检测仪随机在快递驿站进行测试 ,对甲醛检测的个别数值甚至是该标准的 7 倍之多 ,罪魁祸首就是纸箱和包装。

纸制品生产过程中常添加胶黏剂或涂层以增强强度、防潮和耐水。例如用于制作瓦楞纸箱的湿强胶 ,传统的添加剂绝大部分属于三醛树脂类添加剂 ,三醛树脂类添加剂是指脲醛树脂、酚醛树脂、三聚氰胺甲醛树脂及其改性胶黏剂。

此类添加剂因其渗透力不够 ,难以满足高强纸、施胶纸及特殊纸张的贴合要求 ,且大都含有甲醛 ,在市场上的占有份额正逐步缩减 ,但目前仍在广泛使用。工业资料显示 ,生产商曾将胶黏剂中 游离甲醛 的含量从约 0.3%降低到低于 0.1% ,以符合国际法规。但这也意味着新纸箱在封装或存放过程中 ,仍可能缓慢释放甲醛。

因此 ,当大量新纸箱、壁纸或涂有防水层的纸制品堆放在狭小空间 ,就有可能造成甲醛污染 ,尤其在高温、高湿环境下 ,甲醛挥发速度会加快。

无醛不成胶？
我们可能听说过一个说法 ,叫 无醛不成胶 ,这是因为作为胶黏剂原料 ,甲醛广泛存在于家居建材、纸制品和纺织品等多种日用品中。不过人们也一直在想方设法少用甲醛 ,现在也已经开发出了一些完全不使用甲醛的

无醛胶。因为成本等原因 ,现在很多胶中仍然需要用到甲醛。

甲醛(HCHO)属于一类致癌物 ,已被世界卫生组织确定为致癌致畸形物质及潜在的强致突变物之一 ,同时也是中国有毒化学品优先控制名单中的物质。国家标准《室内空气质量标准》(GB/T 18883-2022)规定 ,甲醛一小时平均浓度不得高于 0.08mg/立方米 ,而含有甲醛的材料若大量使用或通风不良 ,室内浓度会显著上升 ,所以纸箱子堆多了又不好好通风 ,就可能出现甲醛超标的情况。

如何减少家庭中的甲醛来源
购买家具或装修材料时 ,根据国家强制标准《室内装饰装修材料人造板及其制品中甲醛释放限量》(GB 18580-2025)和《人造板及其制品甲醛释放量分级》(GB/T 39600-2021) ,室内人造板的人造板甲醛释放标准分级为几级 ,应选择 E1 级及以上材料 ,而板材制品应达到 E0 级。

新拆封的快递纸箱、尼龙袋等包装含有胶黏剂和印刷涂层 ,应尽快清理或放置在通风处使其散味 ,或者直接 在快递站拆掉包装并扔掉 ,不宜长期囤积于卧室或狭小空间。

甲醛释放量与温度和湿度正相关。开窗通风、使用排风扇或空气净化器 ,可降低室内甲醛浓度。若怀疑室内有甲醛污染 ,可使用经认证的检测仪器或委托专业机构检测。

可能有些朋友读到这儿 ,看纸箱的眼神都不对了 ,不过这里也要指出 ,目前也有许多纸箱使用的是淀粉基胶黏剂或聚乙烯醇胶 ,其游离甲醛含量已显著降低。而微量甲醛普遍存在于空气、水和食物中 ,人体代谢也会产生少量甲醛 ,并能迅速分解排出。因此 ,谈到甲醛的毒性 ,我们也要考虑剂量 ,如果纸箱数量不多且在干燥环境下 ,那么在家中短期放置是不要紧的 ,正常通风即可大大降低风险。

但如果将大量新纸箱堆放在密闭卧室 ,加上高温潮湿季节未及时通风 ,甲醛浓度可能升高并超过标准 ,因此需引起重视。此外不只是纸箱 ,夏季高温环境下 ,塑料包装、某些塑胶徽章、玩具也可能释放有毒物质 ,如果在密闭室内堆积过多同样可能导致健康问题。

总体而言 ,科学地管理家中纸制品 ,合理通风 ,选购低排放材料 ,可以有效控制甲醛风险 ,保障室内空气安全。说了这么多 ,其实大家记住两句话就行 纸箱莫往家里囤 ,遇事不决勤通风。

(来源：科普中国 微信公众号作者 邵文亚 杨超)



市中医院成功守护 心跳

日前 ,市中医院心内科、急诊科、导管室、重症医学科多学科联合 ,成功救治一名急性心肌梗死患者。

75 岁的刘大爷于深夜睡眠时突发剧烈胸痛 ,家属紧急送医途中 ,患者突发意识丧失、心跳呼吸停止。在经历 7 分钟生死时速后抵达市中医院急诊抢救室。急诊团队开通绿色通道 ,立即启动心肺复苏 ,气管插管辅助通气 ,并电除颤恢复心律。检查后 ,刘大爷被确诊为 急性下壁 ST 段抬高型心肌梗死 ,病情极其危重。

心内科主任钱俊雄会诊后考虑急性心肌梗死导致心脏骤停 ,和家属充分沟通后立即送入导管室行急诊冠脉造影术 ,造影结果提示回旋支中段后完全闭塞 ,前降支近段 70%-80% 狭窄。紧急开通回旋支中段血管后植入 1 枚支架 ,术后患者转入 ICU 进一步治疗。

在 ICU ,患者经历咯血、肺部感染、低血压休克等危急情况。经过 ICU 主任陈钢强及其团队的精心治疗 ,刘大爷病情逐渐平稳 ,1 周后拔除气管插管转入心内科普通病房进一步

治疗。在心内科医护的诊治下 ,刘大爷现已康复出院。

据了解 ,急性心肌梗死作为冠心病中最凶险的类型之一 ,其高致死率一直是医学界关注的焦点。室颤作为急性心肌梗死的严重并发症 ,发生率 达 7% 至 11% ,一旦发生 ,往往预示着极高的死亡风险。越快开通闭塞冠脉 ,越有利于减小患者心肌受损程度。

市中医院胸痛中心在创建过程中 ,不断优化救治流程 ,大大缩短了心梗患者救治时间 ,提高了救治成功率 ,为心梗患者打造了一条高效的 救心之路。

相关链接

发生急性心肌梗死该如何自救
当出现胸骨后或心前区剧烈胸痛时 ,应立即停止活动 ,采取坐位或平卧休息。

立即将硝酸甘油片舌下含服 ,缓解疼痛症状 ,含服时最好采取坐位(有条件的应测量血压 ,注意血压和心率的变化) ,可以重复用药 ,同时拨打 120 ,送往附近设有胸痛中心的医院救治。切勿拖延 ,如有条件立即吸氧 ,等候急救人员到来。

急性心肌梗死患者健康生活指导
饮食。急性期由于心肌供血不足 ,心功能下降 ,心排量减少 ,加之卧

床 ,必然影响胃肠消化功能。病人的饮食最初 2-3 天内宜采用低油脂、多纤维的清淡易消化的半流食 ,如菜粥、面疙瘩等。少食多餐 ,每餐吃七成饱。避免进食产气食物而引起腹胀 ,如牛奶、豆浆等。

控制入量。心脏广泛前壁、侧壁、高侧壁等部位大面积梗死的患者 ,左心室功能下降 ,易发生急性心力衰竭。因此适当限制入量可以减少循环血量 ,从而减轻心脏的容量负担和肺淤血。

休息。急性期(1 周内)以卧床休息为主 ,逐渐过渡到坐位、站位、下床活动 ,生活作息规律 ,避免情绪激动 ,精神紧张。

保持大便通畅。便秘处理不当会诱发心绞痛 ,造成意外 ,因此要保持良好的排便习惯。预防便秘 ,多吃水果、蔬菜 ,保持大便的通畅。

适宜的活动。急性心肌梗死早期以卧床休息为主 ,经医生评估 ,待病情相对稳定后 ,在医护人员的指导下 ,进行适量、分阶段的活动 ,逐渐增加活动量 ,恢复生活自理能力 ,活动时若出现胸闷、胸痛症状应及时通知医务人员。

保持良好的精神状态。消除顾虑及紧张情绪。急性期过后逐渐调整生活方式 ,缓解压力 ,克服不良情绪 ,养成良好生活习惯。

通讯员 钱俊雄

拍死正在吸血的蚊子 它的嘴会断在肉里吗

夏天最让人咬牙切齿的生物 ,非蚊子莫属！在这场夏日大战中 ,最解气的时刻莫非 啪 地一掌拍下去 ,正中靶心 ,蚊子死得轰轰烈烈 ,血流成河。但下一秒 ,难免让人心头一紧 它的嘴 ,是不是还留在我的皮肤里？

其实 ,雄蚊并不吸血 ,它们还能像蜜蜂一样 ,在采食过程中为植物传粉。吸食血液的蚊子 ,都是雌蚊。

蚊子首先会利用其天赋异禀的嗅觉 ,通过人呼出的二氧化碳与排出的体液寻找合适的目标。当找到目标后 ,蚊子会将尖锐的口器刺入人的皮肤。

蚊子的口器其实是由多个部分组成的复杂结构 ,称为喙 ,粗看像一根针 ,其实是由上唇、上颚、下颚、下唇、舌 ,6 个附肢组成 ,其中两根是食道管和唾液管 ,另有两根刺血针和两片锯齿刀。6 根针(附肢)的外面由一层薄鞘包裹着 ,鞘尖上还有一个 夹钳 ,把这 6 根针扎成一个小捆 ,蚊子叮人就靠这个锋利的喙。

当找到血管后 ,蚊子会通过口器将含有抗凝血物质的唾液注入伤口处 ,以防止血液凝固 ,便于其吸食。然后 ,蚊子利用肌肉的收缩和舒张 ,将血液吸入到自己的体内。

吸血完成后 ,蚊子会飞走 ,而被叮咬处可能会出现瘙痒、红肿等反应 ,这主要是因为蚊子释放出的一些特殊物质引起的免疫反应。

蚊子的口器通常不会残留在皮肤里 ,但极个别情况下可能出现断在皮肤浅层的现象。

蚊子的口器表面光滑且无胶水或卡扣设计 ,拍死时通常会被带出体外。若因特殊角度或用力过猛导致口器折断并留在表皮浅层 ,人体免疫系统会通过巨噬细胞吞噬分解异物 ,或随表皮更新自然脱落。

相关链接

如何驱蚊防蚊？

夏天如何科学驱蚊防蚊？记住这些日常防蚊小妙招。

日常外出。穿着短袖短裤虽然凉快舒适 ,但同时也给蚊子叮咬提供了可乘之机。因此 ,建议大家外出时尽量穿长袖衣裤 ,以此减少外露皮肤的面积。对于必要外露的皮肤 ,可以通过涂抹正规的驱蚊产品来防蚊驱蚊。

户外活动。应尽量避免在草丛、树林、池塘等环境下长时间停留 ,因为这些地方水分充足、植被丰富 ,是蚊子繁衍和栖息的 庇护所 ,蚊子数量相对较多。

居家环境。建议有条件的家庭安装纱窗或者纱门 ,这是防止蚊子进入室内的有效屏障 ,能从源头减少室内蚊子的数量。

晚上睡觉。可以合理使用电蚊拍和蚊香液、蚊香片等驱蚊产品。有条件的家庭 ,使用蚊帐则是更安全、环保的防蚊选择 ,能让人们在睡觉时免受蚊子的侵扰。

环境清理小妙招

蚊子幼虫离不开积水 ,因此 ,除了做好个人防蚊驱蚊措施之外 ,还要定期清理环境 ,减少蚊子的孳生地。

户外环境。及时清理阳台、屋顶及其它室内外可能积水的环境 ,防止积水。

卫生器具。家中卫生间等场所的地漏、洗手池、拖把池、洗衣槽等环境 ,要经常性冲洗 ,避免残留积水。

室内容器。家中的花瓶、水钵、水桶、花盆的托盘等器具 ,要定期清理积水 ,不用的器具应倒立放置 ,防止积水。

(来源：中国新闻网 微信公众号《拍死正在吸血的蚊子 ,它的嘴会断在肉里吗》)

