

夏季腹泻高发 疾控专家支招

新华社北京7月4日电 近来,我国北方地区持续出现高温现象。疾控专家提示,高温来袭,应预防夏季肠道传染病,注意食物和饮用水卫生。

上海市李女士近日出现腹痛、腹泻等症状,严重时一日排便次数超过10次;湖北省龚先生的儿子刚放暑假,吃了冰箱里放置一晚的凉西瓜后,便开始上吐下泻……夏季气温升高,空气湿度大,导致大肠杆菌、痢疾杆菌等繁殖活跃,肠道传染病高发。这类疾病传染性强,容易在家庭成员之间造成传播。

哪些原因会导致腹泻?当我们不小心遭遇夏季腹泻时,该怎么办?

中国疾控中心有关专家介绍,导致腹泻的原因有很多,一般包括感染性腹泻和非感染性腹泻。夏季腹泻以感染性腹泻为主,感染性腹泻的病原体主要为细菌、病毒和寄生虫三大类,如痢疾杆菌引起的细菌性痢疾、大肠杆菌引起的急性胃肠炎、诺如病毒肠炎、轮状病毒肠炎等。

同时,高温天气中,很多人喜欢食用生冷食物。进食生冷食物过多、过快或腹部受凉,会使较为脆弱的胃肠黏膜受到刺激,造成胃肠道的应激反应,引起腹泻。

首都医科大学宣武医院消化科主任翟惠虹介绍,预防夏季肠道传染病可以从注意饮用水卫生、食物生熟分开、培养良好手卫生习惯、减少与肠道传

染病患者接触、勤洗勤换衣被用具等入手。高温可杀灭致病微生物,饮用水宜煮沸后再饮用。饭前、便后要把手洗净。生食食物一定要洗净,尽量减少生冷食品的摄入。

专家提醒,对于养宠物的家庭,一定要注重宠物卫生,告诫孩子不要一边吃东西一边喂宠物。夏季吃剩的食物应及时储存在冰箱内,且储存时间不宜过长。冰箱低温只能延缓细菌生长,并不能灭菌,因此食物需要热透后再食用。

部分公众关心如果出现了腹泻症状该如何应对。国家疾控局提示,出现腹泻症状后应分情况处置。如果腹泻病情不重,一般通过调整饮食、对症治疗并注意日常休息,2至3天内症状即可改善;腹泻严重者,尤其是出现脱水、高热等较严重症状的,以及免疫力较低的儿童、老人出现腹泻,应及时到医院肠道门诊就医。

翟惠虹表示,针对腹泻,常用的治疗药物主要分为口服补液盐、止泻药物、抗菌药物以及益生菌制剂。其中,及时补充口服补液盐或多喝水十分重要,因为腹泻容易导致人体从肠道丢失大量液体和电解质。患者宜进食清淡、易消化的流质或半流质食物,症状好转后逐渐过渡到正常饮食。到肠道门诊就诊的患者,可用干净的小盒子或保鲜袋留取新鲜的大便标本送医院化验,以便医生有针对性地进行治疗。



贵州黄果树瀑布迎来入汛最大水量

7月4日,游客在位于贵州省安顺市的黄果树瀑布景区游览(无人机照片)。受持续降雨及上游来水影响,黄果树瀑布迎来2023年入汛最大水量。据安顺市水文水资源局实测数据显示,当日黄果树瀑布流量最高时达每秒427立方米。

新华社发

减证便民 让公证服务更加便捷高效

司法部7月3日在京召开新闻发布会,介绍近期公证服务减证便民情况。从证明材料清单管理到创新服务方式,一批公证服务便民惠民措施不断增强人民群众的获得感和幸福感。

■减轻群众办证负担

据介绍,近期司法部通过梳理共规范保全、学历、学位、证书(执照)、现场监督、合同(协议)等公证事项33类81项,办理此类公证需要提供的证明材料从原来的396项删减到280项。

“针对群众反映办理公证材料多等问题,我们全面梳理地方出台的公证证明材料清单,能压缩的尽量压缩。公证机构能够通过主动核查

获取的证明材料,或者能够通过政务信息资源共享方式获取的证明材料,不再让当事人提供;属于循环证明、无谓证明的材料,坚决砍掉。”司法部公共法律服务管理局局长刘福臣说。在提供证明材料方式上,对事实清楚、法律关系简单的公证事项中涉及的一些辅助性证明材料,不再要求当事人提供原件,提供复印件或者影印件即可。

■提升公证服务水平

针对群众办证往返次数多问题,各地司法行政系统围绕保障改善民生、优化营商环境、保护知识产权等重点领域,进一步扩大“最多跑一次”公证事项范围,对于法律关系明确、无争议的公证事项,只要申请材料齐全、真实,符合法定受理条件,即可实现让当事人“最多跑一次”。

据介绍,北京“最多跑一次”公证事项由最初的52项增加到185项,基本覆盖了全部公证业务领

域;天津采取容缺受理制度,对于基本条件具备、主要证明材料齐全仅缺少次要材料的公证申请,在当事人补齐材料并符合出证条件的同时立即出具公证书,提升服务效能。

此外,全面落实一次性告知制度,明确公证机构需一次性告知当事人办理公证的条件、程序、期限以及需要提交的材料、获取材料的途径和方式等内容。

■提供多元化便民服务

针对公证资源分配不均衡、公证服务供给不足等问题,司法部持续推动优质公证资源均衡配置,扩大公证机构执业区域至省级,方便群众、企业选择优质公证服务。

中国公证协会秘书长曹阳表示,中国公证协会现已研发出“全国公证处地图”微信小程序和“公证服务查询系统”,实现公证机构查找导航、公证服务信息展示、公证服务效果评价

等功能,方便当事人申办公证。同时,加强对偏远地区、力量薄弱公证机构的对口帮扶,引导县域公证机构进驻基层公共法律服务中心(站),实现群众申办公证“就近办”。部署开展“公证进乡村”活动,在乡镇(村居)公共法律服务工作站(室)设立公证咨询联络点12万余个,为农村群众办理各类公证46万余件。

■降低群众办证成本

针对群众办证成本问题,司法部会同国家发展和改革委员会进一步完善公证服务价格形成机制,明确规定关系民生的基本公证服务项目清单,实施政府定价或指导价管理。

鼓励各地实行最高上限价格管理,规定办理单套居民房产继承、遗赠公证事项费用不得超过1万元。指导各地落实价格减免政策,对80岁及以上老人首次办理遗嘱公证,免收遗嘱公证服务费用;对低收入群体、残疾人、农民工等特殊群体和军人军属、退役军人及其他优抚对象,按规定减免公证费用,推动公证服务公平共享。

比如,山东省司法厅服务房产交易“带押过户”,全面推出房产买卖合同公证、资金提存监管、委托综合代办等服务,防止“一房多卖”,有效预防“带押”二手房交易中的法律风险。今年以来,全省公证机构共办理“带押过户”业务3153件,平均每笔业务为群众节约交易成本1万余元。

刘福臣介绍,今年以来全国公证机构共办理公益法律服务21万余件,其中为老年人办理免费遗嘱公证1.1万余件、为服务三农办理减免收费公证1.3万余件。

(新华社北京7月3日电)