

列车座椅套热销引关注

# 别人坐过的“热椅子”有健康隐患？



(CFP)

最近，列车一次性座椅套卖爆了。有些乘客自带一次性座套，怕被传染皮肤病等疾病。对于该问题，12306官方客服工作人员已经表示，列车在起点站和终点站各消毒一次，列车员也会及时更换有明显污渍的座椅套。

不过，仍有很多人在心中会有疑惑，日常生活中，坐别人坐过的椅子到底会不会传染疾病？公共座椅上，到底有什么？真的有健康隐患吗？

## 公共座椅上到底有什么

别人刚坐过、还残存着体温的公共座椅是不是不卫生？上面到底有什么？

首先，这个问题取决于上一个人是怎么坐的。

如果穿着长裤长裙坐在公共椅子上，除了一些很难被肉眼发现的衣料碎屑外，并不会有更多的细菌或微生物。

如果是皮肤直接和椅子接触，那么就可能留下皮屑、汗液、皮脂等，这

些大多是无害的。

除此之外，皮肤表面一些正常的定植菌，如葡萄球菌、类白喉棒状杆菌、绿脓杆菌、丙酸杆菌等，它们在正常情况下一般无害，甚至参与皮肤代谢。

例如，葡萄球菌作为皮肤上的常驻菌之一，不仅帮助维持皮肤表面的酸碱平衡，还能通过产生抗菌物质来抑制其他病原微生物的生长。

## 坐热的椅子会传染疾病吗

首先要明确的是，大多数传染病是通过接触传播、血液传播、呼吸道传播等方式传染的。所以，即便公共座椅的前一位使用者是患者，留下了皮屑、汗液等，这些病原体也很难存活太久，且要穿透衣物和皮肤屏障不容易。

例如，性病，如梅毒、艾滋，主要是通过性行为、血液和母婴传播，艾滋病毒在离开人的身体以后，很快就会失去活性，正常坐椅子并不符合病毒传播的三要素（传染源、传播途径、易感人群）。

此外，坐别人坐过的热板凳也不容易传播经肛门或者尿道的疾病。

首先，坐时有衣物阻隔，肛门或尿道不会直接接触座椅，因此较少有接触

传播的可能，且肛门的括约肌在大多数时候都能阻隔外界细菌直接侵入。

男性尿道长而入口小，细菌不容易侵入，而女性尿道短而直，造成泌尿感染的可能性稍大。不过比起担心“热板凳”传播细菌，不如勤换内裤来得靠谱。

不过，需要警惕的是，有一些病原体，如水痘、皮肤念珠菌病、疥疮、癣类等疾病，如果患者的皮肤发病部位直接接触了座椅，在没有完全失活的条件下直接接触了下一个人的皮肤，就有传染的可能。

再如，一些通过飞沫传播的病毒，如果黏附在座椅上，再被不小心摸过座椅的手带到口鼻，也有可能造成传播。

## 如何正确使用公共座椅

注意个人卫生。在公共场所，尽量避免用手直接接触口鼻眼等敏感部位。接触公共设施后，及时洗手消毒。

尽量穿长裤长裙。尽量穿着长裤或长裙坐在公共椅子上，减少皮肤直

接暴露的机会。

观察椅子状况。如果坐的位置看起来脏乱不堪或有明显污渍，最好避免使用或拿出纸巾等物品进行简单擦拭消毒。  
(中新)

## 快乐厨房

### 周末的快乐 小龙虾给的



每个人的夏天，都有些必须吃到的美食。对美食达人高媛来说，夏天一吃小龙虾就会特别开心。让人欣喜的是，这个夏天，她开动脑筋，对小龙虾进行了一些创意烹饪。没想到，改良非常成功，味蕾的快乐值，简直要爆表了。

周末的快乐担当是什么？高媛的答案是——空调、西瓜、小龙虾。小龙虾送进嘴里那一刻，唇齿间感受到的都是虾肉的饱满、弹嫩，太开心了。高媛说，这些年吃小龙虾，麻辣、蒜蓉、油焖……通通试了个遍。今年，她又意外发现了个新口味，吃过一次后，当即决定把它推荐给周边朋友。高媛说：“它叫沙茶小龙虾，沙茶酱咸香、鲜甜、微辣，还带有坚果香气，搭配小龙虾，一口惊艳。”

首先，小龙虾刷洗干净，剪去虾头、虾胃，再拔出虾线，玉米切段后分为四段，西葫芦去掉内瓤切条。接下来，起锅加入两大勺油，爆香洋葱块、

蒜末、姜片、干辣椒段，下入小龙虾炒至变色，喜欢吃辣可以加入小米辣或辣椒面；加入沙茶酱、盐、生抽翻炒均匀，倒入1瓶啤酒，再倒入适量热水没过小龙虾，均匀铺入玉米块。最后，大火煮沸转中小火焖煮10分钟，开盖，加入西葫芦继续焖煮2分钟，开大火收汁，加入九层塔翻炒，一锅具有沙茶风味的小龙虾就完成啦。（冯元春）



LE HUO

LE HUO