

今日18点播出“开学第一课”

五个板块传授安全防范知识

■提醒

开学前皮肤科门诊为何拥挤？
专家：别乱用激素类药物

青年报记者 顾金华

本报讯 连续高温天气、出汗增多，致使皮肤疾病管理面临诸多挑战，拥有皮肤疾病的学生们趁暑假假期做复诊，致使上海地区皮肤科门诊迎来小高峰。

开学在即，不少妈妈们在为“神兽归笼”做准备的同时，也在为孩子迟迟不见好转的皮肤瘙痒忧心忡忡。在此，复旦大学附属华东医院皮肤科副主任医师石磊指出，湿疹反复发作，需警惕是特应性皮炎。

“孩子和家长们都想趁开学前，把疾病控制稳定下来，以良好的状态迎接新学期。”石磊告诉记者，特应性皮炎是一种慢性、复发性、炎症性皮肤病，婴幼儿及青少年是易感人群。

石磊告诉记者，不同于其他常见的皮肤疾病，特应性皮炎常会伴随患者终身，病情缓解与复发的状况经常反复交替出现，因此在治疗上不仅要缓解炎症，更需要长期有效的全程管理。“不少患儿及其家庭对特应性皮炎的典型症状及科学管理方法知之甚少，对轻中度特应性皮炎不够重视，从而错过了早确诊、早治疗的良机。”

复旦大学附属华东医院皮肤科副主任医师申洁同样表示：“青少年会因为皮肤问题，难以

集中注意力，自信与社交都受到不小的影响。不仅如此，特应性皮炎还可能发展为哮喘或过敏性鼻炎等其他过敏性疾病。”与普通湿疹相比，特应性皮炎病程更长，如果孩子出现瘙痒、慢性或反复，相关部位同时伴发干皮症等临床症状时，家长要引起重视，及早就医。

【专家支招】

●天气炎热时，应注意及时清除特应性皮炎患儿身上的汗液；在秋冬季节，应避免让患儿身处过于干燥或高温的环境；尽量选择纯棉质地的宽松衣物，避免让患儿接触毛织物、漂白剂等刺激源。

●患儿洗浴时水温不宜过高，以32-37℃为宜，时间不宜过长，以5-10分钟为宜；洗浴时应使用无刺激的洁肤用品。

●家长应该为患儿选择易消化的食物以及富含维生素的水果蔬菜；避免因盲目忌口导致的营养不良。

●在传统治疗领域，糖皮质激素软膏作为特应性皮炎的一线疗法，但长期大面积使用可能导致皮肤变薄、毛细血管扩张等不良反应。申洁提醒家长，对于激素类药物，家长不要自作主张给孩子用，要听从医生的建议。

■暖心

他们为山区师生送去
来自国门的祝福青年报记者 周胜洁
通讯员 黄波

本报讯 随着开学进入倒计时，来自国家移民管理局上海边检总站的移民管理警察跨越山海，走进结对帮扶的广西三江富禄乡，通过举办“领雁、添翼、助飞”教育帮扶行动为山区学校师生送去国门祝福。

“感谢来自边检警察叔叔阿姨的帮助与支持，我一定好好学习，长大后努力报效祖国！”8月上旬，一场由上海边检总站浦江边检站发起的结对爱心助学活动在富禄乡岑牙小学举行，学生代表潘伍龙领取到助学奖学金后激动地说。

让孩子们“收心”，不忘给教师“充电”。在本次“领雁、添翼、助飞”教育帮扶行动中，浦江边检站还联合上海市虹口区教育学院组成送教讲师团，为三江300余名中小学教师力量代表举办教学和管理能力培训班，给参训教师分享了上海教育教学领域最新研究成果和教育管理经验。

如何给三江的孩子们讲好开学第一课？在虹桥边检站，一场头脑风暴正在进行。“我们结合即将到来的中秋节、教师节，为孩子们精心准备了一堂中华优秀传统文化课，将英语教学与传统文化相结合，在寓教于乐中共同感受中华优秀传统文化魅力。”“云课堂”负责人钟建庆说起了构想。据了解，“三江英语云课堂”自2021年3月开课以来，已累计为35个班级1400余名三江学子开展了86期、231堂授课。

上海边检机关表示，自2019年定点帮扶工作开展以来，上海边检总站在国家移民管理局的统一部署下，先后派出民警60人次走进大山驻村支教。临近开学，该总站将再次派出12名民警赴广西三江支教，切实增强山区小学师资力量。该总站还先后对三江200余名贫困学生进行结对帮扶，累计为千余名困难学生赠送过冬棉衣、校服、水杯等物资，并出资援建教学楼、梦想教室、教师宿舍、操场等各类教学设备，助力推动乡村教育事业长远发展。

联系我们 qnbyw@163.com



昨天，已有不少学生在返校路上。

青年报记者 吴恺 摄

2022年秋季学期开学在即，由上海市教育委员会、上海市公安局、上海市应急管理局、上海市消防救援总队联合主办，上海市疾病预防控制中心协办、上海教育电视台精心打造的《公共安全教育开学第一课》(第十季)将于今日18点在上海教育电视台播出。

青年报记者 刘春霞

本季节目围绕“校园活动安全、体育课安全、用餐安全、实验安全、校园防疫”五个板块，向全市中小学生传授安全防范知识和自救互救知识技能。各板块采用“情景演绎、案例剖析、实验演示、嘉宾访谈及安全提示”的形式，由校长、班主任、学科教师和疾控专家担任主讲人，呈现校园安全的方方面面，为学生们营造全新的视听体验。

在校园活动安全板块，中国教育学会中小学安全教育与安全管理专业委员会理事、上海市重庆北路小学校长程迎红将传授入校离校交通安全、课间活动安全等方面的知识。通过门缝夹铅笔、高空抛水瓶等实验演示，带领学生沉浸式寻找校园生活小细节中的安全知识。

在体育课安全板块，上海市进才中学北校班主任、体育教师范里行通过一堂互动性十足的体锻课，为同学们讲解了不同的体育运动项目中，所应该掌握的

自我保护技能。在对抗性较强的足球运动中，可通过专业装备、规范自我保护动作规避伤害；在抛掷实心球运动中，可通过“两看一听”的方法保障运动安全；在前滚翻体操练习中，要注意双手支撑不能松、低头含胸团身紧；在跳绳运动中，可通过选择合适的场地和脚掌落地的前后顺序，缓冲跳绳对膝关节的冲击力。特别强调了热身、饮水以及如有不适需要注意的方面。

在用餐安全板块，上海市古美学校年级组长、班主任、生命科学教师余佳玮则通过“剪刀、石头、布”示范讲解，形象生动地介绍了在用餐时，如果发生食物梗阻气道的情况，如何使用海姆立克急救法来化险为夷。让同学们了解在危急时刻，要沉着应对，第一时间求助老师，使用科学的自救互救方法。

在实验安全板块，上海市格致中学化学教研组组长闻昊向同学们介绍了实验室的通风橱、喷

淋、洗眼器等设施设备的功能和作用，带领同学们了解化学实验室的安全守则和规章制度，演示了桌面起火灭火方式及灭火器的规范使用等。

在防疫安全板块，上海市疾病预防控制中心主任医师朱奕奕，结合当下疫情防控形势以及学生作为最需要关注的群体特点，对同学们在开学前后需要做的疫情防控准备、在校期间是否需要全程佩戴口罩等备受关注的问题，进行了细致的指导和讲解，并带领同学们一起重温“七步洗手法”，提示大家做到“三件套”“五还要”，助力同学们以安全、健康、快乐的状态迎接开学季。

据悉，8月31日18:00，除上海教育电视台首播外，上海广播电视台纪实频道、法治天地频道，东方明珠移动电视，以及百视TV、看看新闻、东方网等媒体平台，也将对节目进行同步转播。



《公共安全教育开学第一课》(第十季)今天18点播出。