

# 泡温泉会感染HPV?别慌,概率极小

注意这几点:去正规卫生温泉馆,尽量自带浴巾衣物,避开经期或皮肤破溃时,不可久泡



扫码看视频

近日,“泡温泉会感染HPV”话题引发大众关注。有网友表示,除了泡温泉,游泳也可能会感染。

泡温泉和游泳真的会感染HPV吗?感染了HPV会导致哪些问题?如何避免?1月7日,记者采访湖南省职业病防治院妇产中心副主任医师胡海玲,进行答疑解惑。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李琪  
通讯员 文娜 龚楚乔

## 网友称泡温泉感染了HPV

冬季来临,相约泡温泉成为大家热衷的休闲方式之一。然而,有网友发帖称自己泡完温泉后感染了可能致癌的人类乳头瘤病毒(HPV),“劝退”了不少网友。

很多网友留言表示,自己也有同样的经历,并表示除了感染HPV,有网友表示自己泡完温泉得了妇科病。

还有报道称,山东滨州一女子带娃去洗浴中心洗澡,到月底发现孩子身上长出白色疙瘩,去医院检查为丝状疣。“再也不敢泡温泉了。”

## 有可能感染但概率极小

胡海玲介绍,HPV的全称是人乳头瘤病毒,它的抵抗力强,具有“耐寒不耐热”的特点,在55℃—60℃才会发生变质。因此,如果温泉水、游泳池池水中含有病毒,当皮肤黏膜有破损等情况时,人体确实有可能接触到HPV并感染。

感染了HPV会导致哪些问题?胡海玲指出,HPV病毒目前已知的有200多种,医学上一般将其区分为更容易致癌的“高危型”和致癌风险低的“低危型”。高危型是导致女性宫颈癌的主要原因,低危型可致生殖器疣和其他良性病变,包括皮肤扁平疣。

“虽有感染的可能性,但都是小概率事件,大家不用过度恐慌。”胡海玲指出,正规消毒的温泉和游泳池HPV生存率会极大降低,加之大水体中HPV浓度极低,所以泡温泉、游泳感染HPV的概率极小。

需要注意的是,如果生殖道直接接触了HPV携带者的坐厕、毛巾、浴巾等物品,感染HPV的可能性会增加。

喜欢泡温泉、游泳,但又怕得病该怎么办?胡海玲建议,不要在经期、皮肤破溃时或性生活后立即泡温泉或游泳;选择正规卫生的温泉、游泳场所,注意个人卫生,携带使用个人物品;注意适宜水温,不可久泡,及时补充水分,泡温泉或游泳后及时冲洗。

## 提醒 这些人不宜泡温泉

1. 患有高血压、糖尿病、心脏病、脑血管病、肺气肿、贫血的老年人。长时间泡温泉可能导致出汗、头晕等不适症状,特别是当室外温度较低,温泉水温度又偏高的情况下,由于冷热交替的刺激,就容易导致血管扩张进而产生不适。

2. 糖尿病患者不宜长时间泡温泉。因为水温过高可能使胰岛素吸收加快,机体能量消耗增加,心脏负担加重,较易出现意外。

3. 严重动脉硬化的患者以及长期高血压控制不佳的人不宜泡温泉。因为这类患者血管内皮功能及弹性减退、血管脆性增加,在泡温泉时,冷热刺激交替,血管频繁收缩扩张,可导致心脑血管意外。

4. 儿童、孕妇也不宜长时间泡温泉,最好不要超过30分钟。

## 湖南全面实施学校美育浸润行动 让一个个有趣的点子破茧成蝶

## 美育+,让每个孩子与美“湘”遇



长沙麓山国际实验小学美育课程亮相橘子洲非遗馆。

▼长沙麓山国际实验小学的自由着装日让孩子们通过多彩的着装感受多元魅力、拓宽眼界、传递喜悦。



扫码看新闻

三湘都市报1月7日讯 实施美育教学改革深化行动、教师美育素养提升行动、艺术实践活动普及行动等,推动形成全覆盖、多样化、高质量的具有中国特

色的现代化学校美育体系……1月2日,教育部正式公布通知,要求全面实施学校美育浸润行动。

为了探寻湖南学校“美育+”路径,连日来,记者走访后发现,从劳动创作之美到现代科技之美,湖南各地“美育+”创新案例比比皆是。

## 让一个个有趣的点子破茧成蝶

“我的才艺是背绕口令”“我擅长武术,我的长棍可厉害了”“我最喜欢唱歌,这个班级选拔我要唱首歌”……2023年12月29日,长沙市天心区仰天湖实验学校开展了为期半个月的“发现最美的你——仰天湖实验学校第一届儿童美育节”系列活动。孩子们全员参与,通过班级选拔的形式参加“达人秀”海选,现场气氛浓烈,小选手们个个精神饱满,神采飞扬,还定制了专属自己的个人海报。

该校校长刘菲菲表示,美育不应简化为学科教育或者技能教育,它是包罗万象的。据悉,2021年建成开学的仰天湖实验学校,办学之初便确立了“智慧美育”的办学特色。学校依托艺术美学课程中的定格动画课程,为学生创设“爱小创”动画工作室。在这里,学生化身小导演、小编剧、小场务,让一个个有趣的点子破茧成蝶,定格为美好瞬间。

据悉,一部定格动画的诞生需要6个流

程的优化、13个学科的深度参与。比如,编写剧本需要语文学科素养,绘制分镜头需要美术学科素养,动画剪辑则需要音乐、信息技术等学科素养。定格动画的取材和创作一般来源于学生生活,在他们的动画作品中可以看到科普知识、生活常识等内容,这些学生经历的校园生活都以艺术的方式展现出来。

在长沙市实验小学,2023长沙市“媒体艺术进校园”活动优秀作品巡展让孩子们探索想象的边界,激发创意的火花。现场陈设的媒体艺术装置让孩子们新奇不已,只要挥一下手,装置屏幕上就会变换出创意十足的花瓣和头像。

## 着力构建具有特色的学校美育体系

这些创意是怎么来的?如何让灵感变成现实?湖南师范大学美术学院数字媒体艺术系教师张卓为小朋友们上了一堂媒体艺术兴趣课。张卓采用“知识讲授+交流体验”相结合的形式,通过图文并茂的讲解,配以多媒体教学演示,利用媒体艺术新技术描绘的未来世界,极大地激发了孩子们的热情。据悉,该校深耕学生美育发展,通过课堂、社团、项目式学习等课程,尝试探索媒体艺术与不同学科的融合。

记者了解到,为了让学生们在课堂内外时时“与美相遇”,在实践中不断发现每个孩子专属的特长,近年来,湖南全面加强和改进新时代学校美育工作,着力构建具有特色的学校美育体系,利用各种文化资源助力美育教育,制定学校美育师资和场地器材建设三年行动计划(2021—2023年),并要求开齐开足上好美育课程,推进高校艺术类一流专业建设,加强美育教材建设。此外,湖南全面实施中小学生艺术素质测评,探索将艺术科目纳入中考。 ■全媒体记者 杨斯涵