

被家养的猫、狗抓咬伤 需要打狂犬病疫苗吗？

9月28日,是世界狂犬病日。

狂犬病是由狂犬病毒(弹状病毒科丽沙病毒属)引起的一种以侵犯中枢神经系统为主的急性人畜共患传染病,目前尚无有效治疗手段。一般情况下,人会在发病后10天内死于呼吸或循环衰竭。

2007年,我国报告狂犬病病例3300例,随着狂犬病综合防控措施实施,病例数持续下降,至202年已降至122例。尽管2024、2025年病例出现小幅波动回升(2024年167例、2025年247例),但发病总规模仍远远低于早年水平。

狂犬病一旦发病,病死率几乎100%,但通过及时规范的预防可以避免患病。因此,掌握正确的狂犬病预防知识非常重要。对于狂犬病,应该了解哪些常识?一起看。

●被猫狗抓伤、咬伤后如何处理伤口？

用肥皂水和一定压力的流动清水交替彻底冲洗所有咬伤和抓伤处约15分钟；

冲洗后用稀释碘伏或其他具有病毒灭活效果的皮肤黏膜消毒剂涂擦伤口；

根据伤口污染或感染情况,合理使用抗生素,减少狂犬病病毒以外的其他感染。

●被自家养的猫、狗抓伤、咬伤需要打狂犬疫苗吗？

首先要明确,猫、狗不会“凭空”患上狂犬病,和人类一样,它们必须先被处于发病期(传染期)的动物抓伤、咬伤,病毒通过唾液进入伤口才会被感染。

另外,狂犬病毒不会长期潜伏在动物体内。猫、狗一旦感染狂犬病毒,潜伏期通常为1—3个月,发病后会在10天内死亡。

主人不能仅凭主观判断宠物健康就放弃处置,可结合下面3个条件,综合评估风险：

- 1.它接种过狂犬病疫苗吗？
连续两年在正规机构完成接种狂犬病疫苗的宠物,患病概率极低。
- 2.它有感染狂犬病的风险吗？
针对猫:如果是自家养的猫,能确定半年内猫没有出门、没有接触过其他动物,则几乎没有感染狂犬病毒的可能。
- 针对狗:如果每次外出,狗全程在主人视线范围内,确定没有与其他可疑动物接触,也没有感染狂犬病毒的机会。
- 3.事发时,它的状态正常吗？
猫狗伤人时,如果精神状态正常,仅为玩耍过程中无意误伤,风险相对较低,但仍要结合前两项条件综合判断。

●不能确定宠物有没有感染狂犬病风险,怎么办？

首先,要及时、正确地处理伤口,并到医院接种疫苗。

接下来,可以通过“10日观察法”持续关注宠物。如果10天后宠物仍然完全健康,就可以完全排除风险,可终止后续疫苗针次。

●被流浪动物抓伤、咬伤可以使用“10日观察法”吗？

不行！

“10日观察法”仅限于家养动物,并且伤人动物需有2次明确记载的有效狂犬病疫苗接种史。另外,“10日观察法”并不等同于观察10天后再决定是否接种疫苗,它是判断伤人动物是否携带狂犬病毒的参考依据,用来评估被咬者后续是否可以终止接种,同时也可打消被咬者的顾虑。

据央视新闻客户端

一握“入睡神器” 就能“一秒关机”？

“无需服药,轻松一握”“调至5档,一秒关机式入睡”——近期社交平台上,手握式睡眠仪的带货视频层出不穷。几十元到几百元的产品自称“入睡神器”,宣称以电流刺激助眠。评论区褒贬不一:有人“握了两个程序犯了迷糊”,有人“试了四五天没啥效果”。而宣传页上大多看不到功效检测报告,也难确认是否取得医疗器械注册证。

泰康仙林鼓楼医院神经内科副主任医师李明泉表示,这类产品的作用被严重夸大。

“电刺激握在手上,对人体影响微乎其微。”人体本身就在产生肌电、脑电、心电等大量电活动,维系着脏器功能。而这类产品的电压控制本身就是难题:“过低没有影响,过高会产生触电风险,还会干扰正常的电活动。”此外,部分产品自称“德国黑科技”“日本黑科技”,却在主流市场查不到专利号,也查不到器械号审批号码。

商家宣称的“一秒入睡”更违背睡眠规律。从清醒转入睡眠须经历多个时期,其中类似打瞌睡的思睡期通常要10分钟到半小时,中位数约20分钟。“不存在‘一秒入

睡’,也不存在把大脑由清醒瞬间切换为睡眠的开关。”

失眠病因同样复杂:原发性睡眠障碍、其他疾病继发的睡眠障碍、压力导致的应激性睡眠障碍,处理方式各不相同——后者度过压力期后睡眠可能自然恢复,疾病引起的则须治疗原发病,绝非“随便通个电”能解决。

临床真正使用的神经电刺激技术是经颅电刺激与经颅磁刺激,前者在头皮施加直流电,后者将磁信号转为电信号,效应均通过电实现。但这类治疗有严格的器械批号与生理学基础,对强度、频率、作用部位、时长、适应证与禁忌证均有严格规定,需个体化制定,并具备医疗器械证书、注册证及主流文献支撑。以原发性失眠为例,患者该睡时大脑皮层仍兴奋,经颅磁刺激以特定频率让兴奋脑波变慢,使维持睡眠的系统占优势,患者方可入睡——但须由专业机构与医生操作。

专家提醒,公众不应盲目依赖未经临床验证的产品,以免延误治疗;持续失眠者应到正规医疗机构就诊,接受科学评估与规范治疗。

据《扬子晚报》

中国智能网联新能源汽车 开启新征程



2026年9月15日,一批新能源汽车在山东港口烟台港等待装船出口(无人机照片)。

新华社 发(唐克 摄)

上海专家团队研究证实： 佩戴助听器 可逆转老年轻度认知障碍

上海交通大学医学院附属第九人民医院吴皓教授团队牵头的“中国老年听力与认知健康”随机对照研究,于2026年9月28日在线发表于国际权威期刊《美国医学会杂志·神经病学卷》(JAMA Neurology)。研究显示,伴轻度认知障碍的中重度听力损失老人,规范验配助听器两年内,认知功能恢复至正常的比例达15.34%,约为未佩戴助听器对照组(2.36%)的6倍。

吴皓牵头的这项“中国老年听力与认知健康”研究项目依托社区老年体检网络,在上海、江苏、海南等地筛查3.5万余名老人后发现,我国60岁以上人群约77%存在听力问题,近30%为中度及以上致残性听力损失,而助听器使用率仅3.5%,重度以上耳聋者人工耳蜗使用率仅0.47%。

2020年至2024年,从社区站点及耳鼻喉科门诊共纳入703名60岁及以上、伴中度至重度听力损失的轻度认知障碍老人,平均

基线年龄74.5岁。受试者被随机分为两组:一组接受专业助听器验配及使用指导,另一组不佩戴助听器,仅接受听觉健康与生活方式健康教育。评价指标包括痴呆发生率、认知逆转率及听力、抑郁水平、生活质量等。

两年随访结果显示:干预组认知功能逆转至正常的比例为15.34%,对照组为2.36%,风险比5.94——佩戴助听器的老人认知恢复正常的机会约为对照组的6倍。

“在认知障碍尚缺乏有效药物的背景下,这是首个以中国人群随机对照试验,数据证明听力干预作为一种非药物、可推广手段,对已出现一定程度认知衰退的老年人具有明确认知改善价值。”吴皓同时表示,此项研究提示,认知衰退并非单向过程,及时的听力重建可使部分老人的认知功能回到正常轨道。

据澎湃新闻

空腹吃香蕉会“伤心”？

网络上流传着“香蕉含镁较高,空腹吃香蕉可导致血镁增高,影响心脏功能”的说法。

这种说法看似有道理,其实经不起检验。

根据《中国食物成分表(2009)》,每100克香蕉可食部含有镁43毫克。一个正常成年人即便是一次进食200克,镁的摄入量也只有86毫克,仅为成年人每

日镁推荐摄入量(330毫克)的四分之一,不可能引起高镁血症。

此外,人体对食物中镁的吸收率随人体镁的营养水平发生变化。当人体镁的营养水平充足时,肠道对镁的吸收率也就自然降低,同时镁的排泄量也会增加,是不太可能因为一次摄入富含镁的食物而导致血镁水平急剧升高的。

据中国新闻网