



新闻多一点>>>

使用体温计注意事项

1. 饮食(冷饮、热饮)、剧烈运动、洗澡等都会影响测量结果,需要等30分钟后再次测量。
2. 体温只是一个参考,是否需要用药、何时用药,要根据症状和感受来综合判断。
3. 如出现寒战、手脚冰凉、面色苍白等症状,说明处在体温上升期,可以给手脚适当保暖,增加舒适感,也可以根据经验提前用药,不需要等到38.5℃以上。
4. 如果体温在40℃以上持续一天,或者38.5℃以上持续三天,或在发热时伴有呕吐、严重腹泻、抽搐、呼吸急促、精神萎靡,甚至昏睡、昏迷、眼窝凹陷、少尿甚至无尿的情况,一定要及时就医。



■新重庆·重庆日报记者 刘一叶

自2026年1月1日起,我国将全面禁止生产含汞体温计和含汞血压计产品。这标志着水银体温计即将正式退出历史舞台。

此消息一公布,相关话题迅速冲上热搜,引发网友热议。陪伴几代人成长的水银体温计怎么就被下了“禁产令”呢?平替产品又该怎么选?12月10日,记者对此进行了采访。

水银体温计为何要禁产?

水银体温计为何要禁产?“主要还是跟其强毒性与不可降解性有关。”重庆医药高专附一院(市职防院)职业病与中毒医学科主任医师杨勇称,汞又称水银,是常温下唯一呈液态的金属,易挥发成汞蒸气。

一支标准水银体温计含汞约1至2克,一旦破碎,汞会迅速挥发,短时间内即可使室内汞浓度超标数倍甚至数十倍。

“吸入汞蒸气会损害神经系统和肾脏功能,儿童、孕妇对其更敏感,可能导致发育迟缓、胎儿畸形等不可逆伤害。”杨勇说,此外,汞不会在环境中自然降解,会通过“食物链富集”不断累积,对生态环境造成长期破坏。

当天,记者从位于两江新区中央公园北路、沙坪坝区都市花园中路等地的四五家线下药店了解到,水银温度计目前仍在正常出售,零售价一般在10元以内。

“目前流感多发,连日来,不少市民都来购买水银体温计,销量总体平稳。”其中一家药店工作人员说。

对消费者来说,水银体温计使用也存在一些不便,如观测角度不易掌握、显示的数字字体小读取不便,每次使用前都要先甩动体温计恢复原位,而且在日常使用过程中容易打碎。

打碎水银体温计怎么处理?

当水银体温计被打碎后,该怎么办?

“如果不慎打碎水银体温计,其中的水银泄漏后,需立即科学处理。”市十三院感染管理科科长李兰川提醒,一要迅速开窗通风,加强房间与室外的空气流通,降低室内浓度;二要疏散家人至安全房间,避免接触或吸人;三要关闭空调、电暖器等加热设备,减缓汞蒸发速度。此外还要关闭与被污染房间相通的房门,避免水银蒸气扩散至其他房间。

李兰川称,废弃水银体温计属于有害垃圾,需密封包裹后,投放在至有害垃圾收集箱。清理时,务必戴橡胶/丁腈手套和医用口罩,准备带盖瓶并装半瓶防水止挥发。用硬纸片或不带针头的注射器将大汞珠刮入或吸入瓶中,小颗粒及地缝残留则用胶带或湿棉签粘取后放入瓶内,后续按有害垃圾规范处理。

哪些产品可以替代?

水银温度计被全面禁产后,哪些产品可以替代它?

重庆市急救医疗中心医学装备科副

主任医师陈晨介绍,目前,除了水银温度计外,市面上还有较多接触式电子温度计、非接触式电子体温计可供选择。

非接触式电子体温计,也就是额温枪和耳温枪。该类体温计采用红外热电堆技术,测量额头皮肤、耳部鼓膜等体表红外辐射来计算体温,具有测温快、易读取的特点,适合快速筛查场景,但易受红外探测器精度、环境温度以及测量部位状态等因素干扰,从而发生测温偏差。

市民还可以选用接触式电子温度计。“它是运用热敏电阻技术,夹在腋下或放入口腔测量,使用方式与传统水银体温计相似,测量准确度相较非接触式电子体温计更精准,但需保证放置于正确位置。”陈晨提醒,使用电子体温计时应注意,接触式电子体温计测量前需避开热源和冷源,腋下测量需夹紧15秒至30秒;非接触式电子体温计则需保持探头清洁,测量时避免头发、衣物遮挡;若电子体温计具备手动误差调整功能,建议每两个月进行一次误差校准。

此外,还有一种新型的镓钢锡体温计(无汞体温计),外形和使用方法与水银体温计几乎一致。该体温计只是将水银换作了一种新型液态金属合金材料,兼顾了高精度和环保的特点。

“若镓钢锡体温计在使用中不慎打碎,除需留意玻璃碎片外,其表内液态金属接触空气后会马上固化,不会产生任何对人体和环境有害的气体和物质。”陈晨称。近年来,镓钢锡体温计逐步开始批量生产,普及度目前略低于其他类型体温计,但镓钢锡体温计不需要定期调校,且通过消毒后,可重复使用,被视为水银体温计的替代品。

一条绿道串起万州沿江十六景

万州长江南岸滨河绿道贯通,昔日荒地成为休闲健身空间

■新重庆·重庆日报记者 左黎韵

初冬时节,万州区长江南岸,一排排乌桕树傲然挺立。树木间,一簇簇地被植物绿意盎然,冲淡了冬日的萧瑟。

“这里曾是一片荒地,杂草丛生,横亘在万州老城墙与樱花渡公园间,不仅不美观,平时想沿着江边走走还得绕路。”正沿着步道散步的万州市民刘菊梅告诉记者。

这条全长约1800米的滨河绿道,上游起于沱口集装箱码头,下游止于万州长江大桥旁的樱花渡公园。日前,万州长江南岸岸线生态修复三期项目竣工,复绿了沿岸植被,营造出缓滩、绿地、陡崖相结合的生态岸线。随着绿道的贯通,万州长江南岸旧城墙至渡改桥段的滨河岸线全线连通,补齐了万州长江生态廊道的“最后一公里”。

荒地变绿道
贯通万州沿江两岸十六景

万州,一城碧水,长江自西南向东北横贯全境,城区江岸线长约60公里。“十四五”时期,万州区以滨江环湖地区“一江两岸十六景”为抓手,对长江岸线、消落区实施了综合整治,拓展了滨江生态空间。然而,连接长江南岸旧城墙至渡改桥段的滨河岸线却一直未能贯通,江水的长年冲刷,使岸线变得极不稳定,一些滩涂地甚至出现植被退化、地表裸露的现象,成为滨江生态环线中的一个断点。

旧城墙属于万州新城范围,周边聚集了大量高品质住宅小区。多年来,不断有居民反映周围岸线杂乱、景观缺失,希望滨江环线能真正贯通,提质。

“但我们也面临着一些困难。”万州区规划和自然资源局相关负责人说,过去,滨江岸线存在着多处这样的断点,居民们近水而不亲水的现象常有,区里用于生态修复的资金有限,只能优先投入到一些急险重的治理任务中去。

从2022年开始,万州区累计实施了22个山水林田湖草沙生态保护修复项目。这22个项目被纳入国家“十四五”



12月7日,与万州区长江南岸旧城墙至渡改桥段岸线生态修复工程(三期)相邻的樱花渡公园,市民打乒乓球锻炼。



12月7日,万州区长江南岸旧城墙至渡改桥段,步道两旁植被郁郁葱葱。
记者 谢智强 摄/视觉重庆

期间第二批山水林田湖草沙一体化保护和修复工程项目,获得3亿元的财政支持。“我们将其中的9000万元投向了旧城墙沿岸,重塑沿途岸线生态。”长江南岸线生态修复三期工程负责人说。

在这个月,绿道终于打通,连接起了旧城墙和樱花渡公园。沿着这条步道,市民和游客还能一气呵成遍览万州“一江两岸十六景”,涵盖彩泉映月、樱花渡、南门印象、音乐广场、繁星江南、三星云廊等。

三维网植草护坡
修复6万多平方米的消落区

从旧城墙出发,沿着步道一路前行,在江水回湾处,一簇簇小草从泥土中探出头来,点缀着这片河滩。

这片人工草地是专为修复江滩生态打造的:草籽枯水季生长,到了涨水季节河水漫过堤岸,草籽深埋水下进入休眠状态。

整个旧城墙岸线修复范围有6万多平方米的消落带,随着江水的涨落,被淹没的土地季节性露出水面。这一区域内,耐旱植物在蓄水期无法存活,耐淹植物在枯水期无法存活,成为项目施工的最大难点。

“最初,我们想过在河道浅滩地种植中山杉,这是一种根系发达的杉树,能够适应消落带半山半水的特殊地理条件。”长江南岸线生态修复三期工程负责人

变身休闲健身空间
来这里游玩的市民明显增加

长江江畔,骑行跑道像一条柔软的丝

带缠绕其间,串联起江滩绿道的景致。

“绿道修好后,我每天傍晚都要过来跑步,累了还能在长椅上歇歇脚,看看江边的落日。”市民吴予彤说。

绿道的贯通,不仅改善了江岸生态,也为居民们提供了“家门口”的休闲健身空间。

道路两旁,以前光秃秃的坡地种上了麦冬、葱兰等,坡上点缀了枫香、鹅掌楸等乡土树种,重要节点还适度栽植了三角梅、蓝花楹等彩叶树种,形成了“四季不同,层次分明”的滨江森林景观带。

记者沿着绿道前行,初冬时节,一抹抹浓郁的红色枫叶在道路两侧随风轻舞,为江岸增添了一抹明亮的色彩。

“岸线一头连着万州旧城墙,以前每到周末,来城墙周边玩耍的市民特别多,可再往里走是半高大的杂草,城墙逛久了也没意思,慢慢地,来的人也越来越少。”绿道开放后,在城墙边经营甜水铺的个体户秦双双明显感觉到人流量增加了,她对店铺进行了升级,推出了围炉煮茶等热门菜单。

“除了本地市民,还有不少重庆及周边的外地游客来游玩,一个月的营业额就有两三万元。好生态带来好福祉,我们也尝到了增收的甜头。”秦双双笑着说。

接下来,万州区还将在绿道起点的旧城墙周围增设公共厕所、停车场等,更好地服务到步道游玩的客人。

权威发布

层高不低于3米 配备人脸识别门禁

重庆保障性住房
迎来“好房子”标准

本报讯 (新重庆·重庆日报记者 邱小雅)12月11日,记者从重庆市住房和城乡建设委员会获悉,《好房子技术导则(保障性住房)》(以下简称《导则》)将于2025年12月15日起正式施行,为全市保障性住房建设立下“新标尺”,标志着重庆保障性住房建设进入标准化、品质化发展新阶段。

非接触式电子体温计,也就是额温枪和耳温枪。该类体温计采用红外热电堆技术,测量额头皮肤、耳部鼓膜等体表红外辐射来计算体温,具有测温快、易读取的特点,适合快速筛查场景,但易受红外探测器精度、环境温度以及测量部位状态等因素干扰,从而发生测温偏差。

市民还可以选用接触式电子温度计。“它是运用热敏电阻技术,夹在腋下或放入口腔测量,使用方式与传统水银体温计相似,测量准确度相较非接触式电子体温计更精准,但需保证放置于正确位置。”陈晨提醒,使用电子体温计时应注意,接触式电子体温计测量前需避开热源和冷源,腋下测量需夹紧15秒至30秒;非接触式电子体温计则需保持探头清洁,测量时避免头发、衣物遮挡;若电子体温计具备手动误差调整功能,建议每两个月进行一次误差校准。

此外,还有一种新型的镓钢锡体温计(无汞体温计),外形和使用方法与水银体温计几乎一致。该体温计只是将水银换作了一种新型液态金属合金材料,兼顾了高精度和环保的特点。

“若镓钢锡体温计在使用中不慎打碎,除需留意玻璃碎片外,其表内液态金属接触空气后会马上固化,不会产生任何对人体和环境有害的气体和物质。”陈晨称。近年来,镓钢锡体温计逐步开始批量生产,普及度目前略低于其他类型体温计,但镓钢锡体温计不需要定期调校,且通过消毒后,可重复使用,被视为水银体温计的替代品。

重庆力争到2030年
基本构建产品碳足迹管理体系

本报讯 (新重庆·重庆日报记者 赵伟平)12月11日,市政府新闻办举行《加快建立以出口外贸为导向的产品碳足迹管理体系实施方案》(以下简称《方案》)解读新闻发布会。根据近日印发的《方案》,我市将不断丰富应用场景,力争到2030年基本构建产品碳足迹管理体系。

在循序渐进推进企业产品碳足迹核算和碳标识认证方面,《方案》指出要聚焦外贸出口导向企业,优先引导新能源汽车、笔记本电脑等重点产品开展碳足迹核算,同步推进摩托车、铝材、特色农产品等优势产品的碳足迹核算研究。

同时要加快推动笔记本电脑碳标识认证国家试点,并扩展至新能源汽车行业,鼓励出口外贸需求明显、产业链完整的重点行业或产品,自愿开展碳标识认证。

结合国家要求与重庆实际,市生态环境局会同市发展改革委、市经济信息委、市商务委、市市场监管局等15个部门,在深入调研基础上,重点聚焦外贸企业群体,于近期印发了《方案》,旨在加快构建重庆市碳足迹管理体系,推动企业绿色低碳转型升级,服务重庆外贸行业高质量发展。

《方案》明确了因地制宜建立健全产品碳足迹管理体系、循序渐进

渝检护“未”团队走进重庆八中宏帆中学校
以动人故事播撒法治种子

本报记者 (新重庆·重庆日报记者 刘一叶)12月11日,“时代楷模”重庆检察未成年人保护工作团队(以下简称渝检护“未”团队)代表先进事迹巡回报告会在重庆八中宏帆中学校举行,渝检护“未”团队代表与相关讲述人走进校园,为该校师生带来一堂生动感人的法治教育课。

据了解,渝检护“未”团队前身可追溯至2004年的“莎姐”青少年维权岗。历经21载不懈耕耘,现已拥有45个维权岗、500余名成员。2025年8月,中央宣传部授予团队代表“时代楷模”称号。

报告会上,渝检护“未”团队代表表梅玫、龚珊、唐焕然、吴波、李非白、孙文静、王莉7位同志与相关亲历者依次登台,通过一个个真实案例,展现团队21年来坚持“德法相伴、倾情守护未成年人健康成长”的感人故事。

其中,梅玫将“莎姐”从一个岗

位打造成一座城市的温暖名片;吴波为了一封高墙来信驱车百里,在法治威严中传递司法温情;李非白用7年陪伴,成为3个孤儿身后的“检察官妈妈”……他们的讲述里,有风雨兼程的执着,有守护成长的温暖,更有对未成年人检察事业的奉献和担当。

重庆八中宏帆中学校副校长刘剑平表示,通过这堂课,希望在每一位同学心中播下法治的种子、点燃正义的火焰,让大家更加懂得自我保护、珍爱生命、敬畏法律。

袁迪老师表示,他将汲取榜样力量,在今后的工作中给予学生更多的耐心和关爱,用爱引导每一个孩子成长。

学生王子锐说:“聆听了渝检护‘未’团队代表的先进事迹后,心里满是暖意。尤其是李非白照料3个孤儿的事迹,从三餐到心事,把冰冷的职责焐成了带着烟火气的守护。”

其中,梅玫将“莎姐”从一个岗

我行将通过公开转让方式出售不良资产包,现将有关内容公告如下:

一、拟出售的债权资产:本次拟出售不良资产包,6户规模:本金余额合计约0.84亿元,主债务人、担保人及抵押物主要分布在重庆等地区。

二、报名单位:需依有关规定具备受让相应债权的主体资格。我行将对报名单位进行资格审查。

三、交易日期和交易方式:报价日为2025年12月26日15点,资产包拟采取公开竞争性出售方式。

债权资产公开竞价出售公告

报名单位提交纸质债权竞价报名表进行报名(竞价报名表格式样请与我行联系人联系取得)。报名时间自即日起至2025年12月26日12点(北京时间),可通过专人提交或以特快专递邮寄方式送达至本公告第四条所述的报名文件接收地址,送达时间以我行收件人签收时间为为准,传真文件一律不予接收。

四、其他事项:

1. 本公告不构成出售上述资产包的要约。意向方可根据我行发送的相关交易文件规定的条件报价竞买上述债权资产。在双方签署债权转让合同之前,我行不对任何潜在的或我行给予交易资格的意向方承担任何责任。

2. 报名文件接收地址:重庆市两江新区黄山大道中段67号3幢。

3. 我行联系人:薛先生;联系电话:023-88280823

浙商银行重庆分行

2025年12月12日

关于中国平安人寿保险股份有限公司重庆分公司第一营销服务部变更营业场所的公告

中国平安人寿保险股份有限公司重庆分公司第一营销服务部经重庆监管局批准,因变更营业场所换发《中华人民共和国保险许可证》,现予以公告。公告内容:

机构名称:中国平安人寿保险股份有限公司重庆分公司第一营销服务部

业务范围:经银行保险监督管理机构或其他行政许可权的机构批准并经上级机构授权办理的业务。

批准日期:2006年07月18日

机构住所:重庆市渝中区虎踞路62号16-1#、16-2#、16-3#、16-4#

联系电话:1770832