

預防有法 水痘難埋身

1 保持雙手清潔

經常保持雙手清潔，尤其在觸摸口、鼻或眼之前、觸摸扶手或門把等公共設施後，或當手被呼吸道分泌物污染時，如咳嗽或打噴嚏後。洗手時應以梘液和清水清潔雙手，搓手最少20秒，用水過清並用抹手紙或乾手機弄乾。如沒有洗手設施，或雙手沒有明顯污垢時，使用含70至80%的酒精搓手液潔淨雙手亦為有效方法。

當出現感染病徵，應戴上外科口罩，不應上學，避免前往人多擠迫的地方，及盡早向醫生求診。



2 做好環境衛生

定期清潔和消毒常接觸的表面，如傢俬、玩具和共用物件。使用1比99稀釋家用漂白水（即把1份5.25%漂白水與99份清水混和）消毒，待15至30分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面則可用70%火酒清潔消毒。

用吸水力強的即棄抹巾清理可見的污物，如呼吸道分泌物，然後用1比49稀釋家用漂白水（即把1份5.25%漂白水與49份清水混和）消毒被污染的地方及鄰近各處，待15至30分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面則可用70%火酒清潔消毒。

保持室內空氣流通。避免前往人多擠迫或空氣流通欠佳的公眾地方；高危人士在這些地方逗留時可考慮佩戴外科口罩。

3 免疫接種

現時已有疫苗預防水痘，約九成接種疫苗的人士都可以產生免疫能力。

在「香港兒童免疫接種計劃」下，兒童接種共兩劑含水痘的疫苗（請參閱「香港兒童免疫接種計劃」）。家長可向家庭醫生或衛生署母嬰健康院查詢詳情。



閱寫樂

| 周蜜蜜

• 香港兒童文學藝術聯會會長

優秀的《中國軌道號》

今年6月17日，我國發射「神舟十二號」飛船，將三名太空人送至「天宮號」空間站，這將是中國自主建設的常駐空間站迎來的首批「住客」。三名宇航員是聶海勝、劉伯明和湯洪波。在太空駐留三個月。

神舟十二號飛船由返回艙、軌道艙及推進艙組成。返回艙為宇航員升空進入空間站和返回地球的「座艙」；軌道艙為宇航員在太空中的主要生活場所；而推進艙提供電源和推進劑，安裝有儀器和設備，儲存有氧氣罐和水罐，以及兩個太陽能電池陣。三名宇航員在空中執行與地面同步的作息，並且出艙工作。他們在空間站駐留約三個月後，乘飛船成功返回中國內蒙古巴丹吉林沙漠附近的東風著陸場。

這一振奮人心的消息，讓全國各地人民感到非常激動和自豪，廣大的青少年兒童也不例外。差不多與此同時，在兒童文學界，也傳來了與航天科技發展普及有關的喜訊：



由中國作家協會主辦的第十一屆全國優秀兒童文學獎在北京中國現代文學館舉行頒獎典禮。科幻作家、南方科技大學教授吳岩創作的長篇兒童科幻小說《中國軌道號》，獲得了這一中國兒童文學最高榮譽。

這本書中的故事發生在1972年，空軍裝備研究所接到軍委緊急命令，要在兩年內把中國第一艘載人飛船中國軌道號送上太空。軍裝所的孩子為此歡欣鼓舞，但又必須守口如瓶。這些從小就立志要飛向藍天保衛國家的少年，在父母一輩模範的引導下，最終將自己融入偉大的事業，並由此成長為努力、堅守、正直和懂得關愛的新人。而他們所參與的那些發明和發現，不但會讓中國人在太空中畫出一條自己的軌道，還將會在更多的方面改變這個世界的面貌。小說從一群孩子的眼中，觀察了中國航天技術在一個獨特時代的發展景觀，傳遞了勇於創新的築夢精神和堅持不懈的逐夢精神。可以說，這部作品展現出童年記憶與中國人的航天夢想緊密交融的夢幻奇境，在保有純正科幻驚奇感的同時洋溢着童真與童趣。我一直認為兒童科幻小說是兒童文學中重要的組成部分，近年也創作過《來自星星的小王子》等一系列和航天科技有關的兒童科幻小說，也受到許多青少年讀者的關注和喜愛。

