

出游本是一件开心的事,但是近年来,随着旅游人数的迅速增长,各类交通工具的卫生问题也层出不穷。曾经有专家经过采样和检测,发现看似干净无害的公共区域其实存在大量的细菌和病毒,也许就是你座位旁的扶手、脚下的地毯,甚至是经常使用的咖啡机,都隐藏着触目惊心的细菌数量,因此,出游过程中,仅是所搭乘交通工具,要如何保障个人卫生与舒适感呢?答案便是:相关神器用起来!

■新快报记者 毛静 实习生 范梓焯/文
(除署名外其它均为资料图)

出行必备小物 守护旅途的洁净和舒适



■VCG 供图

旅行小物推荐

看不见的“脏” 超乎你想象

从小,大人都会教导:“饭前便后要洗手”,但实际上细菌无处不在。以飞机为例,在很多人看来,飞机是旅行中“较高端”和“较干净”的交通工具,然而最近的一项研究结果却让人大跌眼镜。

国外一家旅游信息网曾邀请一位微生物学家,从5个机场和4架飞机上提取检验样本,得出每平方英寸的CFU(colony-forming unit),也就是每平方英寸样品中含有的细菌菌落数量。数据显示,飞机上最“脏”的区域前三名是小桌板、座椅背袋、地毯。地毯尚可理解,但是小桌板和座椅背袋这两者上榜确实令人出乎意料,尤其是用来摆放食物的小桌板。样本的数据显示,小桌板的CFU竟然高达2155;要知道,家用马桶的CFU也“只有”172,钱币和手机的CFU分别是5和27,也就是说飞机上的小桌板比你家的马桶脏上十倍不止。

之前墨尔本大学的一项研究结果也表明,小桌板是机舱内大肠杆菌第二高的地方。为什么摆放食物的小桌板是最脏的呢?因为一些乘客开发了小桌板的“新功能”,比如晾脚、抠脚、剪指甲,正是这些不文明的行为在小桌板上留下了无数的细菌菌落。座椅背袋的情况也类似,因为一些人往里面塞食物残渣、口香糖、纸巾等不文明行为所致。

“较高端”的飞机都如此,那火车、汽车等其他交通工具的卫生情况更不用多说,尤其是春节、国庆等节假日期间,火车汽车上的乘客众多,车内的卫生条件更是得不到保证,传染病的感染几率大大增加,所以,旅途中如何保障个人卫生对健康真的很重要。



湿纸巾

湿纸巾不仅能擦脸擦手,去除污渍,一些湿纸巾中还含有酒精之类的消毒物质,能够使皮肤更干净。同时,湿纸巾也可以拿来擦拭有肌肤接触的物体,比如小桌板、扶手,况且湿纸巾不占空间,到任何地方都能带上,是最贴身的“带刀护卫”。

马桶垫纸

无论是在火车还是飞机或者是酒店,马桶垫纸绝对是必不可少的。马桶圈上的细菌不在少数,而且是与皮肤直接接触的区域,一定要做好防护。在公共区域上洗手间随身携带使用其实也非常方便。

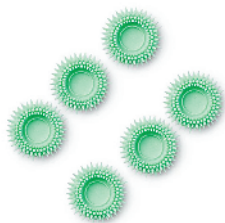


一次性塑料袋/保鲜袋

在家里,塑料袋随手都有,但是出了门才能体会到塑料袋有多么的“万能”。不仅能够分开脏衣服和干净衣服,还能打包大部分的小物品,不用时不占地,用时特能装。能屈能伸,旅行的大丈夫是也。

咀嚼式牙刷

这种牙刷的外形像带刺的仙人掌,上面有276根毛刺,毛刺上涂有木糖醇和氟,可以预防牙斑和龋齿,甚至可以到达那些普通牙刷够不到的地方。使用方法非常简单粗暴,挤出一粒放在嘴里嚼一嚼,不需要水,不需要镜子,不需要牙膏就能清洁牙齿。尤其在户外,这种牙刷格外方便。



一次性内裤

如果你喜欢旅游但又是深度懒癌患者,那一次性内裤对你来说绝对是个不错的选择,除了日常的更换,当你搭乘长途交通工具,长时间无法洗漱时,换一换一次性内裤也会让自己感到舒适些,购买时最好选择纯棉的、真空包装的,比较安全卫生。

酒精凝胶

作用和湿纸巾差不多,但是消毒的效果会更好,使用方法也很简单,均匀涂抹在手上即可,免洗型。最好是买小瓶装的,方便携带。



助眠三件套

遮光眼罩、耳塞、U形枕三件套会尽量隔绝外界干扰,给你舒适的睡眠环境。尤其是长途旅行的游客更应该备上,长途旅行一定要有充足的休息时间。



充气脚凳

这件神器适合坐长途客车和长途火车的小伙伴,长时间保持坐姿,双腿被禁锢在座椅之间非常难受,充气脚凳能够抬高脚的高度,防止下肢静脉回流不畅。这里小编建议买大口径充气口的,充气放气都很快。

