

高温天气容易中暑 医生支招注意预防



随着夏季的到来,进入6月暑期后,连日的持续高温,导致中暑病症多发,防暑避暑成了人们工作和日常生活的当务之急。医疗专家和临床医生称,夏季是很多疾病的高发期,尤其是中暑,会给人们带来很大的伤害,严重的话会引起一些后遗症以及并发症,甚至会危及到患者的生命,一旦中暑就要及时治疗。

据相关资料显示,自2014年至今,每到夏日高温暑期,西安都会发生多起中暑的病例,令人防不胜防。那么,到了夏季高温期该怎么预防中暑?一旦发现中暑应采取哪些措施紧急应对?对此,笔者请临床医生和医疗专家为市民指点迷津,提供最佳预防医治方案,让市民采取科学的方式避暑防晒,安度盛夏。

高温橙色预警 中暑病人剧增

“早上上班时,我知道这几天气温偏高,为了预防中暑我还带了藿香正气水,没想到,到了中午12点半,我在路上打扫卫生时,突然感到头晕、恶心、浑身乏力,我老伴见状赶紧给我递水喝药,结果还是不起作用,就近到陕西省第二人民医院,经医生检查果然是中暑,吃药打点滴,三天时间,才缓过劲来。”

6月13日,笔者采访时,正好遇见在西安

东门内从事环卫工作的张女士,她在老伴的陪同下,提着吊瓶回到休息室,她抱怨说,“得这病没点前兆,不知不觉就病倒了,花钱不说,犯病时那个滋味真不好受。”

近日,陕西省气象台连续发布高温橙色预警信号:预计西安城区、周至、鄠邑区、长安、蓝田、临潼、高陵、阎良、灞桥地区日最高气温将在37℃以上。长时间暴露在高温环境中,或在炎热环境中进行体力活动容易导致中暑。

近日,笔者探访西安部分医院了解到,最近几乎天天都有中暑患者就诊,以年老体弱者居多,职业则以室外保洁员、快递外卖人员以及在建筑工地施工的人员较多。医务人员告诉笔者,夏季是很多疾病的高发期,尤其是中暑,处在炎热的高温下,在户外工作的人员,中暑要及时治疗,否则,会给他们带来很大的伤害,严重的话会引起一些后遗症以及并发症,甚至会危及到患者的生命。

中暑危及生命 不能掉以轻心

中暑是指长时间暴露在高温环境中或在炎热环境中进行体力活动引起机体体温调节功能紊乱所致的一组临床症候群,以高热、皮肤干燥以及中枢神经系统症状为特征。核心体温达41℃是预后严重不良的指征,体温超过40℃的严重中暑病死率为41.7%,若超过42℃,病死率为81.3%。

中暑分为先兆中暑、轻症中暑、重症中暑。先兆中暑、轻症中暑者口渴、食欲不振、头痛、头昏、多汗、疲乏、虚弱、恶心及呕吐,心悸、脸色干红或苍白,注意力涣散、动作不协调、体温正常或升高等。重症中暑包括热

痉挛、热衰竭和热射病。

2017年7月21日凌晨1时许,西安城南杜城村内,一名40岁杨姓男子倒在二楼的楼梯上。虽经全力抢救,但仍不幸死亡。据其工友称,他们在建筑工地上,从7月20日上午7时许开始上班,一直工作到中午12时,中午休息了两个半小时,下午2时至4时继续上班,晚上回家,谁知他竟倒在离租住屋仅几米的楼梯上。

据医疗专家分析,中暑的诱因主要是,在高温作业的车间工作,如果通风差,则极易发生中暑;夏天在地里干农活及露天作业时,受阳光直接暴晒,再加上大地受阳光的暴晒,使大气温度再度升高,使人的脑膜充血,大脑皮层缺血而引起中暑,空气中湿度的增强易诱发中暑。中暑衰竭主要因周围循环不足,引起虚脱或短暂晕厥,中暑患者如抢救不及时可导致死亡,所以,需谨慎对待,积极预防,不可掉以轻心。

医生支招预防中暑

每年夏季6到9月份是中暑病症的高发期,一旦患病,给病人带来痛苦,甚至危及生命。给医院和医生增加了工作量,加大了劳动强度。那么,到了暑期高温季节,该怎么预防中暑呢?

对此,中医医师车晓刚建议:一、在夏天高温环境下,要尽量多穿浅色衣服,因为白色、浅色衣服散热快;黑色或蓝色衣服散热慢。二、骄阳酷暑天外出工作、学习、旅游,尽量戴遮阳帽和墨镜。下地干活或野外施工,尽量戴编织草帽、竹帽,因为草帽、竹帽

的原料多为空心,里面储存一定量的空气,有利于散热。另外草帽对阳光辐射还有一定的遮挡作用。三、要补充足够的蛋白质,如鱼、肉、蛋、奶和豆类;还应多吃能预防中暑的新鲜蔬果,如西红柿、西瓜、苦瓜等。而大量吃冷饮容易中暑,因为人体局部的温度突然降低会影响到各系统功能的正常运行。四、夏日,市民外出的时候,可备上一些防暑降温的药物,例如藿香正气水、清凉油、十滴水等,在头晕时使用,能够防止中暑。

市民感觉身体不适,出现疑似中暑症状,又该怎么应对呢?西安凤城医院急诊科主任陆将,之前在接受媒体采访时表示,一旦发现有人中暑症状,个人需要及时补充水分,也可以是含盐分的水,而如果发现有人中暑,第一时间要将人移至阴凉通风的环境,补充水并采取降温措施等,最好能及时拨打120或送医。中暑之后通过感受体温可以简单预判病人的中暑程度,尤其是体温较高时就说明已经出现严重的症状,而且病情瞬息万变,及时送医采取专业治疗才是解决办法,因为高温下引起的人体体温调节功能失调,体内热量过度积蓄,从而引发神经器官受损,如果抢救不及时只会导致中枢神经受损越发严重,肝肾等脏器都会出现衰竭,这时候死亡的几率已经非常大了,即使保住性命,也会导致神经系统受损并留下后遗症。

多项措施保障劳动者权益

目前已进入夏季高温季节,为切实做好今年高温天气防暑降温工作,保障劳动者健康权益,6月5日,西安市人力资源和社会保障

障局作出《关于做好2018年高温天气防暑降温工作的通知》。《通知》强调要求,市级各有关部门、各级人力资源和社会保障部门要充分认识做好防暑降温工作的重要性,切实加强组织领导,强化责任意识,督促指导企业严格执行国家安全生产监督管理总局等四部门印发的《防暑降温措施管理办法》有关规定,落实防范措施,切实做好高温天气防暑降温工作,保障劳动者健康权益。

针对今年夏季高温天气,6月14日,陕西省人社厅下发《关于做好高温天气劳动保护工作的通知》,要求各市、各单位要切实保护高温天气期间劳动者的生产生活安全,日最高气温达到40℃以上,应停止当日室外露天作业。日最高气温达到37℃以上、40℃以下时,用人单位全天安排劳动者室外露天作业时间累计不得超过6小时,连续作业时间不得超过国家规定,且在气温最高时段3小时内不得安排室外露天作业。日最高气温达到35℃以上、37℃以下时,用人单位应当采取换班轮休等方式,缩短劳动者连续作业时间,并且不得安排室外露天作业劳动者加班。

《通知》还要求,用人单位安排劳动者在35℃以上高温天气从事室外露天作业以及不能采取有效措施将工作场所温度降低到33℃以下的,应当向劳动者按标准发放高温津贴。发放标准每人每天25元,发放时间为每年6月1日至9月30日。各单位提供的防暑降温饮料和必需药品不得充抵高温津贴。因高温天气停止工作、缩短工作时间的,用人单位不得扣除或降低劳动者工资。

(杨立)

新闻直通车

6月底前全面实施医疗机构、医师、护士电子化注册管理

据新华社电 国家卫生健康委员会医政医管局有关负责人郭燕红日前表示,将着力打造“宽进、快办、严管、便民、公开”的医疗机构、医师、护士电子化注册服务模式,促进卫生健康领域“放管服”改革。2018年6月底前,全国将全面实施电子化注册管理。

为丰富医疗资源供给、提高医疗服务水平,党的十八大以来,卫生健康部门以深化简政放权、放管结合、优化服务改革为

抓手,在医疗机构、医师、护士管理方面探索创新。2017年4月,医疗机构、医师、护士的电子化注册改革启动实施。

“电子化注册系统具有操作便捷、动态及时、开放共享等特点。”专家介绍说,注册系统的个人端和机构端可供医疗机构、医师和护士生成专属执业信息档案,办理医疗机构登记、医师和护士注册、医师多点执业等业务。公众可通过社会客户端搜索查询医疗机构、医师、护士的基本信息。



为应对近期持续高温天气,宝鸡机动车检修厂通过举办防暑降温知识培训、落实班前健康问询制度、开展“暑期送清凉”活

动等措施,提升现场应急处置能力,全力确保职工暑期作业安全。图为6月21日,该厂举办职工中暑应急演练。 韩震 摄

陕西省内高校毕业生可在西安贷款租房

本报讯(杨廷茂 赵辉)西安市5000套精装房源6月22日起面向省内高校毕业生租赁。其中,1000套位于“曲江乐居”的

廉价公租房,其余房源分布在西安市东南西北各处,交通便利,地理位置优越,周边配套设

施齐全。省内高校毕业生,可以在建行办理租房贷款,利率为基准利率,第一年只还利息,第二年可以选择等额本息还款。

抢抓机遇 策马先行

比亚迪跃升新能源汽车龙头企业

本报讯(文锋)入驻西安高新区的民营企业比亚迪有限责任公司在国家发展新能源战略调整过程中,抓住国家重视和支持发展新能源汽车的机遇,在发展新能源汽车领域策马先行,使比亚迪在短短几年间从一个自主品牌的传统燃油车企,跃升为新能源汽车的龙头企业。日前,“让世界倾听陕西声音”新闻采访团走进比亚迪,对其发展成就进行考察报道。

比亚迪有限责任公司是一家在香港上市的民营企业,2003年涉足汽车行业。自2005年入驻西安高新区至今,已逐步在西安布局了汽车、电子、汽车金融、新能源及轨道交通等产业。比亚迪西安工业园分为比亚迪新能源产业基地

和高新厂区。其中,比亚迪新能源产业基地位于西安高新区草堂科技产业园秦岭大道西一号,现有员工近17000人,占地面积293万平方米,已形成年产20万辆节能轿车、10万辆新能源轿车的生产规模。比亚迪新能源产业基地是比亚迪目前汽车生产工艺最先进、生产规模最大的工业园,汇集了比亚迪汽车高精尖的技术和全自动化的生产设备。代表车型包括F3、G5、速锐、宋等传统燃油汽车,以及领先全球的“秦100”、“宋”双模电汽车和e5、宋EV等纯电动汽车。目前,比亚迪新能源汽车运营足迹遍布全球6大洲,50多个国家和地区,200多个城市,实现全球六大洲战略布局,比亚迪已在全球

范围内交付超过3.5万台纯电动客车和上万辆纯电动出租车,并已累计生产30万台新能源乘用车,共减少二氧化碳排放9亿多吨,相当于植树3400万棵。

2018年1月11日,比亚迪新能源乘用车扩产项目再次落户西安高新区,该项目总投资20亿元,新建年产30万辆新能源乘用车项目,项目全部投产后预计产值400亿元。该项目已于2018年3月22日正式开工,这将助推全省300万辆汽车工程宏伟蓝图的实现,也为打造“万亿级”先进制造业提供强有力的支撑。

截至2018年5月,比亚迪在西安累计投资174亿元,实现工业总产值1791亿元,上缴税金92亿元。

西部首个互联网法院挂牌运行

本报综合消息 6月22日,经四川省高级人民法院批复同意,成都市郫都区人民法院互联网法庭正式在郫都区菁蓉镇挂牌运行。据了解,这是西部首个互联网法庭,集中管辖郫都区辖区内一审涉互联网商事案件。

在正式挂牌前,郫都法院已进行了一个多月试运行。截至目前,通过互联网法庭,已在线审理案件50件,审结30多件。“全是无纸化操作,零在途时间、零差旅费用。”郫都法院知识产权庭庭长冉

垠说,只要双方当事人有在网络的地方,就可以在线庭审。

与传统的民事纠纷相比,涉互联网纠纷更具特殊性:当事人多数不在一个城市,甚至相隔万里;大量证据以电子数据的形式存在,在网上呈现更方便、直观;纠纷涉及金额不大,来回奔波打官司费时费力,付出往往比收获多。设立互联网法庭,能够实现从立案到审理,从举证到质证,从开庭到调解,从判决到执行都在网上进行,打官司就像“网购”一样方便。

西大出版社举办成立35周年回顾暨重点图书出版汇报会

本报讯(记者 郝振宇)6月23日上午,西北大学出版社在该校太白校区举行“坚定文化自信,打造传世精品——西北大学出版社成立35周年回顾暨重点图书出版汇报会”。

著名历史学家、思想史家、教育家,西北大学名誉校长,出版社首任社长张岂之,中科院院士舒德干,西安市副市长方光华,原陕西省人大常委会副主任刘维隆,省教育厅副厅长刘建林,省新闻出版广电局副巡视员朱家驹,中国西部发展研究中心理事长桂维民等出席会议并讲话。西北大学党委书记王亚杰为在出版社重点项目实施中作出特别贡献的作者颁奖,西北大学校长郭立宏作总结讲话。

大会宣读了十三届全国政协文化和文史委员会副主任、中国版权协会理事长、原国家新闻出版广电总局副局长阎晓宏发来的贺信和

由西北大学出版社翻译出版《我们濒危的价值观——美国道德危机》《牢墙内的巴勒斯坦》《黎明前一小时——我的童年回忆》等三本书作者、诺贝尔和平奖获得者、美国第39任总统吉米卡特先生的贺电。

会上,西北大学出版社社长马来作了题为《出版社的三十五个年头》的报告,对西北大学出版社建社35年来的发展历程、办社经验、出版特色、取得荣誉和社会影响进行了简要回顾与总结,对正在实施的国家级、省级政府基金项目的编辑理念、项目进度和质量保障措施进行了扼要汇报。

大会对获得第六届中华优秀出版物奖图书《关学文库》主编刘学智、方光华两位教授,获得第四届新闻出版政府奖图书提名奖的《寒武大爆发时的人类远祖》的作者舒德干院士及其团队颁发“特别贡献奖”,并分别给与50000元的奖励。



6月23日上午,第七届中国大秦岭(宁陕)山地越野挑战赛开幕式在宁陕县举行。来自澳大利亚等3个国家及陕西、重庆、新疆、山东等17个省市自治区的500名专业组运动员以及2000余

名群众体育爱好者齐聚宁陕,参加专业组别的25公里山地马拉松赛和大众组的5公里迷你跑。

此次比赛从6月上旬开始,至8月上旬结束,历时三个月。 本报记者 刘强 摄

我省出台黑恶违法犯罪线索举报奖励办法

本报讯(记者 兰增干)记者23日从省公安厅了解到,省公安厅、省财政厅日前联合出台《陕西省黑恶违法犯罪线索举报奖励办法》,鼓励群众据实举报黑恶势力违法犯罪。对查证属实的举报,将给予最高3万元的奖励。

此次出台的《奖励办法》所指黑恶势力违法犯罪线索包括以下十个方面:威胁政治安全特别是政权安全、制度安全以及向政治经济领域渗透的黑恶势力;把持基层政权、操纵破坏基层换届选举、垄断当地资源、侵吞集体资产的黑恶势力;利用家族、宗族势力控制乡里,称霸一方、欺压残害百姓的“村霸”黑恶势力;在征地、租地、拆迁、工程项目建设过程中煽动闹事的黑恶势力;在建筑工程、交通运输、矿产资源、果业收储、养殖

捕捞等行业、领域强揽工程、强迫交易、恶意竞标、非法垄断经营,收取“保护费”的黑恶势力;在各类集贸市场、旅游景区欺行霸市、强迫交易、敲诈勒索、聚众滋事、收取“保护费”的黑恶势力;开设赌场、强迫组织容留妇女卖淫等操控经营“黄赌毒”等违法犯罪活动的黑恶势力;非法高利放贷以及采取故意伤害、非法拘禁、打砸抢夺等手段暴力讨债的黑恶势力;插手民间纠纷处理,受雇他人充当“地下出警队”的黑恶势力;其他拉帮结派、寻衅滋事、打架斗殴、强拿硬要、称霸一方等破坏社会生产、生活秩序的黑恶势力。

《奖励办法》规定,对公安机关查证属实并以黑社会性质组织罪移送起诉的,奖励举报人3万元;以恶

势力犯罪集团移送起诉的,奖励2万元;以恶势力犯罪团伙具体罪名起诉的,奖励5000元;以涉恶常见各类罪名移送起诉的,奖励2000元。

举报人可采取实名或匿名,通过当面举报、信函、电话、网络通信或其它方式进行举报。匿名举报时,举报人可使用6位数以上的密码作为本人的代码,公安机关以密码确定举报人并反馈、奖励。公安机关将对举报人的身份、住址、举报内容等情况严格保密,对举报的每一线索,都将认真查证并及时向举报人反馈查证结果。省公安厅希望举报人在举报时,应尽可能详细提供发生黑恶势力违法犯罪行为的时间、地点、过程等情况,以及犯罪嫌疑人姓名、住址、通讯方式、主要面貌特征、活动路线、藏匿地点及是

否持有枪支、管制刀具等情况。

据了解,截至5月底,省公安厅“扫黑办”今年共接听群众举报电话800余人次,收到举报材料339件。各地公安机关通过对省公安厅扫黑办督办、转办线索的核查,从中及时发现并打掉了一批黑恶势力犯罪组织。

举报途径:

- 1.直接拨打“110”或拨打各地“扫黑除恶”专项斗争领导小组办公室公布的举报电话;
 - 2.直接到当地公安机关举报;
 - 3.通过信件举报。
- 省公安厅“扫黑办”地址:西安市凤城二路19号,邮编:710016
省公安厅“扫黑办”举报电话:029-86165840(工作时间) 029-86165651