



中国式现代化关键在科技现代化

习近平在江苏考察时强调,在推进中国式现代化中走在前做示范,谱写“强富美高”新江苏现代化建设新篇章

A02

天气这么热 中暑怎么办?

近期,我省各地持续高温,医院接诊的中暑患者增多;医生提醒,出现头晕、乏力、烦躁、恶心等中暑症状后,要及时降温、补水,休息后仍无缓解需及时送医

最近,全国多省市发布高温预警,不少市民、网友戏称,今年夏天是“史上最热的夏天”。我省龙岩、福州、宁德、南平、泉州、漳州等地也发布高温橙色预警,7月6日,午后的福州多地纷纷突破40℃,闽清坂东镇更是达到了42.5℃。

记者从福建医科大学附属协和医院、福建医科大学附属第一医院、福建省第二人民医院等多家医院了解到,持续高温下,医院急诊科接诊的中暑患者多起来。医生提醒广大市民要做好防暑降温工作,户外工作不仅要避开中午前后的高温时段,还要科学补充水分。出现头晕、乏力、烦躁、恶心等中暑症状,要第一时间转移到阴凉处,并采取有效降温措施,出现神志不清等症状的,要及时送医。

N海都记者
林宝珍

打球后“恶心、头痛”,原来是中暑了

前几天晚上,福医协和医院急诊科来了一名“低烧、头痛、想吐”的高中生,他叫小姜(化名),家长介绍,晚饭时发现孩子精神不佳,没胃口,还说恶心、头痛、想吐,体温

38℃,以为孩子“二阳”或是感冒了,赶紧来就诊。

接诊医生黄洁萍给小姜检查后,排除了“二阳”的可能。在交谈中,她了解到,当天下午小姜和几个同学有去露天球场打篮

球,流了很多汗。当问他是否有及时补充水分时,小姜回答说有带了一瓶矿泉水,很快就喝完了,后面赶着去自习,来不及再买水了。

根据小姜的情况,黄

洁萍医生判断他应该是中暑了,在给予口服藿香正气水、生理盐水补液、奥美拉唑护胃,以及纠正电解质紊乱等对症处理后,小姜的不适感逐渐消失了。

清早“错峰上班”,还是“热痉挛”了

7月6日上午8点左右,福建省第二人民医院急诊科接诊了一名从工地送来的昏迷患者。患者为中年男性,从事户外脚手架搭建工作,为了避开高温,他清晨5点就出工了,因为赶工,没有及时喝水。7点半左右时他对工友说不舒服,头晕

乏力,接着还出现了手脚抽筋。工友扶他到边上休息,给他按摩,但并无缓解,浑身大汗淋漓,一会儿就晕倒了,家属获知后,赶紧拨打120送医。

福建省第二人民医院急诊科接诊医生陈斯昭介绍,患者被送到医院时,神

志仍处于模糊疲乏状态,言语无力,全身大汗淋漓,四肢无力、肌肉酸痛。陈医生根据他有“晕厥”“四肢持续抽搐”和户外高强度体力劳动的情况,考虑为重症中暑的“热痉挛”。陈医生说:“幸好及时送医处理,再发展下去,就是最严

重的热射病了。”

经检查,由于体液流失、液体补充不足,男子已出现低钠、低钾、肌酐升高和肾前性肾功能不全等表现。经过积极有效的处理,该男子状况目前已经稳定,但仍在急诊科留观、治疗。

除高温外,高湿、无风环境也易中暑

为什么早上也会发生严重的中暑?陈斯昭医生说,中暑是发生于高温、高湿环境中的以体温调节中枢障碍、汗腺功能衰竭和水电解质丧失过多为特征的疾病。高温、高湿、无风的环境,以及高强度体力活动,未及时补充水分,都是导致重度中暑的最主要危

险因素。“福州早上七点多气温已不低,湿度也较大,在这样的环境下高强度工作,如不及时补水,即使是清晨,也易发生中暑。”陈医生提醒大家,高温天气做好防护,错峰上班只是预防的一部分,还要做好其他方面的预防措施,如保证工作环境通风,及时补充盐水及电

解质溶液等。

黄洁萍医生也介绍,虽然发生急性中暑的多为户外工作者,但门诊中也有接诊在闷热的室内中暑的患者,这类患者以老年人居多。“有的老人舍不得开空调,只开电风扇,为了不让外面的热风进来,门窗紧闭,福州的夏天湿度大,在

这样高温、高湿、无风的环境下,本身有基础病的老人就非常容易中暑。”黄医生说,往年暑期每年都会接诊几例此类的老年患者,有的因发现晚而无法救回,“要经常提醒家里的老人,夏天不要舍不得开空调,特别是中午前后,要开空调降温,早晚多开窗通风。”



建隆/漫画

最可怕的热射病: 赶快降温、补水、就医

中暑分为三个等级:先兆中暑、轻度中暑和重度中暑。其中,重度中暑又分为热痉挛、热衰竭和热射病。热射病是最严重的类型,容易发生多器官功能障碍,预后不良,死亡率高达70%~80%。

“降低热射病病死率的关键在于预防。”福建医科大学附属第一医院急诊科蔡川奇医生介绍,最有效的预防措施是避免高温(高湿)及不通风的环境,减少和避免中暑发生的危险因素,保证充分的休息时间,避免脱水的发生。

在进展到热射病前,人们往往已经表现出中暑症状,如口渴、烦躁、全身乏力、头晕头痛、心慌、注意力

不集中、动作不协调、体温升高等。此时就要快速处置和治疗,以免情况恶化。首先要让中暑者尽快脱离高温、高湿环境,进入阴凉、通风处安静休息,然后快速进行全身物理降温,比如用温水擦拭全身。若体温超过38.5℃,可以在颈根部、双侧腋窝、双侧大腿根处放置冰袋降温,同时拨打120求助。如果患者意识清醒,可补充水和盐分。

此外,日常生活中常见的菊花、金银花、荷叶、薄荷、藿香等都具有清热解暑的功效,夏天多饮用可以在一定程度上预防重度中暑的发生,也可以在发病的第一时间起到良好的治疗效果。

当小暑邂逅“年度最小太阳”

我省部分地区最高温将超40℃

A05

超市“反向抹零”2分 结果被罚3500元

A07