

这样出游舒适吗?

每天5点起床半夜回酒店,女子高强度旅游后心衰;大潮冲塌护栏,多名游客被冲倒……中秋国庆出游一定要注意安全

之前火爆全网的“特种兵旅行”相信大家听说过:清晨4点起床出门,一天极限打卡N个景点,一刻不耽搁,直到深夜才停下脚步。此前报道过许多“硬核旅游特种兵”的假期壮举!有个小伙竟然在5天内爬了“五岳”,还有日行8万步,一天只睡3个小

时,逛十几个景点的……中秋国庆长假第4天,“特种兵”们可谓“上山下海”,有到马来西亚潜水的,还有到加拿大骑行露营的。大家各显神通啊!

“特种兵旅行”虽好,但它的强度往往只适合身强体壮的年轻人。近日,武汉一名67岁的女子就因高强

度的旅行诱发了心衰,不得不住院治疗。

中秋国庆放长假,出去旅游放松心情,就图过得舒适。“特种兵旅行”适合与否因人而异,但出游一定要注意安全不可行。在浙江盐官观潮景区,钱塘江大潮冲塌护栏,多名游客被冲倒。你知道钱塘潮的威

力有多猛吗?此前,就有人翻越护栏或在护坡观潮,被大潮卷倒冲走,十分危险。观潮不要寻求刺激,一定要注意安全,不要离太近,适当就行。

安全出游是个老话题,只有安全了,才能玩得放心、安心、舒心,旅游才会真正进入“舒适圈”。



建隆漫画

5点起床半夜回来 高强度旅游后心衰

武汉一女士因高强度的旅行诱发了心衰,不得不住进医院治疗。医生提醒,有基础疾病、年纪较大的人群出行还是需要劳逸结合,避免过度劳累。

前段时间,67岁的钱女士(化姓)和朋友一起报了个旅游团,打算错峰出游。“连着4天,基本上都是早上5点起床,半夜才能回酒店。”钱女士表示,此次出行的行程非常紧凑,她明显感觉有些吃不消,但她仍然咬牙坚持。直到结束行程回到家,钱女士感觉自己活动后会有胸闷、气喘的症状,休息几天也无法缓解。9月24日,钱女士来到武汉市第四医院古田院区就诊。

该院心内科医生廖凡接诊后,详细询问病史并完善了检查。结果显示,钱女士的血清BNP异常升高,这意味着心功能出现衰竭,而且她还有主动脉瓣重度关闭不全。

好好的,怎么会突然出现心衰?“我们判断还是过度劳累诱发的心衰。”廖凡介绍,过度体力消耗或过量运动是导致心脏病加重的一个重要因素,钱女士患有主动脉瓣重度关闭不全,在病程晚期本就可能发生心力衰竭。另外,高强度的旅游会导致身体过于疲劳,造成疾病加重。目前,经过利尿、扩管、控制心率等治疗,钱女士的病情有了好转,已于9月29日康复出院。

对于有心血管疾病的老年人,外出旅游时一定要劳逸结合,太过疲劳会加重心脏负荷,诱发心血管疾病。该院心内科古田一病区主任唐哨勇提醒,老年人要关注心血管健康,定期体检,及时排查隐患。本身有心血管疾病的人群,一旦出现胸闷、胸痛、下肢水肿、活动耐量下降等情况,一定要及时就医。

大潮冲塌护栏 多名游客被冲倒

10月1日,浙江嘉兴,有网友发视频称,盐官观潮景区因浪太大把石护栏冲塌,多名游客被冲倒。网友发布的视频显示,事发一号展台,浪潮将岸边的护栏拍倒,护栏边的多名游客随即摔倒,现场有工作人员进行紧急处理。

一名游客告诉记者,事发于10月1日13时20分左右,“潮水把护栏冲塌了,伤了一些人”。该游客表示,由于护栏处属于安全地带,事发前没有其他保护。护栏被拍倒后工作人员立刻进行戒严,并救援受伤人员。该游客称,自己的家人也被护栏碎片刮到,受了一些皮外伤,景区工作人员简单处理了伤口,并为其退票。

海宁市公安局观潮派出所一名工作人员表示,已了解到情况,工作人员已到现场,事件正在处理中,未来几天景区的开放情况会另行通知,游客可以通过景区官网及官方

公众号了解具体情况。

另据大潮APP,10月1日13时13分许,在海宁盐官观潮胜地公园内,钱塘江潮水冲上景区占鳌塔东侧海塘,冲倒护栏25米,有人员受伤。受伤人员均第一时间被送往医院救治,经检查,均为轻微伤。潮水冲毁护栏后,当地第一时间疏导游客,确保游客安全和景区秩序平稳。

记者注意到,10月1日18时17分,海宁盐官旅游度假区发布通知称,由于设备设施原因,即日起夜间灯光秀活动暂停。此前,景区官方微信显示,由于预约游客已接近上限,10月1日、10月2日即农历八月十七、十八两天的网络预约购票通道关闭。

景区工作人员告诉记者,根据初步预估,10月2日的客流量要超过2万,“这两天都是观潮的高峰期,观潮时要注意安全,不要拥挤”。



10月1日,浙江嘉兴。钱塘江大潮撞拍护栏冲倒多名游客
大浪把石护栏冲塌,多名游客被冲倒(视频截图)

观潮安全提醒: 要留意潮来的具体时间和高度等

钱塘江管理局办公室工作人员称,江边海塘和江面有落差,不允许人为翻越栏杆。平时,海塘也有保安进行巡逻。游客前来观潮,最好关注官方的相关提醒,留意潮来的具体时间、高度等。

对此,海宁市文化和广电旅游体育局也回应称,潮水比较壮观的地方,游客最多,每一年观潮节期间,相关工作人员都会进行提醒,也会安排安保人员进行巡逻,但总有人不听劝,觉得潮水没那么汹涌,“前几年,有游客江近距离观潮被卷走”。为此,他们也将向各观潮点的属地进行反映,提醒属地加强宣传和提醒。

首先,观潮前要关注天气预报和钱塘江潮汐预报,了解潮汛时间、观潮指数、安全观潮点等信息。

其次,观潮时须服从现场管理要求,时刻关注周围环境,注意避让行人和车辆,以免发生踩踏等次生伤害;不要翻越挡墙到江滩、丁坝、护坦等危险区域观潮或玩耍,不要在江中游泳、戏水,更不要在夜间潮汛期下堤下江,做到安全、文明、有序观潮。

最后,一旦遇险不要慌张,应及时呼救并迅速有序向安全地带撤退,不可因贪恋财物而失去宝贵自救时间。万一落水要尽量抓住身边固定物体,防止被潮水卷走;看到有人落水,则须迅速拨打110报警,在确保自身安全的前提下采取救援措施,切勿盲目下江施救。

退。当大量潮水从钱塘江口涌进来时,由于江面迅速缩小,潮水来不及均匀上升,就只好后浪推前浪,层层相叠。此外,还跟钱塘江水下多泥沙有关,这些泥沙对潮流起阻挡和摩擦作用,使潮水前坡变陡,速度减缓,从而形成后浪赶前浪,一浪叠一浪涌。

风势:沿海一带常刮东南风,风向与潮水方向大体一致,助长了潮势。

壮观的大潮固然吸引人,但是,大潮的威力也不容小觑。据此前报道,有部分游客翻越护栏或者站在倾斜的护坡位置观潮,被大潮卷倒冲走,十分危险。今年8月初,多位游客在钱塘江观潮时,翻越护栏来到江边,被潮水卷倒冲走好几百米远。

新闻延伸

钱塘江大潮有多大威力?

“八月十八潮,壮观天下无。”交叉潮、一线潮、回头潮、鱼鳞潮……钱塘江大潮因无与伦比的磅礴气势而名动天下,与亚马孙大潮、恒河大潮合称世界三大涌潮奇观。每逢中秋佳节前后,八方宾客就会蜂拥而至争睹钱塘江大潮奇观。

钱塘江大潮是怎么形成的?

天时:农历八月十六至十八,太阳、月球、地球几乎在一条直线上,所以这天海水受到的引潮力最大。

地利:大潮形成的原因跟钱塘江口状似喇叭形有关。钱塘江南岸赭山以东近50万亩围垦大地像半岛似的挡住江口,使钱塘江赭山至外12公里段酷似肚大口小的瓶子,潮水易进难

小贴士

中秋国庆出游安全提示

2023年中秋国庆假期迎来旅游高峰,在此温馨提醒广大市民、游客,文明旅游,安全出行。

出游前,要多渠道了解途经地、目的地的天气、交通、文博场馆开放和门票预约等情况,合理规划旅游线路和时间,结合实际情况选择跟团游或者自助游。游玩途中,及时关注天气变化及最新预警信息。关注好自身健康,备足必要的防护用品及常用药品,注意个人卫生,做自身健康第一责任人。建议出行前提前购买人身意外伤害保险。

参团旅游,警惕不合理低价陷阱。时刻牢记安全第一。自驾出游,提前检查车况,避开高峰时段,选择错峰出行,自觉遵守交通规则,不疲劳驾驶,不酒后开车。驾乘机动车出游时,

全程系好安全带。关注汛期安全。不前往没有正式开发开放、缺乏安全保障和违规经营的私设“景点”、“野生网红景点”游览,谨慎参与划船、漂流等涉水活动和高空、高速、探险等高风险旅游项目,不在没有安全保障的水域游玩。

沉着应对突发事件。出游期间,不要携带大量现金,妥善保管好个人证件、银行卡等贵重物品,一旦发生财物被盗,及时报案并积极配合公安机关侦查破案。遭遇交通意外、自然灾害、火灾等突发事件时,要沉着冷静,及时报警求助并尽力开展自救。如遇旅游纠纷,及时与旅行社、供应商协商解决,或拨打当地政府服务热线12345。

(本版综合南方都市报、钱江晚报、钱塘发布、新闻晨报、极目新闻等)