

本周高温“余额”充足 我市连发高温预警

一周来市区 120 接到 7 例中暑病人,这些预防中暑的方法要注意



阅读提示

最近一周,高温连续“打卡”。新的一周会怎么样?市气象台说,接下来我市依然以晴热高温天气为主,8月1日起才会有所缓和,预计最高气温将回落至35℃高温线附近。

高温天“捎”来绚丽晚霞。
记者 兰雷伟 摄

□ 记者 陈春

最近一周,用一个字来形容丽水的天气,就是“热”!甚至有网友戏称:“真是相逢一笑变‘熟人’。”

继昨日市区发布今年首个高温预警信号,今日上午8点59分,市气象台再次发布高温橙色预警信号:预计今天白天丽水市区、丽水经济技术开发区及莲都区平原乡镇街道日最高气温将升至38~39℃,个别地方可达39℃以上。

高温发力,市区最高气温突破39℃

梅汛期降雨集中期结束以来,丽水从“清凉”模式转为“烧烤”模式,气温一天比一天高。据市气象台预报,市区白天最高气温将达39℃,个别地方甚至在39℃以上。

不只是市区,今天莲都、缙云、云和、松阳、青田部分地区白天最高温度将达38~39℃。截至目前,莲都区、云和县、缙云县已先后发布了高温橙色预警信号。

市气象台提醒,市民应尽量避免在高温时段进行户外活动,避开在上午10点至下午4点这一时段出行。

“明后天的气温仍会比较高,8月1日起才会有所缓和。”市气象台专家介绍,周四开始由于

副高减弱北抬,南海有台风西行,低层偏东风影响,丽水将转为多云天气,午后部分地区有阵雨或雷雨,最高气温将回落至35℃高温线附近。

烈日下工作近三小时,王师傅热到昏迷

高温之下,我市已有不少人被“晒伤”。一周以来,仅市区120就接到了7例因中暑需要急救的病人。

7月28日中午,家住市区金山下村的王师傅突然出现了头晕、浑身发软、面色苍白的症状。此前,他已在烈日下工作了近3个小时。

身边朋友一看情况不对,急忙将王师傅送往医院。在送医途中,王师傅的意识陷入昏迷,体温达到40℃以上。据介绍,人体体温达到40℃,将引起体温调节功能失调,而发生器官受损甚至衰竭。

到达市人民医院急诊科,医生立即对王师傅进行检查和诊断,确诊王师傅所患为热射病。经过治疗,王师傅已于当天出院。

市人民医院急诊科相关负责人介绍,热射病是人体暴露在高温高湿环境中,导致机体核心温度迅速升高,超过40℃,伴有皮肤灼热、意识障碍等多器官系统损伤的严重临床综合征,所以长时间暴露在高温下的工作人员容易出现热射病。“除了热射病,中暑、颈椎病、心脑血管病、皮肤

病、热伤风、肠胃病等高温病也要注意预防。”

延伸阅读： 如何判断自己是否中暑？

出现大汗、无力、头晕、眼花、耳鸣、恶心、心悸、注意力不集中、四肢发麻等症状时,可基本判断已先兆中暑。

应立即转移到阴凉处,并采取凉水冷敷、小口喝水等措施。如病情仍未好转,出现面色潮红或苍白、大汗、皮肤湿冷、脉搏细弱、心率快、血压下降等症状时,应立即就医。

如何预防中暑？

出行应尽量避免正午前后时段,户外活动应尽量选择在阴凉处进行。

高温下作业的人群,应注意降低劳动强度,并备好凉茶、藿香正气水等防暑降温物品,大汗淋漓者可少量多次补充淡盐水。

尽量穿浅色透气散热的棉质衣服。保证充足睡眠,多喝水、绿茶,多吃水果蔬菜,少吃高油高脂食物,减少人体热量摄入。

除此之外,冷热交替也容易让人中暑,可能导致体温调节障碍、水、电解质平衡失调和中枢神经紊乱等。



生态经济化 经济生态化 全面建设现代化生态经济体系