“冻”“烤”“吹”都伤身体

近期中暑病人猛增

医生建议:科学防暑很重要

□记者 孙美星 童程红 通讯员 谢美君 姚璐璐 牟家金 王云鸿

宁波已进入烧烤模式,在市区各大医院里中暑的病人猛增,市急救中心近日也接到多起中暑急救的求助。

很多人知道热了会中暑,其实吹空调冻着了也会导致中暑。此外中暑可不是小毛病,救治不及时可能引发严重的疾病,甚至会导致急性肾功能衰竭。医生提醒,酷热天气里,科学防暑和多喝水很重要。

昨晚,到妇儿医院就诊的中暑小宝宝也有不少。 记者 王勇 实习生 王姿添 摄

吹空调、吹风扇不当也会中招

不仅在室外高温环境下长时间工作容易“烤”得中暑,吹空调也会“冻”得中暑。近日,在解放军第113医院,冻出中暑的患者每天都能碰到十多例。昨天,记者在急诊科见到了其中一名患者,18岁的准大学生小芳。

小芳告诉记者,高考结束了,自己也考上了心仪的大学,这个暑假的主要任务自然是吃喝玩乐。上周,她约了好友去市区一处景区游玩,其间几人把园区的项目几乎玩了个遍,整整8小时都晒在太阳下。回到家,小芳一头钻进空调间。晚上睡觉时,还特意将出风口调到对准床铺。

第二天一早,小芳感到头晕眼花,提不起精神,也吃不下东西。妈妈将她送到了医院。接诊的急诊科医生刘超说,小芳这是中暑,体温有39.2℃。

“人们长时间呆在空调房内,或频繁来往于空调房和室外高温环境,很容易导致身体不适。人从热的环境一下子转到冷的环境,机体适应不了这样巨大的反差,就被冻出了中暑。”刘医生介绍,空调房多为封闭环境,人们在冷空气中呆的时间长了,毛孔就处于收缩状态。猛然到室外,身体一下子无法适应,毛孔没有完全张开,就会导致体温在短时间内迅速上升,出现中暑症状。

由于症状不重,对症治疗后,小芳的体温恢复正常,就回家了。可当天晚上,她的体温又上来了,家人再次将她送到医院。原来,下午,自感身体好转的小芳又打开了空调,殊不知,体温恢复正常,但病毒仍处在感染期,身体也没完全恢复,环境温度改变,病情就会卷土重来。

吹空调不当会中暑,不吹空调也容易中暑。记者了解到,不少老年人因为省电或是担心受凉,不开空调,可天气实在太热,他们只好长时间开着风扇,这样也会导致中暑。因为狂吹风扇容易使人体散热不均,血液循环失衡,汗液排泄不均,继而发生头痛、头晕、全身不适等中暑症状,严重的还可诱发中风,或加重原有的基础疾病。

治疗不及时或诱发急性肾衰

很多人觉得在夏天,中暑是常见病,有时候休息一下自己也会好。其实中暑如果治疗不及时还可能诱发急性肾衰。

进入7月,鄞州二院急诊科平均每天都能收到十几位中暑的患者,患者人数比6月成倍增长。7月还有多位中暑后出现急性肾衰表现的病人,鄞州二院肾内科病区主任、主任医师陈其军在门诊就遇到3位这样的患者。

一位60多岁的农民,顶着烈日干了一天农活,回到家后突然感觉恶心、头晕、乏力。凭着多年的劳动经验,他知道自己中暑了,但当时没太当回事。接下来的几天,他发现自己小便明显减少,尿液颜色变深,这下让他慌了神,赶紧到医院救治。医院检查后,发现这位患者的肌酐指数超标,已经出现肾衰竭的状况。另外两位急性肾功能衰竭的病人,也都有中暑病史,长时间持续在高温环境下工作,在太阳下暴晒,导致身体严重脱水,有中暑症状。

“中暑治疗不及时会诱发急性肾衰竭。”陈医生介绍,急性肾衰的发病原因复杂,身体严重脱水是重要因素。在高温环境下,由于人体大量出汗,又没有及时补水,身体就会严重脱水,血液被“浓缩”,流过肾脏的血液随之减少,人体代谢产物排泄障碍,从而导致肾脏损伤。

“急性肾衰竭是一种突发性肾功能丧失,但有的人一开始的症状可能并不明显。与慢性肾衰不同,急性肾衰竭如能早期诊断,及时救治,肾功能可完全恢复。如延误诊治,也可能转变成慢性,甚至可致死。”陈医生提醒,如果在中暑后发现自己出现恶心、呕吐、头痛等症状,以及大量喝水以后仍持续少尿,尿色变深如浓茶样,甚至出现身体浮肿等症状,务必引起警惕,应及时到医院就医。

●●● 医生建议

防暑降温有讲究

高温天,该怎样防暑降温?医生建议,外出最好穿宽松、轻便、散热好的浅色衣服;露天作业者应配备宽边草帽、遮阳隔热帽等以防日晒,衣服尽可能减少皮肤暴露部位。老年人、孕妇、有慢性疾病的人,特别是有心血管疾病的人,在高温季节要尽可能地减少外出活动,保持充足睡眠。

酷暑天气下,应避免长时间吹空调,即使开空调,室内空调温度也不要调得太低。进入空调房前应稍休息,大汗淋漓时进入空调房要先换掉湿衣、把身上头上的汗擦干。要出门前,最好提前半个小时关闭空调并开窗通风,以适应室内外温度变化。

特别提醒室内从业者,从外面很热的环境进入室温调到很低的空调房,或从空调房走到温差很大的户外时,都极易发生中暑,要注意及时补充水分,不要等口渴了才喝水。

另外喝水的时候,高温作业者如果单纯暴饮淡水,会加重心、肾和胃肠道负担,甚至引起热痉挛的发生,所以还是喝含盐量0.15%-0.2%的饮料为佳,比如盐开水、盐汽水及盐茶等。

甬教广备[2016]0606号

山东大学远程教育专/本科2016秋季招生

●招生专业:护理、中药、药学、药学(药事管理方向)、国际经济与贸易、市场营销、电子商务、会计学、金融学、金融管理与实务、金融保险税务、档案学、汉语言文学、英语(商务英语)、计算机网络技术、社会工作、工商企业管理、行政管理、物流管理、人力资源管理、劳动与社会保障、文化产业管理、旅游管理、安全技术管理、公共卫生管理、食品质量与安全、机械电子工程、土木工程、建筑学、安全工程等。

9月入学考试 全部费用6000元!

免成人高考,符合条件可免试入学、免修英语、数学 文凭过硬,国家认可,电子注册,灵活方便效果好

咨询热线:87891266、87845900 网址:http://www.nbzxxy.cn

报名地点:宁波市江东区百丈东路44号招生服务大厅 周末无休

宁波亚德拍卖有限公司 NINGBO YADE AUCTION CO.,LTD.

镇海华丰星城住宅房拍卖公告

受单位委托,本公司定于2016年8月10日上午9时在镇海公共资源交易中心开标厅举行拍卖会。

一、拍卖标的:(★本次拍卖标的符合条件的买受人可提供银行按揭)

位于镇海区骆驼街道华丰星城41套住宅房拍卖,具体如下:[保证金:10万元/套]

序号	标的位置	建筑面积(㎡)	车房面积(㎡)	土地面积(㎡)	起拍价(万元)
1	华丰星城47号204室及储藏室(1-36)	99.95	4.36	19.11	72.5
2	华丰星城47号304室及储藏室(1-37)	96.44	6.06	18.78	71
3	华丰星城47号403室及储藏室(1-41)	96.44	10.3	19.55	71.7
4	华丰星城47号503室及储藏室(1-38)	96.44	8.92	19.3	70.5
5	华丰星城47号504室及储藏室(1-33)	96.44	6.07	18.78	70.3
6	华丰星城47号205室及储藏室(1-19)	95.06	5.57	18.44	69
7	华丰星城47号305室及储藏室(1-23)	95.06	6.6	18.62	70
8	华丰星城47号505室及储藏室(1-18)	95.06	7.47	18.78	69.5
9	华丰星城47号605室及储藏室(1-20)	95.06	6.08	18.53	68.8
10	华丰星城47号606室及储藏室(1-12)	95.06	8.4	18.95	69
11	华丰星城47号207室及储藏室(1-9)	95.68	5.12	18.47	69.4
12	华丰星城47号307室及储藏室(1-10)	95.68	8.42	19.07	70.1
13	华丰星城47号407室及储藏室(1-11)	95.68	9.78	19.32	71.1
14	华丰星城47号408室及储藏室(1-6)	95.68	6.62	18.74	70.1
15	华丰星城47号608室及储藏室(1-1)	95.68	6.03	18.63	69.1
16	华丰星城48号502室及储藏室(1-12)	95.72	4.13	17	69.5
17	华丰星城48号204室及储藏室(1-5)	95.72	3.88	17	68.5
18	华丰星城48号404室及储藏室(-1-84)	95.72	4.76	17	69.8
19	华丰星城48号503室及储藏室(-1-82)	95.72	6.18	17	69.5
20	华丰星城48号206室及储藏室(-1-92)	133.89	6.96	23.78	96.5
21	华丰星城48号306室及储藏室(-1-94)	133.89	7.96	23.78	97.9
22	华丰星城48号406室及储藏室(-1-89)	133.89	6.96	23.78	98.3
23	华丰星城4号209室及储藏室(1-18)	92.74	7.72	25.69	67.3
24	华丰星城4号210室及储藏室(1-15)	132.04	4.85	36.58	94.7
25	华丰星城4号310室及储藏室(1-14)	132.04	5.81	36.58	96.6
26	华丰星城4号410室及储藏室(1-13)	132.04	5.82	36.58	96.5
27	华丰星城45号201室及储藏室(1-20)	134.4	8.95	30.49	97.5
28	华丰星城45号202室及储藏室(1-18)	90.97	9.86	21.45	66.2
29	华丰星城45号301室及储藏室(1-22)	134.4	15.11	31.48	99
30	华丰星城45号204室及储藏室(1-15)	95.15	12.7	22.94	69.5
31	华丰星城46号501室及储藏室(1-17)	95.72	9.79	18.23	70.2
32	华丰星城46号502室及储藏室(1-15)	95.72	15.32	19.19	70.3
33	华丰星城46号503室及储藏室(1-9)	95.72	14.39	19.03	70.3
34	华丰星城6号208室及储藏室(1-4)	128.33	5.15	32.4	94.5
35	华丰星城6号508室及储藏室(1-11)	128.33	5.43	32.46	94.9
36	华丰星城38号205室及储藏室(1-18)	102.87	7.85	26.15	76.3
37	华丰星城38号405室及储藏室(1-20)	102.87	11.98	25.03	78
38	华丰星城38号406室及储藏室(1-13)	102.87	11.11	26.92	78
39	华丰星城16号501室及储藏室(1-38)	128.78	10.61	30.99	95.8
40	华丰星城16号408室及储藏室(1-6)	128.33	16.08	32.1	97.1
41	华丰星城39号402室及储藏室(1-56)	94.64	6.66	23.6	71.4

★办理产权过户所涉费用按国家规定各自承担。

二、标的展示时间:2016年8月8日至8月9日

三、报名地点:华丰星城物业管理处

四、报名登记手续:即日起接受咨询,有意者于将拍卖保证金缴纳至公司指定账户(户名:宁波亚德拍卖有限公司,开户行:农业银行北仑支行塘湾分理处,账号:3930800104000267 4),并于2016年8月8日至9日带身份证、现金缴款凭证等有效证件至华丰星城物业管理处办理竞买登记手续。(报名以及缴款日期2016年8月9日下午4时截止)。

五、咨询电话:86864950 86860980

六、公司地址:宁波市北仑区新大路755号新锋商务楼三楼

未尽事宜详见拍卖专场资料,或登录拍卖公司网站(www.nbyade.com)查询。