



教室放上冰块了

为缓解高温,鄞州区五乡镇中心小学给每间教室分发了冰块降温。图为孩子们欢快地将冰块搬到自己的教室。 记者 边城雨
通讯员 季春丽 胡蓉芳

这几天突然就热了,一些市民面对骤然而至的高温,在室外工作、活动时没能及时做好防护工作,结果中暑了。昨前两天,市区多家医院就收治了多名中暑的患者,有的甚至已经引发急性肾衰。

天骤热

多人中暑进了医院 有人因为室外连续工作9小时 有人因为烈日下长跑6公里

工地上连续工作9小时 陈师傅中暑引发肾衰

鄞州二院急救医学中心在前天晚上接连收治了两名中暑患者,其中较严重的一个已引发急性肾衰。

54岁的建筑工人陈师傅在工地上连续工作9小时后,突然出现头晕、昏厥、四肢抽搐等症状,被工友紧急送入鄞州二院急救医学中心抢救室。医护人员检查发现,陈师傅体温不高,但血压偏低、心肌酶值偏高,系中暑引起的急性肾衰。

鄞州二院急救医学中心副主任王后兴告诉记者,高温环境下,人体大量出汗,如果没有及时补充水分,身体就会严重脱水,血液极度浓稠,肾脏血流减少,从而导致肾脏损伤。

同样,昨前两天市中医院急诊收治了6名中暑病人,均是在工地上干活的工人。好在经过治疗,均已出院。

高温天跑了6公里 体育达人患上热射病

大汗淋漓、神志不清、体温41℃……昨日上午,张女士被送到宁波市第二医院急诊科时情况已经很严重了。她跟跑友们在烈日下跑了6公里,结果倒在了终点线上。

据了解,张女士是个体育达人,6公里的长跑对她来说不在话下,所以在高温天依然参加了跑步活动。在跑步中途,张女士就跟同伴说有点累,但还是坚持到了终点,没想到一过终点,人就趴倒在地上。

“根据病人送院时的情况,已经是热射病。”市二院急诊科刘鹏主任医师向记者介绍,轻度中暑往往表现为肌肉痉挛,如果发展为热衰竭、脱水加重,会出现恶心、呕吐、头晕等症状;最严重的就是热射病,会造成脑水肿、肾功能衰竭等严重后果,危及生命。

“这两天室外温度高、湿度高,会影响人体散热,再进行剧烈运动,体内产热过多,就可能诱发热射病。”刘医生说。

连喝5大瓶白开水 王师傅出现“水中毒”

预防中暑、热射病,需要补充水分,但是补水也有讲究。王师傅昨日上午被送进市二院急诊科时,体温正常,但全身抽搐。“病人入院前大量饮水,体内电解质紊乱,出现了所谓‘水中毒’的情况。”刘鹏说。

原来,王师傅在建筑工地工作,早上高温作业感到特别累,于是到阴凉处休息,并一连喝了5大瓶白开水,没多久,人更加不舒服了。

“高温环境下,特别是已经出现中暑症状时,短时间大量饮用白开水其实是禁忌。像王师傅这样短时间饮用大量纯水,未同步补充电解质,会加速体内电解质紊乱,进而导致乏力、肌肉痉挛等症状,临床称为热痉挛。”刘医生向记者解释。

提醒: 预防中暑小贴士,请收好

市中医院急诊科主任杜学宏特别提醒,在炎热的夏季,应尽量避免在日照最强烈的上午10点至下午2点外出,此时间段发生中暑的几率是其他时间段的10倍。

市二院急诊科刘鹏主任医师建议,高温场所工作人员以及老年人、孕产妇、婴幼儿等特殊人群一定要注意防暑降温。最好避免长时间在高温、通风不良环境下从事强体力劳动或剧烈运动,如果一定要在高温下工作,建议多喝含盐饮料补充水和电解质,多吃新鲜果蔬,并备好十滴水、藿香正气水等药品。

一旦发生中暑,应立即浇水、敷冰进行物理降温,并转移到阴凉、通风处,口服淡盐水或含盐的清凉饮料,一般休息后即可恢复。如果不能缓解,尤其是出现恶心、呕吐等症状,应及时到医院就诊。

记者 房伟
通讯员 郑轲 谢美君 刘扬

高温还要持续两天 后天开始最高气温回落到35℃以下

本报讯(记者 石承承) 在连续熬过两个高温天后,我们还将经历两个“升级版”的高温天。昨天市气象台继续发布高温报告,称受副热带高压影响,今天我市仍以晴热高温天气为主,最高气温可达35-38℃。而本轮高温将持续到明天。

昨天,市区最高气温达到35.5℃,和前天相比,并没有热出新高度。但从全市来看,慈溪昨天最高气温达到37.4℃,余姚37.2℃,镇海也有36.9℃。

部分地区的气温在昨天一度“火”到全国。中央气象台每隔一个小时会对来自2418个国家自动站的数据进行一次实况排名。昨天从8点到11点,慈溪一直跻身“全国十强”,其中在9点一度以33.9℃冲到全国第一。余姚也在昨天9点以33.5℃入围“全国五强”。

而高温还要“升级”。据预报,今天市区最高气温可达36-38℃,其他部分地区最高气温甚至可达38℃以上,防暑降温不容有丝毫松懈。

从目前的预报看,周四傍晚到夜里,我市局部地区会下雷阵雨,之后的日子雨水也会和我们“如影随形”。随着雨水来临,从周五开始,我市最高气温将回落至33℃左右。

高温津贴确定涨了 室外作业人员每人每月300元 室内作业人员每人每月200元

本报讯(记者 林伟) 本周我市气温直线飙升,昨天从省人社厅传来的一个好消息应该可以让大家“凉快”一下:今年的高温津贴确定涨了。

根据《浙江省人力资源和社会保障厅关于调整企业夏季高温津贴标准有关问题的通知》,6月至9月,室外作业人员每人每月发放高温津贴300元;室内作业人员每人每月200元。工作性质在室外与室内来回流动交替或主要作业时间在室外,以及高温炉前作业的,视同室外作业。

根据之前的标准,我市高温作业工人高温津贴是每人每月225元,非高温作业工人每人每月180元,一般工作人员每人每月145元。此次高温津贴适用岗位调整为室外作业和室内作业两类,概念更加清晰。

高温津贴不包括在最低工资标准范围内。企业不得因高温津贴增加而降低劳动者工资。因高温天气停止工作、缩短工作时间的,企业不得扣除或降低劳动者工资。企业在发放夏季高温津贴的同时,应继续做好工作现场清凉饮料的供应。