

每天一身汗臭味回家

第一件事是洗澡,否则儿子不让抱

7月13日清晨5点,市水务环境集团工程师陈冬冬已经在前往杭州湾新区的路上。“夏季施工就是这样,做两头歇中间。我们一般早上6点开工,工作到上午11点休息。下午3点开始,一直忙到晚上7点。10年下来,都已经习惯了。”陈冬冬说,当天的工作是进行两根口径1米宽的桥管吊装作业。

开车约1小时,记者和陈冬冬来到杭州湾新区八塘江桥施工现场。记者看到,两根长约40米的桥管和两台50吨大型吊机已就位,陈冬冬和两位施工人员戴上安全帽,仔细检查了桥管内外防腐情况,并对吊机吨位、驾驶员证件、吊机停放位置、钢丝绳情况等进行检查。虽然才早上7点多,但路面温度已经有32℃,人稍微一动就浑身冒汗。

7点半,吊机启动,吊装作业开始。在太阳的照射下,地面温度迅速

攀升,桥管的表面已经非常烫手,但工作人员依然要“贴身”为桥管绑上结实的钢绳。

绑完钢绳,陈冬冬回到指挥调整吊机吊点的位置。“起,起,抬起来,先稳住一会儿……”随着他的指挥,桥管被平稳吊起。经过2小时的操作,两根桥管被稳稳摆放在桥侧支架。此时,陈冬冬松了口气,拉了拉贴在身上、被汗水浸透的衣服。

“衣服每天湿了干、干了湿,有一股汗臭味,回家第一件事是洗澡,否



则儿子都不要我抱。”陈冬冬说,“我这还算好的,那些施工人员就更不用说了,他们比我辛苦得多。”

上午9点半,八塘江桥施工结束。陈冬冬“咕咚咕咚”猛灌几口水,和现场人员交代完后续工作后,打开车门,猛地摇了几下,把车内的热气“扇”出来一些,然后拍拍滚烫的坐垫,随后驱车前往四灶浦江桥。“四灶浦江桥的桥管本月也要完成安装,桥面宽200米,吊装难度更大……”

据了解,杭州湾新区目前仅有一

座水厂,随着2011年上海大众汽车等企业入驻后,用水量渐趋紧张,为确保工业生产和居民用水,杭州湾新区给水管网系统优化改造(一期)工程项目正式启动。该项目主要对八塘横江以南(包括过八塘横江段)、兴慈五路以东、浦东路以西、滨海大道以北的5.5平方公里区域,及名仕路、兴慈大道(名仕路至兴慈五路)的给水管进行优化改造,改造管线总长约25公里,总投资2.09亿元。

记者 边城雨 通讯员 郑永成

[急诊室故事]

大太阳下跑半小时,健身达人倒在姚江边

医生:幸亏送医及时,否则后果难料

“医生,谢谢你们。以后这样的高温天,我再也不敢去跑步了。”近日,小孙对着中国科学院大学宁波华美医院(市第二医院)急诊科医生连连道谢。要知道,如果没有得到及时救治,他的情况会很危险。

A 挑战自我的健身达人倒在江边

“小孙是被120急救车送来的,当时他晕倒在姚江边,不省人事。幸亏有热心市民打了120,而且事发地离医院很近,他很快得到了救治。”国科大华美医院急诊科主任刘鹏说。

小孙今年20多岁,是不折不扣的健身达人,尤其喜欢跑步。一有时间,他就会沿着姚江边跑步“打卡”。

出梅后,宁波从“水煮”模

式切换到“烧烤”模式。家里人也劝小孙不要出去跑,实在太热了。但小孙认为,这正是挑战自我的好时候,顶着高温穿上跑鞋又出发了。

上午10点,太阳明晃晃的,江边虽然有微风,可阳光还是没遮挡地洒下来。太阳直晒加上跑步,小孙自然觉得酷热难当,但他靠着意志力咬牙坚持。大概半小时后,他失去了意识,倒在路边。

幸运的是,路过的市民发现后,赶紧拨打了120。休克、大汗淋漓、体温高达41℃……小孙被送到医院时,情况已经很糟糕了。

“这是严重的中暑,已经出现了高热昏迷。”刘鹏说,室外温度高、湿度高,本身就会影响机体的散热。小孙在烈日下跑步,体内产生的热过多,诱发了热射病。

B 容易导致多器官功能衰竭

接诊的急诊科医生荀凯告诉记者,随着近来气温升高,急诊接诊了不少中暑病人。“有个病人,也是年轻人,和小孙情况差不多,在高强度锻炼时晕倒,醒来后神志不清,不认识身边的同事,行为也出现明显异常,四五个小伙子都压不住,他这种情况,很可能已经导致肝肾功能损伤和肌肉坏死了。”荀凯

说,“他本来是要转诊到我们医院的,后来考虑到路程等原因,送到了其他医院。”

刘鹏提醒市民,高温中暑是在气温高、湿度大的环境中,从事重体力劳动,发生体温调节障碍,水、电解质平衡失调,心血管和中枢神经系统功能紊乱为主要表现的一种症候群。严重中暑有热衰竭、热痉挛、热

射病等。

“高温天热射病是夏季常见的危重症,容易导致多器官功能衰竭,死亡率较高,治疗难度大。”刘鹏说,幸亏小孙晕倒的地方离医院近,又及时被热心市民发现。如果送医不及时,可能会导致死亡。当体温在40℃以上时,可能导致脑水肿、出现脏器不可逆的损伤。

C 提醒:高温天运动,千万别逞强

高温天,怎么做到科学跑步、健身呢?医生反复提醒市民注意一个原则——别逞强。

1. 和太阳打时间差。露天运动的话,可以选择清晨上班前或晚上太阳下山后进行。

2. 量力而行。运动前,需要保证充足的睡眠和必需的能

量补充,量力而行。运动中,评估自己的身体状况,及时调整合适的运动强度。

3. 及时补充水与电解质。饮用含盐饮料以不断补充水和电解质的丧失,运动后要补充营养,保证充足休息,有助于逐渐恢复体力。

4. 避免在高温、湿度大的

环境中剧烈运动,尽量选择阴凉通风处跑步。

5. 运动时要穿透气的衣服,确保身体散热正常。

如果运动过程中出现中暑症状,除采取必要的急救措施之外,重度症状者应立即送往医院救治。

记者 王颖 通讯员 郑轲

高温消费镜像

点外卖的人越来越多

增量最多的是冷饮

连日的高温天,让不少市民本能地减少了出门的次数,转而依赖外卖来解决吃饭问题。近日,记者走访了美团、饿了么等多个外卖网点了解到,从7月开始,这些平台的外卖单量有了明显的提升,特别是以冰饮为代表的消暑类餐饮单品增量非常快。

昨天下午1点多,中餐的送餐高峰刚刚过去,外卖小哥刘高开始“无缝对接”到下一个高峰——下午茶。进入盛夏以来,消费者对消暑下午茶的需求明显提升。以刘高的业务为例,在每天70单左右的配送量中,饮料占了二三十单,而且集中在下午茶时间段。他告诉记者,每天下午1点多到4点左右是顾客下单点饮料的密集时间。

刘高所在的站点位于永丰路,是美团一个较大的网点,120名外卖小哥每天上午9点多到岗,服务于网点所在周边3公里范围里写字楼、商圈和居民区。

“根据我们目前的数据统计,相比上个月,这个月的单量增加了至少三成。因为天气热,现在消费者更加青睐口感清爽的果茶、冰饮;即便是中饭和晚饭,也更喜欢简单的套餐、凉皮等,麻辣烫或者是一些相对油腻的餐品少了很多。”站长徐凌康说。

在通途路一家饿了么配送网点,情况也大致如此。工作人员表示,他们配送的饮品是近期增量最大的品种,下午时段最多,晚上7点到9点的单子也不少。

此外,通过外卖解决晚餐的市民也越来越多。“以往中餐时段外卖会比较,大都是满足工作餐的需求。但最近我们发现,晚餐的单量也在增加,不少是送到居民小区里面的,应该是天气太热,很多市民不愿意自己做饭了。”这位工作人员说。

记者 黎莉 通讯员 郭培