民生报告

高温

体温超40℃ 又是这个病！

有人化险为夷 有人再也没醒来……

这两日，随着台风“艾利”以过场式走位离宁波远去，宁波市民没能蹲来心心念念的凉爽，反而蹲来了天气预报上一串高温“顺子”。

记者向本市多家医院急诊科了解情况，大部分医院表示，往年从5月份开始，中暑患者就会陆续增加，也会开始出现热射病患者。但今年可能由于高温天整体推迟的缘故，这波“中暑潮”似乎尚未到来。但也有个别医院表示已接诊多例热射病患者，多为在车间和工地工作的工人。有人化险为夷，有人却再也没能醒过来。

1 车间女工和独居大爷都得了热射病 结局却大不相同

50岁左右的刘女士在车间工作。近日的一天下午，她突然在工作岗位上头晕得站不住。工友们发现后，怀疑她是中暑了，立刻将她送至当地某家医院，当时刘女士的体温已高达40.3℃，医院综合考虑后建议转往上级医院，于是工友们又立刻将她送至仁济医院宁波医院急诊科。这时，刘女士已是叫不醒的状态，并且不停抽搐，体温仍高达39.4℃。急诊室团队迅速通过冰盐水快滴、冰袋冰敷等方式，尝试降低刘女士的核心体温，同时控制她的抽搐症状。好在送医及时，刘女士最终化险为夷。

而70多岁的李大爷就没有这么幸运了。李大爷平日独居在家，当天早上曾打电话给家人说身体不适，但等家人下午5点多去看望他时，已经怎么也叫不醒，家人这才把李大爷送到仁济医院宁波医院。这时，李大爷体温已高达41℃，并处于无尿状态。最终，李大爷再也没有醒过来。

该院急诊科医生郭祺铭说，刘女士和李大爷得的都是热射病，是重症中暑的一种，但属于两种不同类型。刘女士得的是劳力型热射病，主要是由于高强度体力活动导致机体产热和散热的失衡，多见于消防员、运动员、马拉松爱好者、高温作业工人等；李大爷得的则是非劳力型热射病，又叫经典型热射病，主要是由被动暴露于热环境下导致机体产热和散热的失衡，常见于孕妇、儿童、年老体衰者、有慢性基础疾病或免疫功能受损的人群。

2 有这些症状要高度警惕 快速降温是急救关键

高温天来袭，要如何尽早发现自己可能中暑了甚至得了热射病呢？郭祺铭介绍，中暑可以根据症状轻重分为轻症中暑和重症中暑。轻症中暑可表现为头晕、头疼、面色潮红、口渴、大量出汗、全身乏力、心悸、脉搏快速、注意力不集中、动作不协调等；重症中暑则包括热痉挛、热衰竭和热射病，可表现为三种类型的混合型，严重时可能致死。

“体温超过40℃，是面临相当大生命危险的一个信号。这时，尽一切可能帮助患者快速降低核心体温是关键。”郭祺铭建议，在现场急救中，首先应将患者迅速转移到通风阴凉的地方平躺，让头偏向一侧，脱去外衣，解开衣领和腰带，这样有利于呼吸和散热；其次，给患者贴降温贴、往身上泼冷水、把矿泉水瓶塞到腋下，甚至有条件的直接让患者浸泡在装满冰水的水缸、浴缸里，都是听起来荒唐、实则能救命的办法。

3 少量多次及时补水补盐 预防中暑还要注意这几点

急救于危时，不如防患于未然。郭祺铭医生建议，要想安然度过高温天，预防中暑甚至热射病，应注意以下五点：

1. 随身携带水杯，在高温活动或作业时及时补充水分和盐分，少量多次饮水；可多喝淡盐水或绿豆汤，尽量不喝含糖、含乙醇的饮料，它们会加速体液流失；

2. 尽量避开在11点到15点的高温时段出门；如必须出门，尽量穿着宽松透气，做好防晒措施，随身携带藿香正气水、清凉油等防暑药品，每隔半小时及时纳凉，以静站、静坐为宜，尽可能减少户外的整体停留时间；

3. 高温天室内注意通风降温，从空调房到热环境时注意缓冲，否则血管迅速扩张，易引起晕眩、虚脱等不适；

4. 注意保证充足的睡眠，科学作息，避免熬夜，适当锻炼，增强体质；

5. 饮食以清淡为主，少吃高油高脂、辛辣刺激的食物；可多吃苦瓜等带苦味的食物和冬瓜、黄瓜、生菜、西红柿、桃子、西瓜等含水量高的蔬果，帮助补充夏日流失的水分。

记者 徐露清 通讯员 邹怡

相关新闻

未来10天 宁波连续晴热高温

7月4日，市区最高气温35.5℃。7月5日，市区最高气温36.3℃。

自5月29日入夏以来，夏天终于找到了正确的“打开方式”。市气象台在7月5日发布的十天预报中提到，未来10天，我市将会有连续晴热高温天气。

7月5日一大早，市气象台就发布高温报告称，7月5日到6日，我市大部分地区日最高气温将达到35℃-37℃，局部地区最高气温甚至可达38℃。

这仅仅是一个开始。市气象台在7月5日发布的10天预报中明确提到，接下来这段日子，我市最高气温将稳定在35℃-38℃。就连最低气温，也将稳定在26℃-28℃。换句话说，我们从早到晚都要在“烤”验中度过。

眼瞅着宁波要被热成“宁皮”，让人想问：这次，高温为啥能迅猛且持续地“支棱”起来？又是副热带高压“惹的祸”？

宁波市气象服务中心的专家说，这次除了副热带高压，还有大陆暖高压，两者左右夹击，简直要把江南大地给“烧开”了。

大陆暖高压影响时，天气相对干燥，体感会更加燥热一些；随着副热带高压占据主导地位，除了晴朗、闷热，还会带来雷雨等强对流天气，体感会更加湿热。

市气象台在7月5日发布的10天预报中提到，7月10日前，午后局部地区有阵雨或雷雨。

持续高温天气将对社会生产生活造成明显影响，比如供电压力增大、农作物生长受影响，且还会影响人体健康。因此，相关部门要及早采取相应的防范措施，大家在日常生活中也要做好防暑降温工作。

记者 石承承

关于宁波甬城农村商业银行股份有限公司保险中介许可证换证申请的公告

宁波甬城农村商业银行股份有限公司保险中介许可证换发核准，现予以公告。

机构名称：宁波甬城农村商业银行股份有限公司
机构编码：5A0115770000000000
机构住所：浙江省宁波市江北区育才路15、17号
成立日期：1991年12月16日
许可证有效期：长期有效
许可证流水号：00033546
批准日期：2005年7月4日
机构负责人：李友增
联系电话：0574-81871913
邮政编码：315200
代理险种：代理企业财产保险，家庭财产保险，机动车辆保险，工程保险，保证保险，船舶保险，货物运输保险，人寿保险，意外伤害保险。
发证机关：中国银行保险监督管理委员会宁波监管局