

连续高温突如其来

各大医院门诊量剧增，



记者 叶海英 白蓓 董程红 通讯员 马蝶翼 李一霁 吕方伟 庞赟

梅雨刚过，高温骤至。昨天，记者从我市各大医院了解到，这几天虽然没有出现中暑扎堆的现象，但患了感冒、腹泻的市民却明显增多。另据记者从宁波市急救中心获悉，从6月29日至昨天下午3时30分，伴随连日高温，该中心呼救量已达到174例，其中心脑血管疾病发病人数有增多趋势。

现象

各大医院门诊量剧增

昨日下午4时多，在市妇儿医院的门诊大厅，记者看到，挂号收费处排着长长的队伍，不少人一手抱着孩子，一手不停地拿纸巾擦汗。

走进儿内科诊区，10余间诊室里的医生们忙着给患儿诊治。输液室里，早已坐满了输液的患儿。输液台前，还有不少患儿被父母抱着等待输液。一名保安表示，上午患者还要多，早上7点门诊大厅就排起了4条长龙，从挂号收费处一直蜿蜒到药房。

市妇儿医院儿科副主任医师周江瑾告诉记者，这几天，门诊量明显增多，她一个上午就看了五六十个孩子，比平时多了近两成。据医院统计，医院门诊量在7月1日已突破6000人次，其中儿科门诊量为2000多人次。

门诊明显增多的情况同样出现在其他医院。市第一医院急诊科主任宗建平说，最近几天，每天晚上都要接诊50多个病人，比平时翻了一倍。李惠利医院急诊科主任方建江告诉记者，最近一周，医院接诊的腹泻患者也明显增多，其中不少是老年人。

另据宁波市120急救中心数据显示，从6月29日至昨天下午3时30分，老三区范围内已出动救护车急救174例，其中，脑血管9例、心血管6例、消化科4例、中暑昏厥3例。

原因

不少市民一时难以适应

“与以往相比，最近一个比较明显的特点是病人体温较高，普遍超过38.5℃；血常规显示白细胞水平并不高，为病毒性感染居多；病情容易反复，不少病人用药后几天内仍反复发热。”市一院急诊科主任宗建平说，这多与高温天气有关，天气一下子热起来，不少市民难以适应，抵抗力下降，就容易感染病毒和细菌。

“气温的突然升高，还容易引发心脑血管等疾病，”市急救中心急救科科长王国文介绍，在高温燥热的环境下，人体新陈代谢加快，心脏负荷加重，心率加快，极易产生心脑血管供血不足。加上人体大量排汗，血液浓缩易导致血液黏稠度升高，产生血栓、栓塞、动脉硬化斑块。

王国文还指出一个误区，很多老年人由于出汗，血压降低，便自行停药引发血压波动，殊不知大量出汗会导致氯、钠、钾等物质大量丧失，从而使心跳强弱快慢发生剧烈变化，成为心脑血管疾病的重要诱因之一。另外，夏天昼长夜短，睡眠质量大打折扣，缺乏休息的心脑血管疾病患者也容易发病。

高温天气里，还易使人产生胸闷气短、烦躁、紧张、注意力不集中等症状，车祸发生的频率也会增加，往年的七八月份，市急救中心有时候一天能接到六七例来自车祸现场的呼救。

应对

医生专家支招避高温

本周，高温天气仍将持续，如何避免感冒、腹泻、心脑血管等病症？

李惠利医院急诊科主任方建江提醒，高温天气，市民应尽量减少户外活动，尤其是老人、小孩和心脑血管疾病患者。

此外，尽可能补充水分，可在饮用水中放适量盐。饮食方面要少吃高脂高油的食物，尽可能多吃蔬菜和水果等富含水溶性维生素的食物。从冰箱取出食物后一定要加热后再食用，贪凉很容易引发腹泻。

市急救中心急救科科长王国文建议，心脑血管疾病患者还要注意做好室内通风降温工作，不要用电扇直接吹身体，空调不要调得过低，温度最好控制在28℃左右，并每隔2到3小时开窗通风。老年人要保证睡眠充足，至少午睡半小时。

另外，市妇儿医院儿科副主任医师周江瑾还建议家长最好能熟悉一些疾病防治科普知识，不要一次次急着跑医院。譬如，对于发烧，她建议最好先进行物理降温，给孩子松解衣服，用温水洗澡擦身，用退烧贴敷在额头，同时多喝水。

专家还建议，人们就诊时要避开高峰，尽量选择白天就诊，或者下午病人相对较少的时间。