

高温持续,市一医收治了三例热射病患者 热射病究竟是怎样一种病 防中暑大家应该怎么做

记者 周灵芝 通讯员 黄自安

本报讯 热死人 这话真不是开玩笑的。26日,记者从市第一人民医院获悉,持续的高温晴热天气令该院急诊室的中暑病人扎堆,其中有三例患者确诊为热射病,一人经抢救无效死亡,另两人仍在重症监护室救治中,尚未脱离生命危险。

热射病不一定是晒出来的

市一医ICU王益群主任医生介绍,热射病其实就是俗称的中暑、发痧。轻度中暑在医学上被称为热痉挛,中度中暑在医学上被称为热衰竭,重度中暑则被称为热射病。

热射病一般表现为高热,体温达到40℃以上,同时皮肤干热无汗,还会出现神志障碍、脏器衰竭等。如果得不到及时妥善的救治,死亡率高达20%-70%。50岁以上患者可高达80%。体温升高程度及持续时间长短与病死率直接相关。

王医生说,23日、24日该科室收治的三例热射病患者,在送医时都已神志不清,呼之不应,四肢抽动,体温高得仪器无法测量,呼吸浅促。经给予补液、物理降温等一系列对症抢救后,仍有一名患者不幸离世。根据今年与往年热射病患者的具体情况分析,年龄在20至50岁间的患者大多与工作环境高温高湿有关。60岁以上患者则多是待在家里舍不得开空调而引发的。

感觉头晕时就要当心中暑

一般当你自己感觉有头晕、口渴、大量出汗、四肢湿冷、面色苍白、心跳增快等症状时,就要当心可能已经中暑了。王医生解释,轻度中暑时,人往往表现出头痛、头晕、口渴、多汗、四肢无力发酸、注意力不集中、动作不协调等症状,体温正常

或略有升高。这种情况,患者只要及时转移到阴凉通风处,补充水和盐分,休息一会,短时间内即可恢复。

中度中暑则会出现头晕、口渴外,往往有面色潮红、皮肤灼热等表现,或出现四肢湿冷、面色苍白、血压下降、脉搏加快等表现。这种情况体温往往在38℃以上,如及时转移到阴凉通风处,补充水和盐分,多多休息,不要进行劳动,往往可于数小时内恢复,必要时需要去医院救治。

重度中暑这是中暑中情况最严重的一种,如不及时救治将会危及生命。发病早期有大量冷汗,继而无汗、呼吸浅快、脉搏细速、躁动不安、神志模糊、血压下降,逐渐向昏迷伴四肢抽搐发展,严重者可产生脑水肿、肺水肿、心力衰竭等,必须第一时间送医救治。送医途中可以使用冰袋快速降温,可要用毛巾等物品包住冰袋防冻伤。

王医生表示,如今许多市民觉得夏日出点汗好,但在持续高温高湿的情况下,人体的调节机能会出现“疲态”,甚至在一些闷热天气,身体的代谢会出现一定的紊乱,热量不能及时挥发,人体的调节机能就会减弱。严重的就会发生器官衰竭,甚至殃及生命。所以不要一概认为夏季出汗就是好事,一定要适度调节室内温度,运动一定要适度。

医生支招防中暑

记者从市气象台了解到,未来三天内,我市仍以高温晴热天气为主。市一医医务人员提供了防暑攻略。

减轻劳动或运动强度
根据高温天气调整作息时间,避开一天中气温的最高时间段进行户外工作或者运动。

多喝水但口渴后不宜狂饮
应适当补充些淡盐(糖)水,因为大量出汗后体内盐分丢失过多,不

及时补充盐分,易使体内电解质比例失调,导致代谢紊乱。最好是温开水、绿豆汤或含电解质的饮料。每天喝约1.5至2升水。

采取必要的防晒措施
需要外出尽量戴太阳镜、遮阳帽或使用遮阳伞,穿着透气、散热的棉、麻或真丝面料衣服。

保持充足睡眠
充足的睡眠,可使大脑和身体各系统都得到放松。睡眠时注意不要躺在空调的出风口和电风扇前,以免患上空调病和热伤风。

不宜大量饮酒
人体在夏季受气温影响极易积蕴湿热,若大量饮酒,更会助热生湿,无异于火上浇油。

饮食不宜过于清淡
夏天人出汗多、消耗大,应适当多吃鸡、鸭、瘦肉、鱼类、蛋类等营养食品,以满足人体的代谢需要。

午睡时间不宜过长
午睡时间过长,中枢神经会加深抑制,脑内血流量相对减少会减慢代谢过程,导致醒来后周身不舒服而更加困倦。

忌受热后快速冷却
有的人脱离高温环境后喜欢开足电扇,或立即去洗冷水澡,这样会使全身毛孔快速闭合,体内热量反而难以散发,还会因脑部血管迅速收缩而引起大脑供血不足,使人头晕目眩。

室内外温差不要太大
使用空调时,室内外温差不要超过5℃为宜,即使天气再热,空调室内温度也不宜开到24℃以下。

适当准备一些防暑药品
如藿香正气水、十滴水、仁丹等。一旦周围有人发生中暑症状,应当立即将病人移到阴凉处,并保持周围通风,解开衣扣,用各种方法帮助身体散热,帮助服用解暑药物,并按压人中、虎口等穴位帮助恢复意识。如果症状没有减轻,应立即拨打救助电话。

爱心助学 收到捐款2.7万元

活动仍继续接受捐款

通讯员 黄亚雯 记者 任晓

本报讯 25日,记者从市慈善总会了解到,从2016年7月22日开始,截至2017年7月21日10时,市慈善爱心平台“爱心助力贫困学子圆梦大学”募捐项目收到358笔捐款,共计27627.23元,收到的款项将全部用于今年“爱心伴你上大学”困难大学生助学。今年的“爱心伴你上大学”活动正在接受报名,请符合要求的准大学新生及时申报。

“爱心伴你上大学”项目于2005年由市慈善总会、市广播电视台、永康日报联合发起,是市慈善总会的固定助学项目,于每年7至8月份开展。本期募集结束后,“爱心助力贫困学子圆梦大学”项目将作为经常性募捐项目继续接受捐款。欢迎社会各界爱心人士伸出援助之手,为贫困学子圆梦大学添一把力,可关注永康慈善爱心平台微信公众号捐款献爱心。若需要发票,也可在微信公众号中输入相关信息提交开票申请,发票将通过邮寄寄出。

深夜男孩独自坐街头哭泣 民警细心照顾 送医寻家人

记者 徐敏 通讯员 朱荣可

本报讯 眼下,有很多外来孩子趁着暑假来到永康与父母团聚。但在永康人生地不熟的情况下,家长一定要看好孩子,让孩子记住家庭住址、亲人联系方式。如果孩子年纪还很小,最好让孩子随身携带联系卡,以便孩子走失后,群众和民警能及时与他的亲人取得联系。24日下午,东城派出所民警接受记者采访时说。

近日夜里10时许,东城派出所接到市民报警,称望春西路龙川公园附近有一名男孩独自坐在地上号啕大哭。

民警很快赶到现场,只见小男孩瘫坐在地上捂着头哭个不停,旁边倒着一辆自行车。民警多次试图与他交流,但他都不搭理,一个劲地哭。

民警仔细观察小男孩的身体状况,发现他的头顶被捂住的地方高高鼓起,肿了一个大包,看样子是骑自行车摔伤了。民警不敢马虎,赶紧拨打120急救电话。

听到民警要带他去看医生,小男孩不再哭了,也愿意跟民警继续交流。交流中,民警得知他姓邓,今年12岁,老家在黑龙江。小邓说了母亲的名字及联系电话,民警立刻拨打电话,却发现号码是空号。

民警打电话回派出所,报告了小邓妈妈的名字,请同事查询信息。但是,同事虽然查到小邓妈妈的信息,却找不到确切的联系方式,最后辗转联系到了小邓在永康生活的小姨。

不久救护车到了。民警小心地抱着小邓上了救护车,并且陪伴他一起去医院,直到他的小姨赶到医院才离开。



给公路建设者 送上清凉

烈日当头,炙烤着奋战在东永一线白改黑工地上的一线职工,沥青混合料的温度高达150℃。然而,公路建设者们为保质保量完成白改黑工程,仍奋战在公路上。

近日上午,公路段夏季高温送清凉慰问组,带着消暑饮品,奔赴东永线白改黑工地,分别对两个标段奋战在高温下的建设者们,进行慰问与探望,为他们送去一份清凉与关怀。

通讯员 林加强 王叶芳 摄