

# “考验”来了，请注意防暑

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 吴明顺 张晴)连日来,我市气温持续升高,尤其自昨日起入伏,开启了一年中最热的时段。在炎热的夏季,高温、高湿以及强热辐射可造成人体的体温调节、循环、消化、神经、泌尿等系统出现一系列生理功能改变,一旦机体无法适应这些改变,就会造成热平衡和水盐代谢紊乱,从而导致中暑,严重者可导致死亡。对此,烟台市疾控中心提醒市民,高温天气,谨防中暑。

## 120一周救治20例中暑患者

我市近日持续高温,据市120急救指挥中心统计,7月1日—8日一周共接呼救电话15098个,调度派诊3498次,救治急危重症伤病员3256人。其中值得关注的是救治中暑患者达20人,因气温升高,中暑人数较平时明显增加。

7月5日10时,莱阳市某乡镇的孙阿姨在上山劳作干农活数小时后出现头晕、四肢无力的症状,家属急忙拨打了120,市120急救指挥中心立即调派附近医院的救护车前往现场,急救人员到达后采取吸氧、输液等急救措施,并立即转往医院进一步治疗,后经医生

诊断孙阿姨为中暑。7月8日9时许,家住龙口市80岁的王大爷外出途中突然感到头晕、恶心、呕吐不止,市120急救指挥中心闻讯后调派附近救护车火速赶往,急救人员很快到达现场,采取吸氧、输液、降温等急救措施后,迅速转往医院进一步治疗。

中暑是指由于高温或长时间热辐射作用使人体体温调节功能紊乱而发生的综合征,主要表现为头晕、头痛、恶心、呕吐、大汗、浑身无力及行走不稳,重症还可突然昏倒。根据中暑严重程度分为热痉挛、热衰竭和热射病三种,其中热射病最严重。近日全国多地持续高温,多人确诊为热射病,并且有死亡病例,热射病不同于一般中暑,应引起市民重视。

## 专家提醒加强防暑降温意识

相较于年轻健康人群,老年人、婴幼儿、儿童、精神疾病患者以及心脏病和高血压等慢性病患者更容易中暑,但在高温天气或者高温环境里进行重体力劳动或剧烈体育运动时,即使是健康的年轻人也可能发生高温中暑,甚至死亡。随着夏季高温天气的来临,大家要加强防暑降温的意识,在日常生活中做

到加强营养,及时饮水,注意补充盐分、维生素和矿物质。高温出行时做好防晒措施,尽量穿质地轻薄、宽松和浅色的衣物,外出时涂抹防晒霜,戴宽檐帽和墨镜或使用遮阳伞也是比较简单有效的防晒方式。同时应尽量避免午后高温时段的户外活动,外出活动应尽量选择在阴凉处进行,户外锻炼也要适当减少。

在高温天气驾车出行时,离开车辆时千万不要将孩子留在车内,以防发生意外。除需要注意预防户外中暑外,在通风差、温度高的室内小环境也需要警惕,尤其一些老年人,出于开空调浪费电、室内外温差过大等顾虑,导致室内温度过高,也容易导致中暑。户外或者高温条件下的劳动作业人员应当进行就业前和入职前职业健康查体,工作期间采取必要的隔热、通风等防暑降温措施,科学安排作息时间,减少或避免高温时段作业,防止发生职业性中暑。

如果出现头晕、头痛、恶心、口干、多汗、胸闷气短、全身疲乏等症状,体温正常或略有升高时,应怀疑是中暑早期症状,应迅速脱离高温环境,移到通风良好的阴凉处休息,给予含盐清凉饮料,并予以密切观察,如果症状没有缓解,建议及时、就近送医院就诊。

## ■相关新闻

## “冬病夏治”正当时 三伏贴开贴

本报讯(YMG全媒体记者 庞磊 通讯员 张涓)“冬病夏治”是中国传统医学的一个重要特色疗法,在夏天治疗冬天易患、易发作的疾病。“三伏贴”又名“天灸”,是“冬病夏治”的最主要手段之一,也是利用阳性药物来调养寒性疾病的典型代表。

7月11日,海阳市人民医院针灸推拿科正式开始三伏贴治疗,特有经验配方、传统工艺、新技术,精制成药末为基料,采用药物透皮吸收技术,加强药物活性因子的透皮吸收,疗效更确切。它适用于小儿反复感冒、咳嗽、扁桃体炎等,对成人过敏性鼻炎、慢性咽炎、慢性支气管炎、支气管哮喘、风湿或类风湿关节炎等疾病亦有较好的防治作用。同时,三伏贴可以有效提高机体免疫力,改善脏腑功能,减少发病次数,乃至痊愈。

## 全省重大传染病现场调查处置技能赛落幕 我市荣获双项冠军

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 王朝霞)7月4日—7月6日,由省卫生健康委、省直机关工委和省总工会联合主办的全省重大传染病现场流行病学调查处置技能竞赛省级决赛在济南举办,各地市及省属医疗卫生单位共97名选手参赛。经过理论考试、技能操作、疫情处置演练及团队竞赛的激烈角逐,烟台市代表队以全省第一名的总成绩获得团体特等奖,烟台市芝罘区疾控中心高娜娜以全省第一名的总成绩获得个人特等奖,烟台市招远市张星中心卫生院王芝英获个人二等奖,烟台市疾控中心刘涛获个人三等奖,烟台市奇山医院蔡胜男获个人优秀奖。

全省重大传染病现场流行病学调查处置技能竞赛活动自启动以来,烟台市县两级高度重视、积极组织,通过县级初赛、市级复赛和市级集训选拔赛,层层选拔出4名理论扎实、技能娴熟的选手参赛,竞赛过程中充分展现了全市各级各类医疗卫生机构传染病防控工作奋勇争先的精神风貌和精益求精的职业素养。新冠疫情以来,烟台市重大传染病现场流行病学调查处置能力不断提升,此次技能竞赛进一步调动了各级各类人员夯实专业基础、提升专业素养的积极性,起到了以赛促学、以赛促练的作用,切实提高了我市传染病防控人员的理论和技能操作水平。

下一步,全市疾控工作将聚焦能力建设,拓展监测、数据分析等方面,积极组织举办各类业务工作岗位技能竞赛,在全系统营造“学中干、干中学”的良好氛围,努力打造业务精良、能打胜仗的传染病防控队伍,为群众身体健康和生命安全保驾护航。

## 面向全市放射工作人员

### 我市开展职业健康监护档案规范专项监督

本报讯(YMG全媒体记者 徐峰 通讯员 谭晓丹)近日,烟台市卫生和计划生育监督所下发了《关于规范放射工作人员职业健康监护档案管理的通知》(以下简称《通知》),在全市范围内开展放射工作人员职业健康监护档案规范专项工作。

卫生监督执法人员介绍,针对放射工作人员职业健康监护档案不规范的问题,烟台市卫生监督所执法人员主动为用人单位规范制定了放射工作人员职业健康监护档案模板,深入践行服务型执法理念,减轻企业管理负担,助力用人单位职业健康监护工作,为进一步落实相关法律法规、保障放射工作人员健康权益、落实用人单位管理责任奠定了基础。

为顺利完成此项工作,全面提升全市放射工作人员职业健康管理水平,《通知》要求各用人单位需于2023年9月30日前完成本单位放射工作人员职业健康监护档案的建立,各区市卫生监督机构要制定相应的措施,加强对各辖区内用人单位放射工作人员职业健康监护档案管理建立的技术指导和帮助。

2023年10月至12月,烟台市卫生监督所将联合各区市卫生监督机构不定期地对相关放射工作单位进行监督检查,对仍然存在违法问题的单位将依法进行查处。



## 120急救网络再添新成员

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 张晴 摄影报道)近日,市120急救指挥中心副主任东新宇带领专家组一行4人赴龙口市诸由观中心卫生院急救站开展业务指导评估工作。经专家组评估认为,龙口市诸由观中心卫生院急救站建设基本符合急救站建设标准,同时提出了改进意见。

农村急救站是院前急救体系中的重要组成部分,目前全市120人网急救站已增至67家,急救网络更加健全。近年来,市120急救指挥中心高度重视农村急救站建设,积极履责,在急救站布局规划、业务指导、急救通讯指挥系统安装调试协调、入网评估等方面主动作为,为保障广大农村居民生命健康安全作出了积极努力。

远离危险水域·预防暑假学生溺水

# 珍爱生命 预防溺水

## 快乐过暑假 安全不放假

