



今天市区天气

晴到少云  
偏西风转南风3-4级  
-3~8℃



明天市区天气

晴  
南风3-4级转5-6级  
2~11℃



后天市区天气

多云  
南风转北风3-4级  
1~14℃

# 今起三天我市气温小幅回升

## 今天晴到少云,市区最高气温8℃

本报讯(YMG全媒体记者 纪殿国)昨日,全市以西北风为主,市区最高气温3℃。全市最低气温-7℃,最高气温7℃。

今天全市晴到少云,偏西风转南风。明天全市晴到少云,南风为主。后天全市晴转多云,南风转北风。

烟台市气象台25日发布

天气预报:

烟台市区:26日白天,晴到少云,偏西风转南风3-4级,最低气温-3℃,最高气温8℃。

27日,晴,南风3-4级转5-6级,2~11℃。

28日,多云,南风转北风3-4级,1~14℃。

烟台各区市:26日白天,

晴到少云,偏西风转南风,沿海及内陆3-4级。最低气温,沿海-3℃,内陆-6℃;最高气温,沿海8℃,内陆10℃。

26日夜间到27日白天,晴到少云,南风,海面5-6级转6-7级,沿海及内陆3-4级转5-6级,-4~12℃。

27日夜间到28日白天,晴转多云,南风转北

风,海面6-7级转5-6级,沿海及内陆5-6级转3-4级,-1~13℃。

空气污染气象条件预报:气象条件不利于空气污染物扩散。

森林火险气象等级:三级(中度危险,能燃烧)。

一氧化碳中毒潜势预报:三级(可能)。

## 流感高发季节 尽量少去人多拥挤场所

本报讯(YMG全媒体记者 李俊玲 通讯员 王朝霞 曾颖雪)近期气温偏低,部分人群出现发烧、流涕、咳嗽等症状。烟台市流感监测显示,流感流行形势正呈现回升的趋势。目前正是开学季,学校人员密集,很容易出现流感等聚集性疫情,市疾控中心发布健康提示:请广大师生、家长务必注意做好预防。

学生应注意天气变化,随气温变化增减衣物,避免着凉;保持良好的个人习惯,例如充足睡眠、健康饮食,坚持适量运动;室内经常开窗通风,保持室内空气流通,注意环境卫生;保持良好的呼吸道卫生习惯,咳嗽打喷嚏时用纸巾或袖子遮住口、鼻。

专家建议,流感高发季节尽量不要到人多拥挤的公共场所,尽量避免接触流感样病例患者,如需接触应佩戴口罩。出现发热、咳嗽等症状或与他人接触时要戴口罩,自我隔离防止传播,严重者及时就医,切勿带病上课。

学校、托幼机构要加强监测。健全落实晨午检制度、因病缺课登记追踪制度,一旦发现发热等流感样症状患者,班主任应及时通知患者家长,就医或回家休息;流感患者不应带病上学、上班,一般在体温恢复正常、其他流感样症状消失48小时后或根据医生建议方可返校。学校一旦发现多例流感样症状的病例,应及时向当地疾控部门报告,并配合开展疫情调查处置;注意保持教室、宿舍、食堂等场所的空气流通,在天气允许的情况下加强日常开窗通风。

## 15元/斤,又到蛏子肥美时

本报讯(YMG全媒体记者 李俊玲 摄影报道)乍暖还寒的春季,尤其适合吃蛏子,此时的蛏子经过一个冬天的汲养与成长,不仅肥美,营养与口味也是一年中最佳的。记者昨日在芝罘区西炮台早市和小区便利店看到,15元/斤的蛏子肉质肥厚,看上去新鲜诱人,卖得很快。

“买两斤蛏子回家做蛏子海鲜面或者用韭菜炒蛏子,鲜嫩多汁,咋吃都美味。特别是天冷吃上一碗热气腾腾的蛏子海鲜手擀面,满口鲜香,满足味蕾,简简单单吃得舒服。”市民王先生说。

海鲜摊主老尹对记者说:

“蛏子现在正是肉质肥美的时候,价格也不贵,一天卖出去百八十斤不成问题。”蛏子味道鲜美,但如果清洗不干净就会有沙,影响口感。对此,老尹告诉记者,用清水淘洗是洗不净蛏子里面的沙子的,可以在清水中加入一两勺食盐,将蛏子放入其中浸泡两三个小时,待水底出现细沙就立即换水,反复多次,直到蛏子将泥沙吐干净即可。还可以将蛏子放在清水里,然后往水里倒点啤酒,浸泡20分钟,蛏子很快就会自动把沙子吐出来。吃蛏子时,里面的内脏和外侧的深色部分都要去掉,那



圈黑线一定要清理干净。

蛏子营养丰富,富含蛋白质、维生素、碘、铁、磷、钙等多种元素,不仅如此,经常吃蛏子还有清热解毒、益肾利水、促进食欲和降胆固醇等作

用。蛏子滋味鲜美,营养价值高,但含嘌呤较多,高尿酸症患者应尽量少吃,以免引发痛风。



## 69岁心梗患者心跳停止10分钟后被救活

本报讯(YMG全媒体记者 林媛 通讯员 栾秀玲)“闺女,网上专家说支架不能做,你说做不做?”“姐,你弟在医院,说心肌梗死得做支架,做不做?”“赵哥,医生说这个血管必须做支架,你说咋整?”……20分钟后,患者家属还在继续打电话问张问李时,患者突发抽搐,呼吸、心跳骤停,心电图变成了一条直线……

这是发生在烟台山医院北院区急诊科的惊险一幕。

### “网上专家说了,不能做支架!”

半个月前,一名69岁急性心肌梗死的患者因突发胸痛被120急送到烟台山医院北院区急诊科。“赶到患者家中时,他自述突发胸痛,浑身大汗,我们现场心电图检查,提示ST段抬

高,当时就考虑是急性心肌梗死。”出诊医生告诉记者,在患者家中时,他就与患者沟通,入院后需要紧急置入支架,打开闭塞的血管,但是遭到了患者和家属的强烈拒绝。

到达医院后,心内科会诊的大夫根据患者情况,准备紧急置入支架,但对方依然表示拒绝,“网上专家说了,不能做支架,凭什么你们说放就放?”“这名患者当时的情况特

别紧急,我们都急坏了。”急诊科主任柳海滨当时就在现场,对患者和家属反复劝说、解释,他们完全听不进去,依然打了10多分钟的电话,四处打听,就是不信医生的判断和治疗。

### 患者突发猝死,心跳停止10分钟后被成功救活

意外发生了!入院20分钟后,患者家属还在打电话时,患者突然抽搐,呼吸、心跳全部消失,心电监护上一条直线跃然而上。柳海滨和当班的护士徐昆一起冲了上去,立即给予心肺复苏、气管插管、呼吸机辅助呼吸,推肾上腺

素,5分钟后,患者心电监护提示出现室颤,有希望!立即电除颤!继续抢救5分钟后,患者心跳恢复,心电监护上的那条直线,终于有了代表生命的波动。

一旁的患者家属目睹了整场抢救,她完全被吓傻

了。当柳海滨再次询问是否同意手术放入支架时,患者家属浑身哆嗦地回答:“同意。”

患者被紧急推入了导管室,心内科李强主任团队立即手术。术中,发现患者3根主要血管都有问题,其中一根完

全闭塞,剩下2根也要处理。“先救命!开通完全闭塞的血管!”30分钟后,患者手术结束,消息传回急诊科,所有人都长舒了一口气。

目前,这名患者已出院,择时再入院进行后续2根血管的治疗。

### 网上“专家”带偏市民,心梗已越来越年轻化

据悉,这样抵触支架的类似案例,在急诊科时有发生,“实际上,这几年患者对支架的抵触心理已经少多了。但是,一些短视频平台上出现一些不负责任的所谓‘专家’,为了博流量,说一些毫无根据的话带偏市民,所以才会出现这样的个案。”柳海滨无奈地告诉记者,“这种危

急时候,命都快没了,还在考虑做不做,这是救命的唯一办法!”

发生心梗是否一定要放支架?柳海滨说,对于急性的心梗患者,往往一个支架就可保住生命。“我们对使用支架有严格的标准,只有在必要、必需时,才会选择给患者放支架。”

另外,对于急性心梗病

人,从救护车随车医生见到病人那一刻算起,到血管成功开通,国家建议的急救时间为90分钟,而烟台山医院把这个时间缩至了60分钟内。“血管越早开通,挽救的心肌越多,病人预后就越好,出现后遗症的可能性就越少。”

“最后啰嗦一句,心梗并不

是老年人才会发生,现在已经越来越年轻化,我们接诊过的最年轻患者是30岁,大多因为长期熬夜、作息饮食不规律引起,请年轻人一定注意。”柳海滨最后说。



急诊故事

## 银芝社区开展趣味垃圾分类游园活动



本报讯(YMG全媒体记者 刘海玲 通讯员 焉小润 摄影报道)“旧书可再生利用,是可回收垃圾,要放进蓝色的垃圾桶;果皮属于厨余垃圾,要放进绿色的垃圾桶;温度计里面的水银不仅对人体有害,还污染土壤,是有害垃圾,要放进红色的垃圾桶……”2月24日,在开发区福莱山街道银芝社区,一场独具特色的垃圾分类主题游园活动正在进行,一张张印着生活垃圾名称的卡片被随机分发给居民,居民们把卡片分类投放到相应的垃圾箱里。垃圾分类趣味游戏活动吸引了众多居民的参与。

据了解,银芝社区的垃圾分类于去年展开,今年智能垃圾分类屋已正式启用,部分居民在垃圾分类中容易混淆,银芝社区党总支针对出现的问题开展垃圾分类宣传活动。

除了模拟卡片投放游戏外,社区还准备了飞行棋、知识竞答等垃圾分类小游戏,答对的居民都可以获得小礼品,居民们参与热情很高。