

高温天心脑血管患者慎吃冷饮

专家：有此类疾病的中老年人宜采用逐渐降温的方法



市民在吃冷饮消暑。

青年报记者 顾金华

本报讯 一出梅，申城就迎来了连续的“桑拿天”。58岁的李阿姨因为女儿的一杯冰沙血压飙升，所幸就医及时，未造成心梗等严重后果。专家指出，冰镇绿豆汤、冰激凌等冷饮并非所有人都适合，特别是对高血压、心脏病等心脑血管患者来说有可能成为致命杀手。

“这天气变起来真是‘任性’。前两天，身边朋友圈都在说‘要冻死在夏天’了，这两天又进入另一个极端，都在说‘我这条命是空调给的’。”家住徐汇的陈小姐说起“任性的天气”和“好心办坏事的自己”就直摇头。“我昨天外出办事，回家时正是下午两点多，最热的时候，于是我带了两杯冰沙上去，想和妈妈一起消暑，没想到‘好心办坏事’，把妈妈喝进了医院。”原来，陈小姐的母亲李阿姨是一名高血压老病号，平时血压控制得不错，“我平时都不太吃冷饮的，就怕吃了闹肚子。昨天女儿带回来冰沙，跟我说这么热的天，喝点肯定没关系，我就喝了。”一杯冰沙下肚后不久，李阿姨开始感觉到一阵阵的头晕、胸闷，所幸女儿赶紧将她送到医院，李阿姨的血压飙升才未造成严重后果。

本市力推100项公共服务上“云端”

为了让市民少跑几个部门、少装几个APP、少注册几个账号，上海面向市民的公共服务平台将为实名注册用户提供100项公共服务，建设一个智慧城市的“总入口”。

5日，在2017年上海市实事项目——面向市民的一站式“互联网+”公共服务平台建设推进大会上，上海市经信委负责人表示，经过上半年的建设，目前“一平台两体系”已经基本完成。

“一平台”指“市民云”的新版交互界面设计和应用功能拓展，可在线查询个人的医保金、公积金、养老金、车辆违章、交税记录等内容，并接入了公交到站查询、水电煤缴费、个税申报、景区热力图等56项功能。下半年，还将有个人健康档案、医院预约挂号、个人居住证积分估算、交通违章网上缴费、医保网上缴费、社区

在此，上海远大心胸医院成人心脏中心主任肖亦敏指出，冰镇绿豆汤、冰激凌等各种冷饮是人们降温避暑首选的饮食方式，然而此种方式并非所有人都适合。特别是对高血压、心脏病等心脑血管患者，尤其是有此类疾病的老年人来说，有可能成为致命杀手。这是因为夏季人体新陈代谢快，血管处在扩张状态，冷饮食品进入胃肠后，会突然刺激胃，使血管收缩，心脏、大脑等脏器的耗氧加剧，引发血压波动，血压升高，继而诱发高血压、心肌梗死、脑血栓或脑出血等险情。尤其是对于那些有心脑血管病史的患者，本身血管的自我调节能力很差，遇到忽热忽冷刺激后，无法像正常人一样进行快速调节，一旦发生意外后果严重，甚至有可能夺去生命。

专家建议，高温天切不可贪图一时痛快而牺牲健康。“有心脑血管病史的中老年人，夏季降温要适度，最好采用逐渐降温的方法，以免给血管调节机制带来巨大压力，引发急性心脑血管疾病，甚至危及生命。”肖亦敏特别提醒，对于老年人、慢性病患者等心脑血管疾病的高危人群，家人一旦发现其有胸闷、胸口疼、憋气等症状时，要赶紧送医，切勿耽搁，以免耽误治疗引发生命危险。

事务预约等44项应用上线服务。

“两体系”指统一身份认证体系和政府部门轻应用接入规范体系。市民以后通过身份证、手机号、银行卡、支付宝、社保卡、人脸识别等11种线上认证方式，以及社区事务受理中心、社保中心的线下认证方式进行身份验证。由于后台互认机制，市民经过一次认证，实现政府办事的一次注册、跨部门使用。

另外，轻应用接入规范体系将APP建设向轻应用方向引导，避免APP过多，市民使用不方便的问题。通过“市民云”的服务汇集分类的方式，实现政务应用以服务分类而不是以政府部门分类的模式。

据统计，上半年上海“市民云”上应用已实现56项，实名注册用户数达到660万人。

据新华社电

青年报资料图

■你可能感兴趣的

G50沪渝高速公路新增九杜公路匝道 本周六凌晨零点正式开通

青年报记者 刘晶晶

本报讯 记者昨天从市路政局获悉，自2017年7月15日(周六)凌晨零时起，G50沪渝高速公路九杜公路匝道将正式开通，原沪亭北路临时匝道同时关闭。届时，松江九亭及青浦徐泾区域车辆可通过九杜公路收费站进入G50上海市区方向。

据悉，2009年为缓解嘉闵高架施工对沪松公路交通的影响，解决松江九亭地区居民快速进入中心城区的交通需求，在原G50沪亭北路设置了临时匝道，仅限小客车通行。随着车

流量不断增长，地面道路与临时匝道逐渐出现经常性拥堵。综合考虑周边路网的布局及承受能力，保障高速公路通行效率和安全，管理部门决定在九杜公路东侧增设进入G50沪渝高速公路市区方向的匝道，工程已于2017年6月底完工。松江区九杜公路(涞坊路-青浦区界)也实施了改建工程，将与G50九杜公路匝道同步投入使用。

根据相关规定，从G50徐泾收费站驶出的车辆，将按照本市高速公路收费标准缴纳通行费，其中7座及7座以下小客车收费为5元。

在沪招生的独立设置艺术类本科院校录取控制分数线出炉

青年报记者 刘昕璐

本报讯 市教育考试院昨天消息，2017年在沪招生的独立设置艺术类本科院校(含参照执行院校)自行划定最低文化录取控制分数线公布。涉及到的院校包括东华大学、上

海戏剧学院、中央美院、北京舞蹈学院等。

据了解，根据教育部有关规定，独立设置的艺术类本科院校(含参照执行院校)可自行划定最低文化录取控制分数线。各招生院校最低文化录取控制分数线均由各校自行划定。

中国平安财产保险股份有限公司 上海分公司关于理赔办理公告

尊敬的平安车险及意健险客户：

在中国平安财产保险股份有限公司上海分公司投保，报案时间在2015年7月31日之前，车险至今仍未办理索赔、意健险已完成审核但赔款未到账的客户，请您在公示之日起三十日内提供或邮寄相关资料至我司申请理赔。逾期未办理的，我司将根据《保险法》等相关法律规定进行处理。

咨询电话：95511

特此公告

中国平安财产保险股份有限公司
上海分公司
2017年7月10日