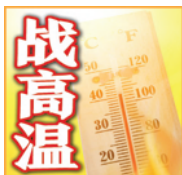


40°C高温霸屏 警惕中暑致命

如何预防热射病,这组漫画请收好



继上周日之后,昨日高温红色预警又出现了!昨天下午上海气温飙升到40.9摄氏度的酷暑极值,与近150年气象记录史上的历史最高温持平。在此,同济大学医学院、同济大学附属东方医院刘中民教授提醒,热射病是最严重的中暑急症,处理不当可能导致患者死亡。对已发生昏迷、抽搐等症状的重度中暑者,应立即送往附近的医院进行抢救。

青年报记者 顾金华



“热死人”不是开玩笑 多地有人因热射病死亡

进入7月,多地高温,南方地区的朋友正在经历今年以来最漫长的高温,中央气象台多日发布高温橙色预警,网友直呼“太热了”。

在四川大学华西医院医院,连续收治了3名热射病转诊病人,其中一人因病情来势汹汹,多器官衰竭,在转诊至华西医院时就发生呼吸心脏骤停,虽经全力抢救,但最终不幸去世。

“7月10日下午1点、2点和晚上7点,陆续送来了3个热射病患者。”四川大学华西医院急诊科副主任余海放表示,同一天接诊多名热射病患者的情况,既往在华西医院急诊科也不多

见。其中一位患者是7月1日中暑生病,在当地医院治疗9天后转诊至华西医院,确诊为热射病。另一位病情严重的患者发病后数小时就发生了多脏器衰竭、消化道等全身多部位出血等危急情况,转院至华西医院后很快出现呼吸心跳骤停,虽经全力抢救,最终仍因病情危重不幸去世。

同样,过去一周浙江持续高温,7月12日截至12时,浙江已发布51个高温红色预警,刷新历史纪录。记者从浙江多家医院了解到,近日连续有中暑患者送医,多人确诊热射病并已有死亡病例。

热射病——最严重的急症 处理不当可能导致死亡

为什么会中暑?刘中民教授解释,一方面是产热过多:主要见于进行重体力劳动、运动、军训等活动的人群。饮酒、甲亢等因素也会导致机体产热增加。同时,获取热量过多:环境温度过度升高、通风不良等因素作用下,人体的体温调节功能不能及时进行散热,散热量小于热获取量,会导致机体获取热量增多。第三个原因就是人体散热存在障碍。

刘中民教授表示,根据临床表现的轻重程度可分为先兆中暑、轻症中暑和重症中暑。

先兆中暑患者,在高温环境下工作或生活一段时间后,出现口渴、乏力、多汗、头晕、目眩、耳鸣、恶心、胸闷、注意力不集中,体温可正常也可升高,但升高一般不超过38°C。轻症中暑:主要表现为面色潮红、苍白、烦躁不

安、表情淡漠、恶心、呕吐、大汗淋漓、皮肤湿冷、血压下降、心跳加快、体温轻度升高。

而重症中暑则会出现高热、痉挛、昏迷等症状。按表现不同可分为热痉挛、热衰竭、热射病三种类型。

而热射病是最严重的急症,处理不当可能导致患者死亡。刘中民教授解释,热射病主要分为以下两种:一种是劳力性热射病:多见于健康年轻人,常在重体力劳动、运动及军训时发病,主要表现为高热、抽搐、昏迷、心率增快。另外一种是非劳力型热射病:多见于老年人、儿童以及居住条件差者。患者早期可出现意识障碍、行为异常(谵妄)、癫痫发作,继而出现高热、昏迷、皮肤干热无汗、瞳孔缩小、血压降低、心律失常、呼吸急促等。若得不到及时救治可在24小时内死亡。



医生提醒

那么,一旦中暑,处理与治疗措施有哪些?

首先应将中暑者迅速转移至阴凉通风处,让其平卧,松开或脱下衣服。使用电风扇、空调,并按摩中暑者四肢及躯干,促进循环散热。将冰袋置于中暑者额头、脖子两侧(两侧颈动脉处)及两

一旦重度中暑,应立即送院抢救

侧腹股沟区;凉水擦洗全身,有条件的可以在凉水中加入少量酒精以促进蒸发散热。体温降至38°C后,可适当放缓或停止降温。若中暑者神智尚可,可给予适量冰淡盐水及清凉饮料以补充水分和盐。

“对已发生昏迷、抽搐等

症状的重度中暑者,应立即送往附近的医院进行抢救。运送过程中注意为中暑者遮阴,并保持冰袋等降温措施。若中暑者出现心跳呼吸停止,应立即行心肺复苏。若现场无人能做心肺复苏,应大声向周围呼救,并及时拨打120。”刘中民教授提醒。



TIPS

1.关注天气情况,尽量减少在高温天气进行户外活动的的时间,尤其是发布高温警报的天气更应尽量避免外出。

2.每天的10-16时是一天之中气温相对较高的时段,若需要在这一时段外出,应做好防暑准备,如打遮阳伞,涂防晒霜等,并尽量避免直接暴晒

在烈日下活动。

3.家中以及身边常备防暑药物,如清凉油、风油精、人丹、藿香正气水等等。

4.平时多喝水,尤其是在炎热的环境下以及运动、重体力劳动时更应及时喝淡盐水补充水分和盐。

5.改善饮食,多吃水果蔬菜及绿豆汤、酸梅汤等自制消

暑饮品。

6.老年人、儿童、孕产妇等中暑的高危人群应合理规划在高温天气下的学习、工作安排。

7.工厂、建筑工地等单位负责人应做好在高温天气下的工作安排,给员工充足的休息,避免在高温环境下长时间工作。



本版均据受访者供图

