夏日炎炎，又到中暑高发季

专家提醒：上午10点至下午4点高温时段尽量避免外出

星报讯（邱向峰 记者 马冰璐） 夏日炎炎，三伏天是中暑高发季。昨日，合肥市疾控中心提醒，预防高温中暑，切记四个关键：防暑、降温、多饮水、保证睡眠；此外，上午10点至下午4点高温时段，市民应尽量避免外出。

据合肥市疾控中心环职科主管医师肖长春介绍，高温中暑有不同类型，按严重程度分为三类：先兆中暑：主要表现为大量出汗、头晕、胸闷、恶心、四肢无力等症状，体温正常或略有升高，如能离开高热环境，休息一下症状就会消失；轻度中暑：除上面的症状外，还有面色潮红、皮肤灼热、呕吐、面色苍白、脉率增快、血压下降、皮肤湿冷等症状，体温可达到38℃以上，治疗后，一般4～5小时内可恢复正常；重度中暑：包括热痉挛、热衰竭和热射病，除轻度中暑表现外，还有腹痛、虚脱、高热昏厥等，体温常在40℃以上，如果治疗不及时病人就会死亡。

需要注意的是，老年人、婴幼童、孕妇、精神疾病患者、心脑血管及慢性病患者最易中暑。不过，即使身体很好，也不能在高温天气进行重体力劳动或剧烈运动。关键是保证睡眠：充足的睡眠能提高免疫力，预防中暑，注意不要睡在空调出风口和电风扇下，以免患上空调病和热伤风。

万一有人中暑，该如何救助呢？肖长春表示，首先立即将病人移到通风、阴凉、干燥的地方；然后让病人仰卧，解开衣领，脱去或松开外套，如果衣服被汗水湿透，要换干衣服，同时开电扇或空调散热，注意要避免直接吹风；用湿毛巾冷敷头部、腋下以及腹股沟等处，也可以用温水擦拭全身，同时进行按摩，加速血液循环，促进散热，“如果病人意识清醒，可以给他喝淡盐水，或服用人丹、十滴水和藿香正气水(胶囊)等。”

肖长春表示，预防高温中暑，切记四个关键：第一个关键是防暑：上午10点至下午4点高温时段尽量避免外出，如果外出，一定要做好防晒准备，带上充足的水和防暑药品；第二个关键是降温：首先要给房间降温，空调或电扇都可以，其次是给身体降温，多洗澡，尽量穿浅色、宽松的衣服；第三个关键是多饮水：不能等渴了再喝，那时候身体已经缺水了，另外，人体中的微量元素会随汗液流失，还要适当饮用一些淡盐水；第四个关键是若出现抽搐等症状，应让病人侧卧，头向后仰，保持呼吸道通畅，同时立即拨打120求助。

喝一碗蘑菇汤，差点要了命

专家提醒：一旦误食毒蘑菇，尽量使其将胃里的东西吐出来

最近，安医大一附院高新院区急诊科陆续收治了6名食用毒蘑菇中毒的患者，其中两名患者病情危重。刚从EICU转出去的罗女士心有余悸地回忆道：“没想到我和儿媳就喝一碗蘑菇汤，差点要了命。”昨日，记者获悉，经过医护人员72小时奋力抢救，罗女士和儿媳已经脱离了生命危险，转入普通病房治疗。

□ 孙林 记者 马冰璐

“诱人”毒蘑菇，一饱口福险致命

7月14日，合肥市长丰县居民罗女士的家人在果林采摘了许多新鲜的蘑菇，准备一家人一起大饱口福。但在食用蘑菇的随后7小时里，罗女士和其儿媳相继出现上吐下泻、头晕、四肢乏力等不同程度的症状，于是两人赶到当地诊所就诊，被确诊为是毒蘑菇中毒。

但由于病情急速恶化，肝功能严重受损，患者被送往安医大一附院高新院区EICU（急诊重症监护室）治疗。

通过诊断，专家确认患者属于胃肠型中毒并伴有严重的急性肝损伤等症状，医护人员第一时间为患者采取了洗胃、导泻、抑酸、脏器保护、营养支持等综合治疗措施。为进一步清除患者体内的毒素，医护团队还采取了血液灌流这一治疗措施。早期血液灌流对清除毒素至关重要，这一措施可清除一些与蛋白质或脂类相结合而为一般血液透析所不能清除的物质，而罗女士和她的儿媳在入科后的两个小时内就已经开始了灌流治疗。

经过医护人员72小时的奋力抢救，罗女士和儿媳已经脱离了生命危险，转入普通病房治疗。

专家提醒：切勿为了尝鲜以身犯险

据专家介绍，此次“肇事”的毒蘑菇，虽和普通菌菇相似，但其含有的毒素误食后，对肝脏和肾脏有严重的损害作用。因此，切勿为了寻鲜“野味”而以身犯险。

野生毒蘑菇毒性成分复杂，一种毒蘑菇常含有多种毒素，一种毒素又常常存在于多种蘑菇之中，因此中毒后的临床表现也复杂多样。毒蘑菇中毒的病死率高达50%，而且往往具有家庭聚集性中毒的特点。野生毒蘑菇种类繁多，如果没有专业知识和专业设备，普通人仅靠经验难以准确鉴别眼前的蘑菇到底是“美味”还是“毒药”。

一旦误食毒蘑菇，应立即拨打急救电话120，在等待医院救护时，可给中毒者饮用大量温开水或淡盐水，并刺激其喉部，尽量使其将胃里的东西吐出来，以减少毒素吸收；对于已经昏迷的患者不要强行向其口内灌水，防止窒息；保留野生菌样品供专业人员救治参考。目前，世界上尚无治疗毒蘑菇的特效药，比起早期催吐、洗胃、导泻、灌流减少毒素吸收、对症支持治疗等，管住嘴，不采不吃才是正确打开方式。

合肥电网最大负荷今夏第二次打破历史纪录

受持续多日高温影响，7月23日12:40，合肥电网最大负荷达727.8万千瓦，连续第二天打破历史纪录，目前合肥电网整体运行保持较为平稳状态。

随着上周末梅雨季节的结束，高温天气迅速笼罩合肥地区，这也带动了电网负荷持续、快速攀升。7月22日合肥电网最大负荷历史首破700万千瓦大关，达710.3万千瓦；全天用电量历史首破1.4亿千瓦时，达1.43亿千瓦时。

作为全市电网安全稳定运行的指挥中枢，面对持续高位运行的电力负荷，合肥电力调度控制中心24小时不间断监控电力供需平衡情况，加强对电网重点环节以及重点线路、变电站的分析与监视，确保设备不超稳定限额运行；积极利用电力大数据技术提前分析每条配电线路的负荷特性，结合气象等综合信息进行未来负荷精细化预测，提前做好各项应对措施，及时调整电网运行方式，消除可能出现的隐患。

23日午间起，气象台发布雷雨大风黄色预警，合肥大部分区域出现持续数小时的暴雨，给城市交通带来一定影响。合肥供电公司及时启动暴雨半小时两级特巡，对各类重要供用电设备、线路、站点，特别是230座重点开闭所进行巡回防汛检查。由于各项措施得当有力，合肥电网整体供电始终平稳。

面对还将持续的高温，合肥供电公司市、县级，乡镇供电所三级抢修队伍全面做好24小时抢修应急准备，市区16个抢修驻点实现全面备用与联动，全力保障极端天气情况下全市居民用电安全、平稳。□ 李岩

合肥热心城管街头救助中暑老人

星报讯（管继发 朱锡海 记者 沈娟娟） 7月23日，市民徐先生来到合肥市包河区同安街道五里庙社区城管办，送上西瓜、香蕉和葡萄等水果，当面向救助他岳父的城管队员王剑表示感谢，“要不是你们及时救助，我岳父还不知道会发生什么意外。”

据介绍，7月22日中午12点左右，王剑下班回家，在经过巢湖南路与当涂支路附近时，发现一位70岁左右的老人倚在路边的电线杆旁，脸色惨白冒虚汗，有轻微的中暑现象。王剑主动上前询问是否需要帮助，他发现老人语无伦次，体力有些不支，于是立即将其带到自己的车上并打开空调，买来矿泉水帮老人降温。经过半小时的安抚，老人的情绪逐渐稳定下来，并恢复了一些意识，但依旧不记得家在哪里，只能断断续续地重复一个电话号码。王剑抱着一丝希望拨打了这个电话，经确认接电话的是老人的女婿。得知老人家地址后，王剑立即开车将老人安全地送到焦急等待的子女们面前。

老人女婿徐先生介绍，老人名叫刘宝昌，黑龙江人，今年71岁，患有轻微老年智障。早上老人独自下楼遛弯，由于记性不好，出了小区大门就迷失了方向。看到老人一直未归，他们一家人都很焦急。

事发后，徐先生经多方打听得知了当时爱心救助人员的姓名，于是怀着感激之情来到了五里庙城管办。

合肥高架桥交警“铁骑”烈日下日行百公里



星报讯（合交宣 记者 赵汗青 文/图） 合肥高架桥交警铁骑中队队员赵忠杰每天至少要在高架桥上骑行百余公里，赵忠杰说，由于是骑摩托车，所以“铁骑”队员们的装备更多同时也更重，“从头到脚，得有近20斤的装备。因服装沉重也不透气，所以在烈日下骑行，里面的内衬会湿了干、干了湿。天气炎热，但赵忠杰却还是穿着长袖警服，夏季执勤就穿短袖警服，“没多久就晒脱了几层皮，后来就懂了，哪怕再热也要把自己裹得严实一点。”

合肥交警高架大队铁骑中队，在南北一号高架、合作化路高架两条高架和五里墩立交桥巡逻，每名民警带一组人，负责路面勤务，每天每辆铁骑摩托车巡逻里程80公里～100公里，最多的车辆可能会达到150公里。

气温达到或超过35℃ 环卫工人避免户外作业

星报讯（丁勤 记者 于彩丽） 日前，记者从合肥市包河区市容环卫服务中心获悉，针对高温，该区已启动高温工作预案，通过增加洒水降尘频次、调整人工作业时间、做好安全防护等措施，确保高温城市环境整洁和环卫工人户外作业安全。

高温来临，该区根据合肥市城管部门要求，调整了环卫作业时间。在气象台预报气温达到35℃以上、37℃以下时，环卫工人10点至16点不再进行人工清扫保洁工作；日最高气温达到37℃以上、40℃以下时，环卫人工作业时间累计不超过6小时；日最高气温达到40℃以上的，停止当日环卫人工清扫保洁作业。同时，环卫部门将加大机械化作业力度，坚持道路清扫保洁以机械化为主、人工清扫为辅，安排洗扫洒水车全部上路，不间断巡回洒水作业，减轻工人劳动强度，为城市降温除尘。