未来一周高温持续，旱情发展

全省5市共发射火箭弹150枚“催雨”

星报讯（张小雅 记者 祝亮） 未来一周我省维持高温天气，其中7月29~8月1日全省大部分地区最高气温可达36～38℃，局部39℃以上。受高温少雨天气影响，江北旱情持续发展。

7月29日，全省晴天，皖南山区局部地区出现了短时雷阵雨。最高温度：全省大部分地区35～38℃，最高金寨39.1℃；省城合肥38.0℃。

上周我省大部分地区持续35℃以上高温天气，其中7月22~23日沿淮淮北大部分地区最高气温超过37℃；26~28日沿淮西部、江淮之间部分地区和江南东部超过37℃。7月24日~27日，滁州、亳州、阜阳、六安和淮南5市共实施地面人工增雨作业43点次，发射火箭弹150枚。截至28日，淮北地区北部气象干旱有所缓和，淮北地区中南部和江淮之间大部分地区仍有中到重度气象干旱，局部特旱。

预计30~31日全省大部分地区为晴到多云天气，淮北地区和大别山区局部有短时雷阵雨。8月1~4日全省多分散性雷阵雨。

具体预报：7月30日，全省晴天到多云，淮北部分地区有雷阵雨，局部地区大雨到暴雨。7月31日，全省晴天到多云，淮北部分地区有雷阵雨。8月1日，淮北地区多云有时阴天，大部分地区有阵雨或雷雨，局部雨量中等；淮河以南晴天到多云，大别山区和皖南山区有短时雷阵雨。

一周天气预报具体如下：

30日：全省晴天到多云，淮北部分地区有雷阵雨。

31日：全省晴天，淮北和大别山区午后有局部雷阵雨。

8月1日：淮北地区多云有时阴天，大部分地区有阵雨或雷雨，局部雨量中等；淮河以南晴天到多云，大别山区和皖南山区有短时雷阵雨。

2日：淮北地区多云，北部部分地区有阵雨或雷雨；淮河以南晴天到多云，大别山区和皖南山区有短时雷阵雨。

3~4日：全省多云，淮北地区、大别山区和皖南山区的部分地区午后有阵雨或雷雨。

老人高温中暑患热射病危及生命

专家提醒：高温天户外活动注意防暑

星报讯（孙林 记者 马冰璐） 近两周以来，安徽全面进入高温模式，气温不断上升，安医大一附院接诊的中暑病人数量也明显增加。昨日，记者获悉，日前，高温天气下坚持户外劳作的古稀老人李大爷被确诊为中暑中最严重的类型——热射病，目前仍在该院急诊重症监护室内接受治疗。

上周四，合肥市气温超过35℃，家住合肥市长丰县的李大爷按照惯例，临近中午时分骑电动车前往家附近的农田里劳作。因为平日里李大爷身体硬朗，家人并没太在意。两个小时后，仍不见李大爷回家，家人才赶忙联系他，可这时候李大爷的手机已经打不通了。

病人家属告诉记者，他们找到李大爷时，李大爷倒在距离所骑电瓶车百米远的地面上，已经处于昏迷状态，并且两条腿还有不同程度的烫伤。至于烫伤怎么来的，他们也不清楚。

在当地县医院救治两天后，李大爷的症状不见明显好转，上周六晚转入安医大一附院进一步治疗。

安医大一附院急诊重症监护室医生笪伟介绍说，病人送来时处于休克状态，并出现呼吸衰竭、多脏器衰竭和意识障碍，属于中暑中最严重类型——热射病，可能会危及患者的生命。该院医护团队第一时间对李大爷给予了亚低温脑保护、控制体温、抗休克、呼吸机气管插管接辅助通气以及对症支持治疗等多种手段。与烧伤科会诊结果显示，李大爷的腿部烫伤达到了重二度，属于严重烫伤。

经过两天的治疗，目前李大爷的意识状态有所好转，休克得到了纠正，并拔出了气管插管，脱离了呼吸机，但仍然存在肝功能、止凝血功能异常等症状，需继续在急诊重症监护室接受治疗。

笪伟提醒，高温天气应避免长时间在高温高湿环境下运动或劳作，尤其是身体素质相对较弱的老人、小孩、孕妇等，在通风条件较差、湿度较大的环境中，容易出现高热、意识模糊、惊厥等症状，严重时发展为热射病。

温馨提醒

如何预防中暑？

尽量避免长时间在烈日下或温度较高的环境中活动、滞留。外出时，最好穿浅色、宽松的衣服，戴宽边帽或打遮阳伞。多喝水，多吃水果蔬菜。保持充足睡眠，睡觉时避免空调和电风扇直吹。高龄老人、孕产妇、婴幼儿等在高温天气尽可能减少外出，外出时最好有人陪同，如有不适，及时就医。

发生中暑怎么急救？

出现中暑症状时，迅速从高温环境转移到阴凉通风处休息，并饮用含盐分的清凉饮料，如淡盐水、绿豆汤等；可在太阳穴涂抹清凉油、风油精或服用仁丹、十滴水、藿香正气水等；如体温升高，可用凉湿毛巾或冰袋冷敷头部、腋下及大腿根部，或用30%酒精擦浴直至皮肤发红；如果出现重症中暑症状，应立即拨打急救电话，及时送医救治。

三伏天多吃含钾水果 饮食清淡为主

星报讯（陈小飞 王津淼 记者 马冰璐） 三伏天，酷暑热，这一时期由于出汗多、消耗大，再加之劳累，人们更不能忽略对身体的养护。高温天，如何吃得健康、吃得营养？一起来看看专家们的建议吧！

省中医院专家周大勇认为，夏天是一年中人体代谢最旺盛的季节，也是营养消耗量最大的季节。人的睡眠较少，食欲也不佳，同时由于出汗多，易损耗掉大量水分和营养物质，因此建议市民，这段时期要注意适当“补充”，注意机体营养平衡和饮食卫生。

在调味方面，可用醋、大蒜、生姜、芥末等酸、辛、香等作料，起到清瘟杀菌、解毒和增强食欲的作用。夏天做菜可适当咸一些，因为出汗比较多，带走的盐分也多；另外，大量喝水也会冲淡胃液，所以，菜中适当多放些盐来补充盐分是必要的。夏季还可吃点生姜，有利于食物消化吸收，对心脏、血管有一定的刺激作用。另外应多吃些含钾的水果，如橘子等，以保持钠、钾的平衡。

安徽省针灸医院脑病二科副主任医师孙培养建议，酷暑天饮食应以清淡为主，少吃高脂厚味及辛辣上火之物，如火锅、牛羊肉等，多食清淡和富含维生素的食物，如山药、小麦、玉米、海产品、西红柿、冬瓜、西瓜、杨梅、桃、李等新鲜果蔬，这些食物既能清热、防暑、敛汗、补液，还能增进食欲。

此外，进稀食是夏季饮食养生的重要方法，如早、晚进餐时食粥，午餐时喝汤，这样既能生津止渴、清凉解暑，又能补养身体，“市民应注意适量地补充蛋白质，如鱼、瘦肉、蛋、奶和豆类等都是最佳的优质蛋白。”



7月27日，骄阳似火。合肥市三里街街道三里一村社区的小志愿者们开展了以“小小志愿者，夏日送清凉”为主题的暑期社会实践活动，向高温天气下仍奋斗在一线的工作人员送去亲手熬制的绿豆汤以及防暑降温用品，并向周边居民宣传爱护环境、科学分类垃圾的理念。

□ 王世璠 童姣姣

9.28万起，风骏7柴油国六安徽上市

7月24日，中国首款柴油国六皮卡——风骏7柴油国六车型，安徽合肥上市，官方建议零售价9.28万元起，该车型是目前中国市场上唯一一款10万元以内的柴油国六皮卡车型。作为皮卡领导者，长城皮卡是中国第一家，也是目前唯一一家同时拥有汽柴油国六皮卡车型的皮卡品牌。



风骏7柴油国六搭载长城自主研发的GW4D20M发动机，荣获“中国芯”十佳发动机称号，以经济节油、静音出众、品质可靠而著称，被称为“强动力绿静节油王”。大功率高扭矩，动力充沛同时节省油耗。风骏7柴油国六最大功率达115kW/4000rpm，峰值扭矩345Nm/1400~2800rpm，多拉快跑同时，这款车的油耗也备受称道，两驱车型每百公里油耗低至7.6L，四驱车型每百公里油耗低至7.9L。另外，风骏7发动机的降噪处理也堪称完美，该发动机经过严苛的实验检验，每一项试验都以超过国标20%~50%的水平进行，怠速噪声可低至46.6分贝。

风骏7还是一款互联网皮卡，搭载与科大讯飞共同研的智能语音交互系统，对着屏幕说“风骏你好+指令”，无需动手即可实现音乐播放、路线导航、查询天气、阅读新闻等功能，让双手更专注驾驶。在安全配置上，长城皮卡始终引领行业。试驾过程中，在经过驼峰、连续驼峰、S弯等复杂路况时，风骏7柴油国六配备双重坦克级安全，时刻化解安全隐患于无形。

连续21年国内销量第一、连续21年出口第一、全球用户突破150万……长城皮卡不仅销量领先，销售服务网络也是中国皮卡品牌中最完善的，全国2000多家经销商网点、5000余名专业认证服务人员，覆盖全国的皮卡专营店，可提供全天24小时救援服务，为用户选车、购车、维修等，提供更加便利的专属服务。

长城皮卡，作为中国第一家也是唯一一家同时拥有汽柴油国六皮卡车型的品牌，扛起皮卡领导者的责任与担当，引领中国皮卡的绿色消费、助力打赢国家蓝天保卫战。未来，长城皮卡还将推出纯电动、氢燃料版皮卡，持续引领行业发展。