

“烧烤”天来袭 这些“高温病”要注意

本报记者 冯金灿

入伏以来，全省多地气温突破40摄氏度。在这样的“烧烤”天气里，除了要预防中暑，还要警惕这些“高温病”！

热射病死亡率高达50%以上

高温天气，户外作业人员以及老人和孩子都容易出现中暑现象，严重的还可能造成热射病。热射病是因高温引起的人体体温调节功能失调，体内热量

过度积蓄，从而引发神经器官受损的致命性病症。在中暑的分级中，热射病属于重症中暑，通常发生在夏季高温并伴有高温的天气，如果得不到及时妥善的救治，死亡率高达50%以上！

高温贪凉 谨防“空调病”

持续高温，空调成为市民降温消暑的必备电器，然而空调在带来清凉的同时，也容易使人患上“空调病”。

据了解，“空调病”是由居住环境与个人身体免疫状态双重因素导致，空调温度设置过低会使人体体温下降过多，如果同时伴有劳累、饮酒等情况，会导致人体免疫力下降，诱发一系列的呼吸道感染疾病，严重的还会导致肺炎。有的人患有哮喘，如果空调长时间不清洗，空调机器里面的霉菌滋生，会导致支气管哮喘的急性发作。另外，有的人属于过敏体质，长时间吹空调也会加重病症。

专家提醒，预防“空调病”，首先要防止将空调温度设置过低，人在睡眠状态时，空调设置的最适宜温度是27~28摄氏度。空调内部的灰尘、微生物、细菌也是诱发“空调病”的重要原因，因此，空调要定期专门清洁。空调在安装时要选择适宜的通风口，一定要避免对着人吹。白天人在空调房里3~4个小时后，最好暂时关闭空调，打开门窗，让室内空气适当流通。

同时，夏季天气炎热，很多人会饮食不规律、暴饮暴食、过量饮酒，导致消化道疾病发生；烈日下暴露时间太久还会造成肌肤急性损伤，出现脱皮和水疱；各种病原微生物容易滋生，人们又喜欢吃生冷食物，需要提防急性胃肠炎、食物中毒、细菌性痢疾、急性胃炎等胃肠道疾病。此外，夏季也是过敏的高发期，空气干燥、频繁吃海鲜烧烤不忌口、蚊虫叮咬和花粉等都是导致过敏的诱因。

改善 作业环境

那么，如何预防热射病呢？河南省人民医院中心ICU（重症加强护理病房）一病区主任王文杰说，热射病是一种致命性急症，以人体高温和意识障碍为特征。起病前，患者往往有头痛、眩晕和乏力等表现。早期受影响的器官依次为脑、肝、肾和心脏。对高温环境适应不充分，是热射病致病的主要原因。在大气温度升高

加强 个人防护

（高于32摄氏度）、湿度较大（超过60%）和无风的环境中，长时间工作或进行高强度体力劳动，又无防暑降温措施时，对高温环境不适应者，易发热射病。对此，王文杰提醒，在炎热天气里，人们尽量不要长时间进行户外运动。外出时，应使用遮阳伞、遮阳帽等。要养成良好的饮水习惯，及时补充水分，不要等口渴了才喝水。在户外工作

穿戴 防护衣物

的人员，如建筑施工人员，要注意防暑降温。企业应改善劳动条件，为作业人员提供防暑降温饮料和药品，并合理调整作息时

强化 监护工作

间，可采取多班轮流作业制度，避开在温度较高的时间段作业。老年人和心脑血管疾病患者应减少户外活动，不宜参加剧烈运动。相对于成年人，小孩的体温上升很快，由于身体代谢旺盛，其体内水分流失速度也较

培养 良好的生活习惯

快。家长要做好监护工作，不要将孩子独自留在封闭的汽车内，以免孩子受到高温侵害。专家提醒人们，一旦感觉不适，要立即停止活动，到阴凉通风处休息，可少量多次饮用含盐的水或服用防暑药品。对于热射病患者，应迅速将其转移到阴凉通风处，帮助其补充水分，用冷水为其擦拭皮肤，并尽快将其送至医院接受治疗。

心脑血管疾病进入高发季节

很多人认为，寒冬腊月才是心脑血管疾病的高发季节。相关数据显示，每年夏天从6月份开始，心脑血管疾病就进入高发期，并且会一直持续到9月份；气温一旦达到35摄氏度以后，每升高1摄氏度，急诊的心脑血管病患者就会增加17.3%。

为何炎热天气也会引发心脑血管疾病呢？郑州大学第二附属医院心内科副主任医师董静说，夏天容易出现潮湿闷热天气，空气中的湿度会相应增加，氧分压下降，故而血液中氧分压也随之下降，人体代偿反应会加快呼吸频率和心率；闷热潮湿的低气压还会令人心情郁闷、烦躁，导致肾上腺激素分泌增加，从而导致人体心率加快和血压

升高；在高温下人体新陈代谢显著加快，机体皮下血管扩张，更多的血液循环到体表，心脏的供血就会相对减少；再加上体温和调节需要靠汗液的蒸发来散热，人体很容易缺水，如果不及时补充水分，会导致人体血液黏稠，流速减慢，容易出现血小板聚集和血栓形成。这一系列因素会导致心脑血管疾病在夏季进入高发期。

董静说，除了气温会导致心脑血管疾病高发以外，还有一些常见的生活习惯也会增加心脑血管疾病的风险：夏季人们出汗多，很多人外出回家、运动后都是端起杯子猛灌水，这样虽然能解一时之渴，却加重了心脏负担，使体内血液稀释过快，浓度

骤然下降，会导致人体心跳加快，血压失常，很容易发生意外；出汗后，凉水洗脸、冲澡都让人觉得凉快，但在突然的冷刺激下，会造成人体外周血管收缩，血压升高，易造成急性心肌梗死，同时大量进食冰冷的食物，不仅会导致胃部血管收缩，引起各种肠胃不适，还会使全身小血管反射性收缩，导致血压升高，严重者甚至会出现冠状动脉痉挛；再加上不管是刚从炎热的室外进到空调房，还是从凉快的空调房到室外，温度的骤然变化很容易导致血管的急剧收缩或扩张，易引发意外。

夏季很多人选择天刚亮、趁着气温还没升高时出去晨练，这也容易带来致命风

商丘市睢阳区加强学校、托幼机构

传染病防控和接种证查验工作。会议首先通报了今年全区学校、托幼机构发生的传染病聚集性疫情事件，分析了学校公共卫生安全现状，要求相关单位加强学校传染病监测和预警，规范处置学校传染病聚集性疫情，严格把握传染病病例的诊断与报告，防止突发公共卫生安全事件；强化免疫接种和入



托入学儿童查验预防接种证工作，建立联防联控机制，切实保障师生的健康安全。随后，睢阳区副区长吴莲强强调，区教体局和区卫生健康委要加强领导，履职尽责，指导各学校、托幼机构强化传染病防控工作，把传染病防控工作作为学校考核的一项重要指标，确保措施落实到位。她要求，区教体局和区卫生健康委要成立联合督导组，开展传染病防控特别是儿童预防接种证查验工作专项检查工作；各学校、托幼机构要履行好主体责任，建立相关工作制度，确保免疫规划和预防接种工作落到实处，取得实效。

最后，与会人员接受了入学入托接种证查验工作和传染病防控工作培训，取得了较好效果。



第36届中原医疗器械（2019年秋季）展览会

主办单位 河南省医疗器械行业协会

承办单位 郑州好博塔苏斯展览有限公司

展览范围

医用影像 医用电子
医用光学 体外诊断
骨科设备 医用耗材
消毒感染 智慧医疗
口腔设备与材料
手术室及急救设备
康复保健及老年用品
医院建设及后勤管理

2019年 8月6日~8日

中国·郑州国际会展中心

参会厂商1500家

展示产品16000件

展出面积30000平方米



(0371) 66619408

中国疾控中心对郑州市MSM哨点进行摸底调研



本报讯 根据《中国遏制与防治艾滋病“十三五”行动计划》有关要求，日前，中国疾病预防控制中心组织专家对河南开展艾滋病疫情研判工作。为了做好疫情研判工作，近日，中国疾病预防控制中心艾防中心流行病学室主任李培龙、河南省疾病预防控制中心艾防中心主任孙定勇等一行，来到郑州市MSM（男男同性恋）哨点项目单位金水区疾病预防控制中心和三禾工作组（一个社会组织）进行了现场调研摸底。

专家组首先在金水区疾病预防控制中心查看了近几年有关开展艾滋病疫情工作的纸质资料，包括：调查问卷、

现场记录、检测结果登记等；并对该中心具体执行工作的分工和方案，以及经费的具体使用情况进行了核查。随后，专家组来到三禾工作组，和该工作组的工作人员做了面对面交流（如图）。通过交流，专家组了解了三禾工作组的工作开展情况，并得知近年来随着社交网络的发展，全市目标人群年龄段的变化及行为方式的变化。

有关负责人表示，通过此次现场调研摸底，获得了最真实的哨点监测工作开展情况，通过分析哨点监测工作中存在的问题和挑战，对制定有关政策提供了依据。（李喜英）



漯河市强化 传染病信息报告管理

本报讯（记者王明杰 通讯员纪雨辰）日前，漯河市疾病预防控制中心组织专业人员对市、县、乡三级的19家医疗卫生机构进行了督导检查，进一步提升传染病信息报告水平。

据悉，在督导检查过程中，工作人员采取查看资料、现场提问等方式，通过定性定量相结合的方法进行了工作督导。工作人员发现，各级医疗卫生机构传染病信息报告管理工作流程清晰，职责比较明确，管理人员对传染病信息报告要点基本掌握；大部分基层医疗卫生机构设有预检分诊点和发热门诊门诊且能正常工作；手足口病重症病例

居家管理有效开展。同时，工作人员也发现了一些问题，部分市直医疗卫生机构电子病历系统功能待优化，基层医疗机构未充分利用河南省基层医疗机构统一平台开展院内传染病信息报告管理工作；个别基层医疗卫生机构发热患者预检分诊流程不清，发热疱疹门诊设置不规范，无人值守等；基层医疗卫生机构与辖区托幼机构、小学联系较少，个别村医对手足口病患者居家管理、健康教育要点不清楚等问题。

针对发现的问题，工作人员现场给予了指导，并提出了针对性建议。

简讯

平舆县部署下半年艾滋病防治工作 7月16日，平舆县卫生健康委员会召开艾滋病防治工作会议。会议首先对《艾滋病防治条例》等内容进行了学习。随后，相关领导通报了近期对全县艾滋病防治工作督导检查情况，指出了上半年工作中存在的问题，并对下半年艾滋病防治工作思路和目标，继续开展抗病毒治疗的“一站式”服务工作，通过优化艾滋病抗病毒治疗工作流程，使新发现病例得到及时治疗，实现降低病死率及新发感染率的目标；加强全县娱乐场所负责人、学校教师和医务人员预防艾滋病知识培训，强化对中学生、老年人等重点人群的宣传教育，营造有利于防治工作的良好社会氛围；持续加强艾滋病抗病毒治疗过程中的依从性教育，提高他们的生活质量；坚持每季度开展一次艾滋病综合防治工作督导，找准问题，实行精细化管理。（丁宏伟 邓天芝）

工作获肯定 7月22日，由中国疾病预防控制中心寄生虫病预防控制所主任医师姚立农、云南省寄生虫病防治所主任医师杨恒林、中南大学湘雅医院主任医师沙新平等组成的国家消除疟疾技术评估专家组莅临濮阳县人民医院检查指导疟疾消除工作。在检查指导过程中，濮阳县人民医院院长刘洪勇首先就该院疟疾消除工作开展情况向专家组进行了详细汇报。随后，专家组先后来到该院预检分诊、发热门诊、医学检验科、预防保健科等地，通过查阅疟疾防治相关资料、现场询问工作人员操作流程及处置措施等方式，详细了解了该院疟疾防治工作的开展情况，并对在检查中发现的问题与不足提出了指导性建议。经过考核，专家组充分肯定了濮阳县人民医院消除疟疾工作所取得的成效。最后，刘洪勇表示，疟疾防治是一项长期、复杂、艰巨的任务，将以本次检查为契机，进一步夯实消除疟疾工作基础，扎实做好传染病防治工作，为全县人民的身体健康保驾护航。（陈述明 李亚辉）