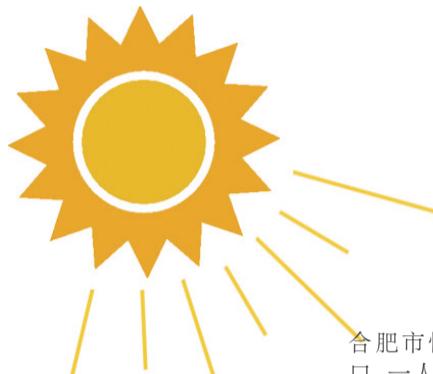




几天内，合肥多人因中暑死亡

## 专家：四招应对高温天气



星报讯（记者 赵汗青）近日，合肥处于高温“炙烤”中，最高气温超过38℃。7月29日，合肥三十头镇、肥东等地，多人因中暑死亡。

7月27日11时许，合肥市新安江路与广德路5路公交站牌旁一男子因中暑昏倒在地，随后120将其送往合肥市二院。29日，男子经抢救无效死亡，终年48岁。

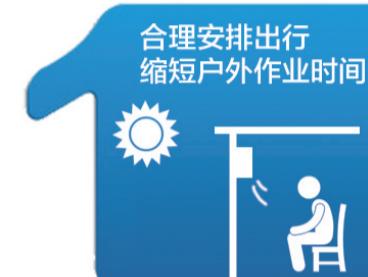
7月29日7时至17时，又有数人被发现死在家中或田间，而经诊断均为中暑死亡。其中，29日17时许，在

合肥市怀远路与魏武路交口，一人中暑被送往合肥市二院，经抢救无效死亡。

据悉，合肥近日发生的中暑死亡事件中，死者多为48岁至75岁的中老年人。

合肥急救中心最新统计数据显示，7月28日（周四）上午7时30分至7月29日（周五）上午7时30分，合肥120急救派车336起，创历史新高。

中国疾控中心环境所研究员程义斌指出，在高温天气下，任何人都可能因高温而患病，而针对不同人群，防护措施也各有侧重。



合理安排出行  
缩短户外作业时间

在高温热浪天气下要尽量避免上午10点到下午4点之间的出行，尤其注意不要在阳光强烈照射下运动。

脆弱人群，包括老人、孕妇、婴幼儿、流浪乞讨者和高血压、冠心病、心脑血管病等慢性病患者，应避免在阳光照射下的室外活动。

对于户外工作者，应该合理安排工作时间，轮换作业，尽量减少高温时段的室外作业。

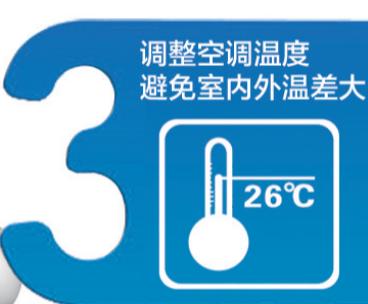


及时降温补水  
不要等口渴再喝水

高温天气会使体温升高、容易缺水，专家提示应注意及时补水，不要等口渴了再喝水就太晚了。

高血压、冠心病、心脑血管病患者早上起床要先喝一杯水，补充身体失去的水分，降低血液粘稠度。

另外，还应随身携带一些防暑药品和用品，户外工作者可以用冰毛巾擦身体进行物理降温。



调整空调温度  
避免室内外温差大

无论在房间或者汽车内使用空调时，不要把温度调得过低，内外温差不要过大。

患有冠心病、高血压和动脉硬化的慢性病患者，尤其是老年人和有关节病的患者，以及长期卧床行动受限的人，不要长时间待在空调温度低的房间里。

户外工作者从室外回到室内，切忌立即开空调，避免感冒。



警惕中暑症状  
重症者需立即送医

高温热浪最直接的影响就是中暑，根据中暑的病情不同分为轻症中暑和重症中暑。

如出现中暑，应立即将病人移到通风、阴凉、干燥的地方，让病人仰卧，解开衣扣，脱去湿透的衣服，更换干衣服；尽快冷却体温，降至38度以下。

对于重症中暑病人，要立即拨打120电话，求助医务人员紧急救治。

## 老人过度节俭恐涉心理疾病

05版

合肥市长张庆军  
接受组织调查 03版

## 并不是所有人都可随便施灸

08版

中国古代  
如何应对地震 16版

## 每天走多少步才有健身效果

09版

德国强悍  
反恐力量解密 15版