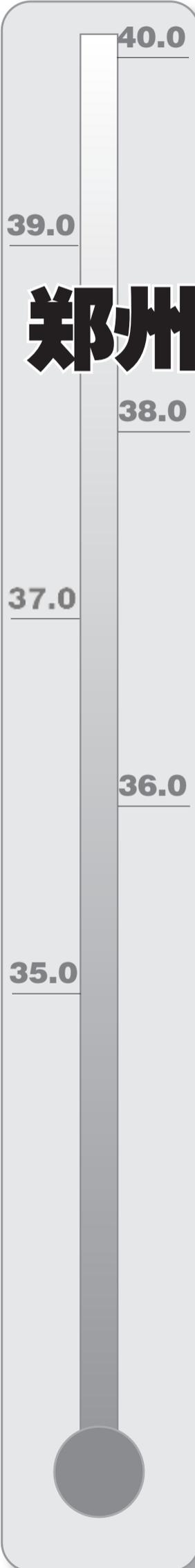




聊聊热

# 这两天,大家都猫在屋里写微博了 数十万条都在说“郑州 热” “高温烧得手机都中暑了” “走出家门,瞬间感觉像揭开了热腾腾的电饭锅”

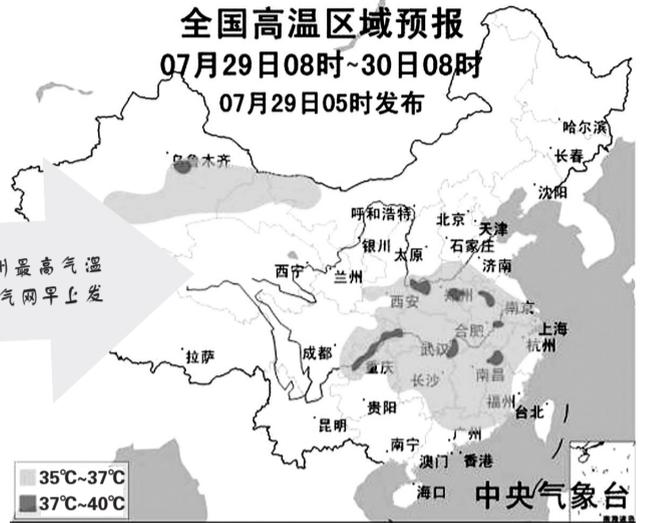


## 郑州, 38.4°C



昨天,郑州最高气温38.4°C。天太热,你会干点啥? 微博上一搜,原来大家都猫在家里写微博了,光“郑州热”这几个关键词,都能搜出数十万条。幸好,本周前期35°C以上高温天气有所缓解。  
记者 张华

昨天上午,省气象台发布了高温橙色预警。记者从市气象台地面观测站了解到,昨天郑州最高气温38.4°C,也是刚刚过去一周内最热的一天。在中国天气网早上发布的全国高温区域预报中,郑州也位列其中。



### 郑州有多热,搜微博就知道了

昨天的郑州,过个马路,都觉得人都要被烫化了。微博上,网友们对郑州的热纷纷吐槽。  
网友旭:这两天郑州的温度太高了,都40°C了,屋子里开着4台空调,都不敢关。  
修奕:快下雨吧!热疯了。  
带着这样天真的想法:下午2点我走出家门,瞬间我感觉自己好像迎面揭开了热腾腾的电饭锅。

### 35°C以上高温天气将有所缓解

昨天下午5点,省气象台发布最新的天气预报:今日夜里到31日,全省多云到阴天,大部分地区有阵雨、雷阵雨,雨量分布不均,其中黄河以北六地区和三门峡、洛阳、郑州三地区有中雨,局部大雨或暴雨,雷雨时伴有雷电、短时强降水、短时大风等强对流天气。  
8月1日,北部阴天有阵雨、雷阵雨;其他地区多云。  
郑州市,今天白天,多云;夜里,阴天有阵雨或雷阵雨,雷雨时局部伴有雷电、短时强降水、短时大风等强对流天气。最低温度:27°C到28°C;最高温度:34°C到35°C。  
受华北扩散南下的弱冷空气影响,本周前期我省35°C以上的高温天气有所缓解。

吗啡糖:郑州高温烧得我的手机也中暑了。



猴子热得绝食了,贵州来郑州热得客场输给6场未进球的建业3球,大概也热晕了。今个(29日)又热得快疯了,北京时间14时28分,还不是阳光直射下,温度43°C。郑州,你想抢来“火炉”之上“火锅”称号?



Yue\_浅浅小姐:全国十大高温城市河南占六个……昨个的新闻头条还在眼前打转,动物园的



## 连日来 发生3起猝死事故 大部分是心脑血管病人 与时下气温太高有关

近日,郑州连发猝死事故。昨天上午,一名中年男子行走时倒地猝死。急救人员说,近来天太热,易引起心脏或脑血管病人猝死,相关病人一定要注意防暑。  
首席记者 徐富盈 记者 周炜卿

**事件一** 昨天9点50分,读者任回升来电说,在西环道与长江路交叉口西南角,一名农民工走着走着突然倒地。  
昨天10点,在现场,路口卖水泥大沙的胡老汉说,死者可能是附近帮助拆迁房屋的农民工。

“半小时前,有人看到他在附近走动,说去找水喝。10分钟前,有人喊‘人不中了’,我们跑出来就看到他倒在地上,手边有一个空纯净水瓶。”  
急救人员说,他们赶到时,这个人已经没有生命体征了。

**事件二** 7月28日下午5点左右,华山路与颍河路交叉口南侧路东,一名农民工在路边行走时突然倒地。  
省直三院急救人员初步分析,这名农民工是因天热引发心脏病而猝死。

**记者追问** 中牟公交司机老马应该患有冠心病,加上天气太热等原因,导致他的离去

7月26日,本报以《54岁的司机老马突然倒在方向盘前》为题报道了中牟公交司机老马的感人事迹。悲痛、惋惜、感慨之余,不少读者问:好好的一个人怎么就突然猝死呢?  
郑州人民医院心内科主任刘恒亮说,猝死80%是心脏原因引起的,恶性心律失常引发心源性猝死,90%以上都是冠心病所致。  
中牟客车司机老马应该患有冠心病,加上气温偏高、出汗后体内的水分得不到及时补充、精力过于集中造成的疲劳等原因导致了她的猝死。  
老马在发病前一定感觉到了身体的不适,责任心、意志力驱使他把车停下后才昏倒,他保全了一车乘客的生命,他的行为无疑是个壮举。

**访问医生** 一旦出现胸闷、憋气、心前区不适、肩背部疼痛等症状,尽快就医

郑州大学附属郑州中心医院主任医师安中华说,近来的猝死者大部分是心脑血管病人,而且与时下气温太高有关。  
“这些天,郑州温度高、湿度大,户外工作人员一定要注意降温。温度太高,加重了心脏和脑血管的负担,一些有类似病人更要注意。工作时,尽量不要在上午11点至下午2点,可把工作分到一天的早晨和黄昏来做。饮食上要多喝水,多吃蔬菜,

出汗太多的还要喝些淡盐水。”  
另外,猝死者较前几年有年轻化的趋势,除气温太高外,还有工作压力过大和酗酒、抽烟、熬夜、缺乏锻炼有关。“要养成良好的习惯,定期体检,心态要保持乐观。”  
“总之,近来天热,市民一定要注意防止中暑,一旦出现胸闷、憋气、心前区不适、肩背部疼痛等症状时,尽快就医。”

### 中年男性尤其要防猝死

据急救中心不完全统计,去年,我市至少有60人突发疾病猝死。  
昨天,120急救中心工作人员说,猝死者中,40岁至60岁的男性居多。心脑血管疾病已成为中年男性面临的最大健康危险之一。而天气太热,气温居高不下,也是引

起猝死的重要诱因之一。  
安中华说,中年男性感到头晕、胸痛、气短、心悸时,往往是心脑血管不健康的早期信号。该院每周至少要接诊2至3名因心脑血管疾病突发入院的中年男性患者。  
线索提供 任回升