

平均 **30.5°C**

7月我省气温为1961年以来同期最高值

本周末持续高温闷热天气,局地40°C以上

本报讯(记者 张华)受西太平洋副热带高压影响,省气象台预计,8月5日前我省将持续高温闷热天气。6日至7日,全省大部有阵雨、雷阵雨。

8月1日至2日,北中部和西部最高气温37°C以上,3日至5日全省大部最高气温将超过37°C,北中部、西南部部分县市可达40°C以上。6日至

7日,全省大部有阵雨、雷阵雨,雨量分布不均,黄河以南局部有大雨或暴雨,并伴有短时强降水、雷暴大风等强对流天气。9日,北部局部有中到

大雨;14日前后,中西部、北部,有小到中阵雨、雷阵雨。8月份,我省降水北多南少,南部部分地区干旱可能维持或发展。

据了解,7月以来,全省平均气温30.5°C,较常年同期异常偏高3.2°C,为1961年以来同期最高值,局部高温干旱特征明显。

应对

河南发布高温天气防范应对风险提示 谨防中暑或热射病

本报讯(记者 王战龙)为减少高温天气带来的不利影响,8月1日,省防灾减灾救灾委员会办公室发布风险提示,要求各地各部门采取科学有效措施,全力做好高温天气灾害防范应对工作。

一、加强会商研判。各地各部门要强化与气象部门开展高温天气会商研判,及时启动相关应急预案,采取有效防暑降温措施,做好灾害防范应对处置工作。气象部门要强化天气监测、分析和预报,及时发布天气预报和高温预警信息,适时增加预报频次,为重点行业领域提供气象服务保障。

二、稳定能源保供。能源、电力、市政等部门要做好用水用电用气等民生保障,加强应急值守和抢险力量准备,发现问题或接到紧急情况报告迅速组织排查处理和抢修,确保不发生大面积停电、停水、停气等事件。

三、保障交通出行。公安、交通运输部门要强化运输车辆状况检查,加大重点车辆特别是“两客一危”和城市公交车辆的检查力度,严格落实车辆自燃防范措施和高温时段运输危险化学品相关规定。

四、维护公众健康。卫生健康部门要强化高温健康防护工作,加强医疗机构急诊力量配备,提高对中暑患者诊疗能力,做好高温引发的突发公共卫生事件应急准备。教育部门要指导各类学校做好留校学生防暑降温工作和暑期防溺水教育。民政部门要指导督促养老机构、儿童福利机构、救助管理机构落实防暑降温措施,防止服务对象中暑,做好流浪乞讨人员的救助服务。

五、做好重点领域防灾减灾。文化和旅游部门要

加强旅游景区、旅行社安全管控,做好游客引导和应急处置准备,必要时采取限流或临时关闭游乐场等措施。农业部门要加强旱情和墒情监测,指导农业作业人员避开高温时段作业,组织做好农业防灾减灾。林业部门要抓好高温森林防火工作,加强火险监测预警,加大巡护力度,关心关爱护林人员,落实防暑措施。消防部门要针对高温期间火灾特点,加强重点场所消防检查,强化执勤战备,做好灭火救援准备。应急管理部门要督促危化、工贸、非煤矿山企业落实防暑降温安全措施,加强对危险化学品储罐、仓库、压力管道等重点部位安全检查,坚决杜绝安全生产事故发生;加强应急救援力量前置预置和应急物资准备,确保一旦发生因高温引发的灾害事故,能够快速科学高效开展应急处置。

六、保护劳动者权益。各类施工企业要合理调整作业时间,避开高温时段施工,为作业人员配备防暑药品、饮用水,日最高气温达40°C以上时,要停止露天室外作业;高度重视高温天气下有限空间作业安全,坚决杜绝因麻痹大意和违规操作引发中毒等事故发生。

七、做好公众和特殊群体提醒。公众要注意排查居家火灾隐患,防范电线、变压器等电力负载过大引发火灾。驾车出行前要检查胎压、油液,车内勿放香水、打火机、充电宝等易燃易爆物品,防止高温引发火灾事故。老年人、儿童、孕妇以及患有心脑血管疾病、糖尿病等特殊人群需特别注意防暑,避免高温时段外出,防止引发中暑或热射病。

防暑

市疾控中心发布科学防暑指南 降温要科学,急救要及时

河南省气象服务中心发布的气象信息显示,进入8月,高温依旧是我省天气的“主旋律”。昨日,郑州市疾控中心发布科学防暑指南。

警惕高温中暑,症状早知早防

1.先兆中暑:小信号,大提醒
这是中暑最轻微的阶段,会出现头痛、头晕、口渴、多汗、乏力等症状。及时转移到阴凉处,降温补水,可快速恢复。

2.轻症中暑:症状升级,需重视
体温常超38°C,伴面色潮红、大汗、皮肤灼热、脉搏快。同样需转移、降温、补水,数小时内可恢复。

3.重症中暑:危险降临,刻不容缓
重症中暑是最危险的,包括3种严重情况:热痉挛表

现为肌肉疼痛性抽搐;热衰竭会出现极度虚弱、头晕、呕吐、低血压等症状;而最严重的热射病,体温可达40°C以上,还会伴有意识障碍、抽搐等神经系统症状,随时可能危及生命。

需要特别注意的是,患者从头晕到昏迷可能只需要短短30分钟。一旦核心体温超过40°C且未及时降温,全身细胞就会像被“煮”过一样,发生不可逆的损伤,后果不堪设想。

避开降温误区

别让“解暑”变“致病”

误区一:冰水猛灌解暑
大量饮用冰水会刺激胃肠道,导致血管痉挛引发腹痛腹泻。中暑后立即大量喝水更会稀释电解质,诱发低钠血症。

科学做法:每小时补充

500~1000毫升含0.1%~0.2%盐分的凉开水,观察尿液呈淡柠檬色为最佳。

误区二:赤膊更凉快
皮肤直接暴露在空气中会从环境吸收更多热量,阳光直射还会灼伤皮肤。

科学做法:穿浅色长袖棉麻衣物,UPF50+防晒衣可阻挡98%紫外线,宽檐帽能使头部温度降低3°C~5°C。

误区三:酒精擦身降温
酒精会刺激皮肤血管反射性收缩,阻碍核心热量散佚。儿童还可能因乙醇吸收导致神经抑制。

科学做法:用25°C~30°C温水擦拭颈部、腋下、腹股沟等大血管区域,湿毛巾冷敷效果更佳。

本报记者 王红
通讯员 金路恒 陈彦哲

科普

连日40°C+,蚊子咋少了?“避暑”呢! 专家提醒:高温天依然要注意防蚊灭蚊

今夏天气炎热,不少市民发现,烦人的蚊子好像比往年少了些,甚至有网民晒出密密麻麻的蚊子尸体。蚊子真的会被持续高温天气热死吗?

蚊子也怕“中暑”,热天会“避暑”
郑州市疾病预防控制中心监测的蚊子密度数据显示:今年5月、6月蚊子数量确实比去年少,但7月雨水增多,蚊子数量明显有上升苗头。真相是高温确实会影响蚊子繁殖,但高温天蚊子也会“避暑”!为了健康,暑热天居民日常生活还是要注意防蚊灭蚊。

市疾控专家表示,事实上,夏天蚊子也怕“中暑”,20°C~30°C是蚊子最活跃的温度。一旦气温过高,蚊子也就蔫儿了,叮人的“热情”骤降。大多数蚊子并非“热死了”,而是找地方“避暑”啦!

对于蚊子来说,草丛、树荫、楼道角落、地下室、墙

缝……这些阴凉处都可作为“空调房”。所以,这个夏天大家感觉蚊子少了,其实是蚊子“躲”起来了。

当然,高温天气,如果蚊子无处可躲,长时间暴露于高温环境下,确实也有可能被热死。40°C+的天气对蚊子来说也是致命的。

花腿蚊子最“毒”

有市民反映,虽然今年蚊子少,却感觉更“毒”。

对此,疾控专家表示,郑州地区存在的蚊子主要有3种。淡色库蚊,主要传播流行性乙型脑炎、丝虫病等;白纹伊蚊,主要传播登革热、基孔肯雅热、寨卡病毒病等;疟蚊,主要传播疟疾等。

3类蚊子中,咬人最疼,包最大、最痒的,往往是白天活动的白纹伊蚊,也就是人们俗称的花腿蚊子。如果今年你感觉被咬的包特别“毒”,很可能就是被它们叮

上了。最近频频上热搜的“基孔肯雅热”就是靠白纹伊蚊传播的。**高温导致蚊子“不想生,生不了,养不活”**

此外,蚊子的繁殖过程必须在水里完成,当水坑积水温度超过38°C时,蚊子就没地方“下崽”,幼蚊的生存率会大大降低。

高温对于水中的卵,幼虫和蛹都会造成影响,以埃及伊蚊为例,实验发现,当水温在16°C以下或38°C以上时,幼虫的生存率会大幅降低,在水温达到40°C时会全部死亡,而蛹也会出现“死胎”情况。

高温对于蚊子生活循环(卵→幼虫→成虫→叮人)确实造成了影响,持续的高温会导致蚊子“不想生,生不了,养不活”。

本报记者 王红 张华
通讯员 师佳佳