



顶着烈日打篮球, 32岁汉子中风偏瘫

“热中风”患者增多, 医生建议运动避开高温时段

高温·意外

连日来, 高温酷暑让苏州出现了不少中暑者。同时, 患上“热中风”的人也多了起来。记者昨天从苏州大学附属第二医院获悉, 最近两周突发脑中风的病人多了不少, 年纪最小的才32岁。医生提醒, 除了寒冬, 高温天也是脑中风的极高发期, 高血压、糖尿病、心脏病等患者一定要提高警惕。

何寅平

68岁老人走出空调房就栽倒

昨天上午, 在苏州大学附属第二医院神经内科病房里, 副主任医师曹勇军告诉记者, 最近两周苏州持续高温, “热中风”患者增加了不少, 病房住满了病人。

“所谓‘热中风’, 是指发生在高温天的脑中风, 主要分为脑梗塞和脑出血两大类。”曹勇军说, 一年里有两个中风高发期, 一是气温在0℃以下的严冬, 二是气温在30℃

以上的盛夏。夏天, 人体大量出汗, 缺水严重导致血液黏稠, 易形成血栓导致脑梗塞; 从高温环境中突然进入低温环境, 扩展的血管突然收缩, 也易使人中风。

曹勇军说, 就在前两天, 他接诊了一名68岁的老人。他刚从家里的空调房走到马路上, 就感到头晕胸闷, 当即栽倒在路边, 被人发现后立即送到了医院。

“刚开始我们以为老人是中暑了, 后来发现他患有心血管疾病, 是出现了脑溢血。”曹勇军说, 导致老人“热中风”最大的诱因是巨大的温差。“他在空调房里时血管收缩, 来到户外后, 血管突然扩张, 无法承受剧烈变化, 就发病了。”曹勇军说, 这几天, 类似病例还有很多, “热中风”的患者基本在60岁以上, 多数有高血压等心血管疾病。

32岁男子打篮球后中风偏瘫

除老年人易“热中风”外, 年轻人也有人中了招。7月30日晚, 一名32岁的男子被紧急转院至苏州大学附属第二医院, 他右侧的手脚都无法动弹, 突发脑梗塞。

原来, 当天下午, 这名爱好运动的男子和朋友一起顶着烈日, 在

苏州工业园区一个室外场地上打篮球。一个多小时后, 大汗淋漓的他坐在球场边休息, 可刚坐下不久, 就感觉头晕眼花, 不一会, 右侧的手脚竟然无法动弹了, 急得他赶紧向朋友呼救, 送到医院后被确诊为突发脑梗塞。由于情况很严重,

男子被转到了苏州大学附属第二医院。

曹勇军告诉记者, 患者没有心血管疾病, “热中风”很可能是因为激烈运动时没有及时补充水分, 导致体内血液黏稠, 出现血栓, 堵塞脑血管后引起了脑梗塞。

医生提醒

避开高温时段锻炼 同时少量多次喝水

对于如何预防“热中风”, 曹勇军建议, 夏季饮食要清淡, 每天喝水不少于一升。高血压、糖尿病等患者在夏季要加大检测血压、血糖的频率, 按时按量服药。

“老年人不可过度贪凉, 使用空调时室内外温差不要超过8℃。一旦出现头昏、头痛等症, 应卧床平躺, 如果情况不见好转, 还出现了肢体麻木等症, 应立即到医院就诊。”曹勇军说, 在高温天气下适度进行体育锻炼可增强体质, 但不适合进行足球、篮球、网球等剧烈运动。

“上午10时到下午4时地面温度较高, 锻炼要避开这个时间段, 可选在清晨或傍晚运动。”曹勇军说, 夏季运动时间不宜过长, 锻炼中补水要遵循少量多次的原则, 锻炼结束后不应立即冲凉。

令人痛惜

烈日下步行回家 八旬老人中暑身亡

7月30日中午12时许, 常熟市古里镇一居民区附近的路边发生了一幕悲剧。一位八旬老人在烈日下行走时中暑倒在路边, 不幸身亡。

当天中午, 常熟市公安局古里派出所接到报警, 报警人称银河馨园小区附近有一名老太太中暑晕倒。民警赶到现场后发现, 一名身穿白色衣服, 下身穿黑色裤子的老太太躺在路边, 身旁有一把伞和一个布袋, 嘴巴张开着, 已经没有气息。法医到达现场后确认, 老人系中暑身亡。

民警调查后得知, 老太太姓殷, 今年82岁。当天上午, 患有有关节炎的殷某, 独自一人从常熟森泉乘公交车去城区一家诊所打针。往常, 殷某的孙子会在附近的一个公交站点接她。那一天, 殷某回家的时候可能坐过了站, 来到了古里。随后, 老人下车, 可能是准备从古里徒步走回森泉, 不幸发生了意外。

何寅平 乐萍

2101.8万千瓦 一个月不到, 用电量刷新8次

千余家企业实行有序用电, 居民生活用电不受影响

持续多日的高温使得用电量大增, 苏州电网的负荷最高值也在不断刷新。从今年7月4日网供负荷首次创出历史新高起, 苏州电网负荷一路攀升, 到7月26日苏州电网网供负荷高达1975.6万千瓦, 全社会用电最高负荷达2101.8万千瓦, 不到一个月时间连续8次创出历史新高。苏州供电公司相关负责人表示, 前天苏州出现了约60万千瓦的用电缺口, 对1000多家企业实施了有序用电。不过, 居民正常生活用电仍然保供无虞。

蒋文龙 文/摄



宋晨杰在对电缆做防水封闭施工



脖子上的毛巾拿出来能拧出大“雨”

中心城区设立8个抢修点

30岁的宋晨杰是苏州供电公司一名一线作业工人, 今年是他工作的第10年。昨天下午1点左右, 室外气温超过38℃, 宋晨杰和一名同事正在一个电缆坑中作业, 工作服上几乎找不到一块干的地方。

这个电缆坑位于苏州轨交4号线阳澄湖路车站工地边上。宋晨杰和同事的任务是用温度超过500℃的电喷枪把这些电缆线外面的防水层烤热收缩, 裹住电缆。记者将手伸进电缆坑内, 感觉温度超过了50℃。宋晨杰告诉记者, 开喷枪的时

候, 坑里温度最高达到70℃, 衣服是湿了干了湿, 每天至少10多次。

记者从苏州供电公司了解到, 每天都有几千名电力工人像宋晨杰一样, 奋战在重要工程、抢修等一线。目前, 仅苏州市区就有1707名应急抢修人员, 在中心城区的8个抢修点待命, 保证事故报修后10分钟赶到广电总台、电信、移动、重要医院等重要单位场所。

居民用电不受影响

据统计, 从7月4日网供负荷今年首次创出历史新高起, 苏州电网负荷曲线一路攀升, 到7月26日苏州

电网网供负荷高达1975.6万千瓦, 全社会用电最高负荷达2101.8万千瓦, 不到一个月时间连续8次创出历史新高。

“分析表明, 每天有3个比较明显的用电高峰, 分别是上午10点30分、下午1点45分和晚上8点30分。”苏州供电公司相关负责人表示, 前天, 苏州出现了约60万千瓦的用电缺口, 但整体处于紧平衡状态, 居民生活用电不会受到影响。根据《苏州市2013年有序用电方案》, 在确保重点用户和居民用户用电不受影响的前提下, 供电公司每天都会组织千余家企业实行有序用电。

70.75万吨 日供水量比去年增6%

高温·供水

记者昨天从苏州市自来水公司获悉, 连续多日高温, 苏州市区用水也在继续攀升, 7月30日, 供水量70.75万吨, 比去年最高的66.7万吨足足高出了4万吨, 再次刷新了历史纪录。

郝亮 蒋文龙

今年7月, 市区平均日供水量67.27万吨, 较去年4万多吨, 同比上升幅度达到6.5%。市自来水公司的每天供水能力达到90万吨, 足以应对目前的用水需求。但为了确保市民放心用水, 自来水公司还是坚持水质每日一测, 加强水源地巡视, 优化水厂生产工艺, 提高供水

管网抢修效率。市民朋友如果遇到用水问题, 可拨打供水服务24小时热线65111515。

另外, 因自来水管改造需要, 8月1日晚9点至8月2日晨6点、8月2日0时至8月2日24时对桐泾路三香路口至劳动路口两侧停水, 请沿线用户做好蓄水准备。

哪里凉快就去哪里玩 国内避暑游涨价一成多

高温·旅游

随着高温的持续, 苏城各旅行社里前来咨询的人也多了起来。昨天记者走访市区部分旅行社发现, 咨询者普遍最关心的是: “哪边凉快点儿?”

王玲玲

在竹辉路上的一家旅行社里, 年轻的张先生前来咨询海岛游的情况, 他告诉记者, 天太热了, 他的家人都想出去“避避暑”。“境外的海岛也许已经来不及了, 所以来问问三亚的情况。”张先生说, 三亚虽处亚热带, 但比苏州凉快。

不过, 三亚的报价让他有些犹豫, 目前5天4夜半自由行的报价要6000多块。旅行社工作人员介绍, 境外海岛线路早就被订光了, 性价比也比较高, 报价一般都在三四千元。国内的清凉长线价格并不便宜, 并且普遍有所涨价。除了三亚, 像目前比较热门的西藏七晚八天的价格达到六千多, 相比淡季

涨了近两千元, 内蒙古、九寨沟、桂林等, 价格普涨一两成。对于和张先生一样的市民, 韩国济州岛也是不错的选择, 报价一般4000元左右, 并且选择该线路的游客, 不用办理签证, 只需护照即可出行。

由于今年气温异常高, 避暑旅游成为“暑期旅游档”的热点。国内旅游网站最新公布的“2013中国十大人气避暑目的地”榜单, 三亚、丽江、青岛、大连、庐山、河北坝上、内蒙古、九寨沟、贵阳、长白山, 这些城市大部分日间气温都不超过30℃, 多数目的地日间气温在25℃左右。三亚、丽江、青岛得益于丰富的旅游资源, 名列前三。