



37°C以上高温天气来袭

我省中东部大部分地区发出高温预警信号

星报讯(记者 祝亮) 家里电费按时交了吧? 冰箱、空调运转正常吧? 西瓜、饮料备足了吧? 不然, 你可能捱不过这一周。市场星报、安徽财经网(www.ahcaijing.com)记者从气象部门获悉, 本周我省持续晴热高温天气, 合肥等多地最高气温还将超过37°C。

今天淮河以北仍有雷阵雨, 部分地区雨量中等; 淮河以南晴热高温, 最高气温超过35°C, 午后山区多分散性阵雨或雷雨。据省气象台预计, 未来一周在副热带高压大Boss控制下, 18~22日全省将出现持续高温天气, 强度逐渐增强, 最高气温达35~38°C, 局部

超过38°C。提醒小伙伴们做好防暑降温的准备。

特别要注意的是, 我省中东部大部分地区都已发出了高温预警信号, 合肥等地还发出了高温橙色预警信号。高温橙色预警信号即意味着当地将持续出现37°C以上的高温天气, 这可是气象部门规定的“酷暑线”, 超过这一温度, 在室外长时间活动极易中暑, 还请相关单位调整工作时间, 父母要叮嘱放假中的孩子, 减少午后室外活动。

气象专家表示, 眼下是小暑节气, 也就是酷暑伏早期, 民间有俗语“小暑、大暑, 热死老鼠”之说, 事实

也是如此。我省有气象记录以来, 全省的日平均气温和平均最高气温及极端最高气温, 都表明了我省一年中最热的时段是小暑到大暑这两个节气。

气象专家提醒市民, 近期应尽量避免午后高温时段的户外活动, 对老、弱、病人群提供防暑降温指导, 并采取必要的防护措施; 有关部门应注意防范因用电量过高, 电线、变压器等电力设备负载大而引发火灾; 户外或者高温条件下的作业人员应当采取必要的防护措施; 注意作息时间, 保证睡眠, 必要时准备一些常用的防暑降温药品。

高温天气防范小常识

一、中暑症状

中暑是指在高温环境下人体温度调节功能紊乱而引起的中枢神经系统和循环系统障碍为主要表现的急性疾病。除了高温、烈日曝晒外, 工作强度过大、时间过长、睡眠不足、过度疲劳等均为常见的诱因。根据临床表现的轻重, 中暑可分为先兆中暑、轻症中暑和重症中暑, 而它们之间的关系是渐进的。

(一)先兆中暑症状

●高温环境下, 出现头痛、头晕、口渴、多汗、四肢无力发酸、注意力不集中、动作不协调等症状。

●体温正常或略有升高。

●如及时转移到阴凉通风处, 补充水和盐分, 短时间内即可恢复。

(二)轻症中暑症状

●体温往往在38度以上。

●除头晕、口渴外往往有面色潮红、大量出汗、皮肤灼热等表现, 或出现四肢湿冷、面色苍白、血压下降、脉搏增快等表现。

●如及时处理, 往往可于数小时内恢复。

二、对策

中暑以后怎么办?

发现自己和其他人有先兆中暑和轻症中暑表现时, 首先要做的是迅速撤离引起中暑的高温环境, 选择阴凉通风的地方休息; 并多饮用一些含盐分的清凉饮料。还可以在额部、颞部涂抹清凉油、风油精等, 或服用仁丹、十滴水、藿香正气水等中药。如果出现血压降低、虚脱时应立即平卧, 及时上医院静脉滴注盐水。

对于重症中暑者除了立即把中暑者从高温环境中转移至阴凉通风处外, 还应该迅速将其送至医院, 同时采取综合措施进行救治。

三、防护

1.出行躲避烈日

夏日出门记得要备好防晒用具, 最好不要在10点至16点时在烈日下行走, 因为这个时间段的阳光最强烈, 发生中暑的可能性是平时的10倍! 如果此时必须外出, 一定要做好防护工作, 如打遮阳伞、戴遮阳帽、戴太阳镜, 有条件的最好涂抹防晒霜; 准备充足的水和饮料。此外, 在炎热的夏季, 防暑降温药品, 如十滴水、仁丹、风油精等一定要备在身边, 以防应急之用。外出时的衣服尽量选用棉、麻、丝类的织物, 应少穿化纤品类服装, 以免大量出汗时不能及时散热, 引起中暑。

老年人、孕妇、有慢性疾病的人, 特别是有心血管疾病的人, 在高温季节要尽可能地减少外出活动。

2.别等口渴了才喝水

不要等口渴了才喝水, 因为口渴已表示身体已经缺水了。最理想的是根据气温的高低, 每天喝1.5至2升水。出汗较多时可适当补充一些盐水, 弥补人体因出汗而失去的盐分。另外, 夏季人体容易缺钾, 使人感到倦怠疲乏, 含钾茶水是极好的消暑饮品。

夏天的时令蔬菜, 如生菜、黄瓜、西红柿等的含水量较高; 新鲜水果, 如桃子、杏、西瓜、甜瓜等水分含量为80%至90%, 都可以用来补充水分。另外, 乳制品既能补水, 又能满足身体的营养之需。

3.保持充足睡眠

夏天日长夜短, 气温高, 人体新陈代谢旺盛, 消耗也大, 容易感到疲劳。充足的睡眠, 可使大脑和身体各系统都得到放松, 既利于工作和学习, 也是预防中暑的措施。最佳就寝时间是22时至23时, 最佳起床时间是5时30分至6时30分。睡眠时注意不要躺在空调的出风口和电风扇下, 以免患上空调病和热伤风。



合肥城市泊车投资管理有限公司(国企) 招聘启事

【公司介绍】合肥城市泊车投资管理有限公司(以下简称“合肥城泊”), 前合肥市保安停车场经营服务公司, 为合肥保安集团有限公司全资子公司, 成立于2009年9月, 是一家国有独资企业。合肥城泊主要经营业务是道路停车管理和运营, 因发展需要, 现向社会公开招聘:

合肥市道路停车收费管理员

报名条件:身体健康, 品行端正, 吃苦耐劳, 初中以上文化程度, 男性55周岁以下, 女性45周岁以下;

报名材料:报名时携带户口本、身份证复印件三张(二代身份证需要正反面), 一寸白底免冠彩照三张; 各类失业人员请携带相关证件;

工作地点和时间:合肥蜀山区道路停车泊位; 两人上下午对倒班, 每人每天上半天班, 上午7:30—13:00, 下午13:00—19:00;

工资福利待遇:月工资2000—4000元, 依法为员工办理社保五险, 并增加人身保险, 提供夏季高温津贴、冬季防寒津贴及员工关爱津贴等福利;

乘车路线:乘1路、901路、701路、162路、133路、126路、122路、7路公交车到“迴龙桥”站下车。

报名地点:合肥金寨路与庐江路交口东北角劳动局五楼合肥城市泊车投资管理有限公司。

咨询电话:0551-65111421, 62875215

合肥电网最大负荷 或在本周打破记录

星报讯(李岩 记者 汪婷婷) 市场星报、安徽财经网(www.ahcaijing.com)记者昨日从合肥供电公司了解到, 自7月12日起, 合肥电网日用电量已连续4天突破1亿千瓦时大关, 接近历史峰值。7月15日午间, 最大负荷已达520.2万千瓦。

持续的高温天里, 因局部用电负荷激增导致电力故障报修增加。对此, 合肥供电公司进一步强化24小时值班制, 优化“4+4+4”网格化配网常规抢修力量配置。

记者了解到, 本轮高温天气还将持续, 并有可能出现40°C左右极端气温, 因此合肥电网最大负荷或将在本周内打破580万千瓦的历史记录。

庐阳区征集爱心商家 加入“清凉驿站”

星报讯(黄念 王飞 记者 于彩丽) 7月16日, 为让环卫工人能在高温下感到丝丝清凉, 合肥市庐阳区城管局环卫中心为630名环卫工人送上“清凉大礼包”, 并号召更多爱心商家和单位为环卫工提供清凉驿站。

庐阳区城管局环卫中心主任许圣涛告诉记者, 目前该中心4处固定式环卫工人服务站全部开放, 并有85个沿街商家加入“环卫工人清凉驿站”。

据悉, 目前“环卫工人清凉驿站”还在征集中, 有意向的商家可在工作时间拨打“环卫工人清凉驿站”爱心报名电话62659486报名。