



据中央气象台预报,24日起,南方地区高温天气将逐步缓解。预计24日起,江汉、江淮高温将基本解除;26日起,四川盆地、江南高温范围将有所减小,强度减弱,部分地区解除。6月13日以来,我国出现的区域性高温经历了3个阶段:6月13日至26日影响北方,南方为间歇性高温;7月5日至17日影响南方;经过短暂间歇,7月21日至今继续影响川渝、江南等地。截至目前,中央气象台已连续12天发布高温红色预警。受高温少雨天气影响,四川盆地至长江中下游一带出现中到重度气象干旱,局地特旱。

据中央气象台首席预报员陈涛介绍,影响

持续高温 连母鸡都“闹情绪”了 好吃好喝全都安排上,住处还加装风机,产蛋率仍减了大半

本报讯(株洲晚报融媒体中心/刘芳)持续罕见的高温,影响了母鸡的情绪。一到盛夏,母鸡的胃口就差,产蛋量下降,蛋价也节节攀升。

在天纺农贸市场一个禽蛋摊位前,记者看到,普通鸡蛋的零售价为13元/公斤,而土鸡蛋的价格为32元/公斤。

“上个月普通鸡蛋还只卖11元/公斤,现在有的还卖到14元/公斤。”摊位老板说,今年天气太热了,8月以来,鸡蛋价格一直在涨,基本没有降过,估计要等天气凉快价格才会降下来。

随后,记者又走访了几家农贸市场和社区菜店,发现鸡蛋零售价普遍已涨到13元/公斤。有老板告诉记者:“七八月价格普遍很高,上月初的时候差不多卖10元/公斤,现在批发都要这个价。”

“之所以价格上涨,最主要的原因是高温母鸡胃口变差,影响了产蛋量。”养鸡场老板何

18种蔬菜零售价格略有上涨 预计后期蔬菜价格仍呈稳步上行走势

本报讯(株洲晚报融媒体中心/刘芳)在天元区天纺农贸市场内,为应对炎热的天气,商贩不时喷水为蔬菜降温保鲜。

“今年的菜价普遍比以往要高。”做了多年菜贩生意的岳女士告诉记者,黄瓜与前几周相比涨得比较多,每斤涨了两元左右,其次是辣椒。

记者走访多个市场、超市后了解到,每年夏季市场都会出现蔬菜涨价现象,涨价的大多是销路好、需求大、难保存的蔬菜。

我国疫苗监管体系通过世卫组织新一轮评估 31省份累计报告接种新冠疫苗343029.7万剂次

北京时间23日晚,世界卫生组织宣布,中国通过疫苗国家监管体系评估。

国家药监局有关负责人介绍,我国的疫苗监管体系已于2011年、2014年先后两次通过评估,在2022年7月迎来了世界卫生组织升级评估标准后的新一轮全面评估。

世界卫生组织对疫苗国家监管体系的评估,是一项世界公认的、可以科学全面评估一个国家疫苗监管水平的国际考核。世界卫生组织将通过疫苗监管体系评估作为采购该国疫苗产品的前提,即只有国家监管体系通过评估,该国企业才能申请世界卫生组织疫苗产品预认证,并列入联合国等国际组织采购清单。此外,通过评估也是其他国家注册和采购他国疫苗产品的重要参考。

世界卫生组织驻华代表高力说,这次的评

高温的天气因素较多,如云、降水、冷空气等。未来几天北方冷空气总体趋于活跃,对南方地区高温缓解较为有利。初步预计,未来一周,南方地区高温天气整体上将有一定缓和,范围缩小、强度减弱。

“但各地区高温缓解的时间、程度有一定差异。”陈涛说,24日至25日,江汉、江淮高温天气率先得到缓解,但湖南、江西、浙江等地缓解的时间可能要到26日或27日以后。最晚得到缓解的地区为四川东部到重庆一带,可能要到29日至30日以后,高温天气才会有所缓和。

陈涛表示,除北方冷空气和降水对南方地区高温天气有一定缓解作用外,预计25日将要登陆的台风“马鞍”,其外围云系、分散的降水等对缓解江西南部等地高温也有一定作用。

中国气象局公共气象服务中心发布的高温中暑气象预报显示,23日至28日,四川、重庆部分地区仍将维持极易中暑等级,但江汉、江汉、江南大部高温中暑范围会逐步缩减,强度也会减弱。

气象专家提醒,在易中暑区域,尤其要提醒体质虚弱、有基础疾病的人群,以及户外工作人员、处于不通风的室内人员,积极做好防暑降温措施。同时,在外游玩要谨防溺水。

“虽然南方地区高温总体上呈缓和趋势,但不可能立马结束,转为凉爽的状态,它的缓解或解除需要一定的阶段性过程,未来一段时间的天气形势还是比较复杂。”陈涛说,由于副热带高压继续维持,未来一段时间,四川盆地到长江中下游这一带地区降水可能仍然偏少。

(据新华社)

引流槽护栏被冲垮 镇村干部紧急抢修



▲抢修现场。通讯员 供图

本报讯(株洲晚报融媒体中心/邹怡敏 通讯员/张仪 郭璋)8月22日下午2时,在经历了几天几夜的抽水抗旱后,涠口区杨柳灌区龙船镇堂市泵站的引流槽因水压过大,冲垮了用沙袋临时砌成的引流槽护栏,导致已经抽出去的灌溉水回流。

“如果不在半个小时之内修好的话,之前24个小时抽的水等于白抽了。”发现情况后,现场值守的龙船镇水管站站长李义祥立马带领石龙村村干部李红亮、马奇关停泵站,进行紧急抢修。40℃的高温下,马奇跳进浑浊的水槽里,将一袋又一袋10公斤重的沙袋扛在肩上,蹚过满是泥巴的浑水,将沙袋堆砌在引流槽入口。李义祥和李红亮默契地接过,将沙袋码放整齐、垒实。

泵站内热浪滚滚,三人汗流浹背,气喘吁吁,但由于堂市泵站承担着全镇6个村6800余亩农田的灌溉,他们丝毫不敢怠慢,泡在水里争分夺秒地抢修。不到半小时,近两米高的沙袋护栏成功垒好,引流槽的水位保持住了,三人立马打开泵站重新运行,水顺着引流槽流向远处“嗷嗷待哺”的农田。

相关新闻

美国政府拟停止支付新冠检测、治疗和疫苗费用

据美国媒体报道,美国政府拟停止支付新冠检测、治疗和疫苗费用,转而让保险机构和民众承担。

报道说,目前美国约有3000万人没有医保,如何让这些人群能够接种新冠疫苗并获得治疗,是政府面临的严峻挑战。

近期,美国疫情相比之前的高峰有所趋缓,但仍平均日增新冠病例约8.8万例,日增死亡病例约400例。美国又出现奥密克戎变异株BA.4.6和BA.2.75,公共卫生专家担忧,新出现的变异株可能改变疫情趋势。(据新华社、中新社)

持续高温 听急诊医生说“冷知识”

热热热!放眼全球,各大城市被太阳炙烤犹如“火炉”。

近期,上海交通大学医学院附属瑞金医院北部院区急诊科接收中暑患者已达30余人,其中进入重症监护室治疗7人,年龄最大者91岁,最小者17岁。

这些中暑患者中,有一名病人心跳最快达190次/分,昏迷,体温高达41.5℃,情况十分危急。急诊科医护人员通过气管插管、降温、补液等方式对症治疗,成功将这名患者的体温、心率下降到正常范围。之后,患者转入重症监护室,治疗肝功能损伤、弥漫性血管内凝血、肾衰尿尿等继发损伤。

可见,当极端高温频繁来袭,可不仅仅是“中暑”这么简单。急诊医生提醒,高温煎熬着身体的许多器官,对身体的伤害必须引起足够重视。



▲“全副武装”的市民在高温下出行。网络供图

中暑表象下,身体多系统在“煎熬”

在炎热的夏季或初秋,高温、高温、强热辐射天气可造成人体的体温调节、水盐代谢、循环系统、消化系统、神经系统、泌尿系统等出现一系列生理功能改变,一旦机体无法适应,引起正常生理功能紊乱,则可能造成体温异常升高,从而导致中暑。

根据高温中暑症状的轻重,可分为轻症中暑和重症中暑。其中,轻症中暑可表现为头晕、头痛、面色潮红、口渴、大量出汗、全身乏力、心悸、脉搏快速、注意力不集中、动作不协调等。重症中暑

高温防护,关注“老、小”高危群体

面对高温天气,提高公众自我防护能力是预防和减少高温中暑发生的重要途径。在高温天气中,预防中暑要做到:

第一,大量饮水,注意补充盐分和矿物质,不要饮用含酒精或大量糖分的饮料。

第二,注意饮食与休息。少食高油、高脂食

热疹、晒伤不怕,热射病紧急处理这样做

高温下,身体上会出现一些新情况,可大可小,懂点识别与处理的方法很有必要。

●热疹,又称痱子

热疹通常并不需要去医院接受专业的救治,最好的处理方法是提供一个凉爽、湿度低的环境,保持患处干燥,也可使用痱子粉。

●晒伤

晒伤的地方可以冷敷或浸泡在凉水中,也可在晒伤的地方涂抹保湿乳液。切记不要使用霜、软膏等质地过于浓稠的护肤品,不要挤破水泡。

●热射病

症状较严重,其表现多样,可能包括:头晕、搏

吃货指南

生活中有很多天然的抗衰老果蔬,日常吃一些对皮肤有好处。

●樱桃:樱桃自古以来就是美容果,樱桃汁可以去斑清斑,使面部皮肤嫩白红润,樱桃还富含维生素C和维生素A,不仅能够平衡皮脂分泌,延缓老化,还能帮助活化细胞美容养颜。

●石榴:石榴中含有鞣花酸,不仅能够滋养细胞,减缓机体衰老,还能够防辐射,具有很强的抗氧化作用,带皮榨汁喝的效果更好。

●葡萄:葡萄是抗老保湿的佳品,不仅含有大量的葡萄多酚,具有抗氧化功能,能够有效延缓衰老,还含有柠檬酸、单宁酸,具有较强的收敛和保湿效果。

●柚子:经研究证实,柚子的气味能够令女性看起来更年轻。柚子中含有一种柠檬酸,能够帮助

包括热痉挛、热衰竭和热射病。重症中暑也可以表现为这三种类型的混合型,甚至导致死亡。

近年来,大众对热射病的“威力”有所耳闻,简言之,当身体无法调节自身的体温时,会发生热射病。所以不要认为高温仅仅会让你感觉很热,认为“忍一下”“无非出点汗”,高温会导致身体的体温调节中枢功能障碍,使身体温度迅速升高,在10-15分钟内,体温可达到40摄氏度以上。如果此时不接受紧急救治,热射病可导致病人死亡或残疾。

第二,穿着合适的衣服,并涂抹防晒霜。高温天里应尽量避免外出,尽量在凉爽的环境里工作、生活、学习。

第四,要关心婴幼儿及儿童、65岁以上的老年人、工作或运动强度过大者、慢病患者等高危人群,不要将婴幼儿或儿童单独留在车里。

物,饮食尽量清淡,起居有节。

第三,适量运动,避免长时间在高温下暴晒。

第五,要关注婴幼儿及儿童、65岁以上的老年人、工作或运动强度过大者、慢病患者等高危人群,不要将婴幼儿或儿童单独留在车里。

高温下,身体上会出现一些新情况,可大可小,懂点识别与处理的方法很有必要。

●热疹,又称痱子

热疹通常并不需要去医院接受专业的救治,最好的处理方法是提供一个凉爽、湿度低的环境,保持患处干燥,也可使用痱子粉。

●晒伤

晒伤的地方可以冷敷或浸泡在凉水中,也可在晒伤的地方涂抹保湿乳液。切记不要使用霜、软膏等质地过于浓稠的护肤品,不要挤破水泡。

●热射病

症状较严重,其表现多样,可能包括:头晕、搏

七种果蔬抗衰老

死皮细胞代谢和排出,进而让皮肤恢复光滑和神采,这种柠檬酸已经被广泛应用在了护肤领域。

●西兰花:西兰花富含维生素C和胡萝卜素,十字花科蔬菜已被证实是最好的抗衰老和抗癌食物。除了西兰花,常见的十字花科蔬菜还有花菜、白菜、圆白菜、甘蓝、大头菜等。

●黄瓜:黄瓜中富含丰富的维生素以及多种氨基酸和糖类,能够为皮肤和肌肉提供充足的养分,帮助身体更好将尿酸排泄出去。

●胡萝卜:胡萝卜中含有丰富的果胶,能够润泽肌肤,被誉为“皮肤食品”,可以帮助人体将有害成分排除,清除肌肤的多余角质,达到抗氧化和美白肌肤的效果。(据健康时报)

生活宝典

控制油盐摄入 从培养清淡口味做起

口味对油盐摄入量有着直接的影响。要控制油盐的摄入,需要从培养清淡口味开始。

对于成年人,固有的口味和饮食习惯可较难改变,应循序渐进,逐步减少油盐摄入量。

1. 学会估算用量

很多人对于油盐的用量都比较模糊,炒菜时只是凭感觉添加油盐,难以做到准确的估计,可以使用定量盐勺、带刻度油壶等工具来记录日常饮食中的油盐使用量。目前市面上常用的盐勺为2克每平均,每人每天食用的食盐量不应超过2勺半。

2. 循序渐进

可以按照目前每天食盐和烹调油的个人用量,针对减盐控油设置一些阶段性目标,循序渐进地降低油盐的摄入量,最终达到每人每天的食盐用量不超过5克、烹调油用量低于30克的目标。

3. 改变烹饪和饮食习惯

少用炸、煎的烹饪方式,尽量多采用一些蒸、煮、炖等烹饪方式,这样既有利于保留食物的营养价值,也可以减少食盐和食用油的用量。少吃榨菜、咸菜、香肠等高盐食物和炸鸡、炸薯条等油炸食品。

高盐、高油等重口味饭菜虽然吃起来可口,但长期下来损害的是健康。口味清淡一点,减少油盐的使用,不但可以保留食材本身的滋味和营养价值,也可以为我们的健康保驾护航。

求真

吃西瓜能降尿酸吗?

如果在尿酸升高,或痛风发作时,多吃些西瓜利尿,又美味爽口,岂不是一举两得?适度利尿确实有利于尿酸排泄,但不建议通过吃西瓜的方法来排尿酸。

西瓜利尿的原因有两个,一是西瓜本身含有大量水分,吃完之后尿液量自然会增加;二是西瓜有不少糖分,进食后可使体内血液形成高渗状态,继而增强尿液的形成。相比于吃西瓜利尿,更建议适度多喝水,一般控制在2000至3000毫升,不必过多摄入,促进尿液形成即可,帮助身体更好将尿酸排泄出去。此外,一定要在医生指导下规范诊疗服药,日常生活中避免熬夜、过度活动刺激痛风发作的部位、摄入含嘌呤较多的饮食等,才能有效控制病情进展或急性发作。

(据生活晚报)

