

今年来最强一波高温 涉及11地

防中暑指南趁“热”查收

据央视新闻微信公众号 中国天气网预计,14日起至本周末,北方多地将迎来今年来最强高温,京津冀、山东、河南等11地将开启连续高温模式,部分地区将冲击40℃,或打破历史同期纪录。

北方大范围高温将来袭 华北部分地区或遭连续高温

14日起至周末,高温在北方继续发展,范围不断扩大。其中:

14日,京津冀、河南、山东西部将有成片的高温天气,河北南部、河南北部多地最高气温将达到38℃至39℃;

15日,高温范围将扩展至内蒙古中部、东南部;

到周末,辽宁中西部、吉林中西部也将陆续迎来高温。

此次高温过程对于华北平原一带来说,持续时间较长,部分地方的连续高温天数可达5至6天。北京、天津、河北石家庄、山东济南等城市可能连续遭遇35℃以上高温。

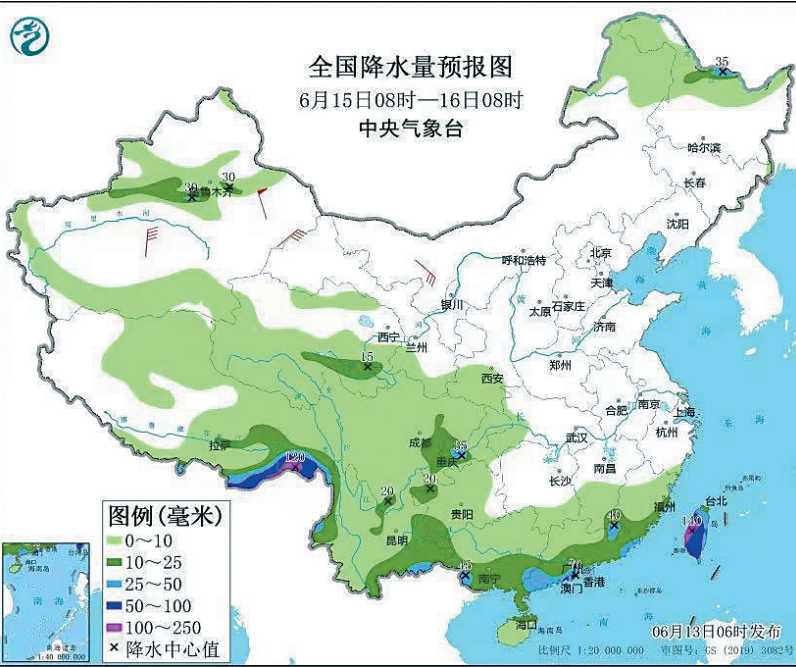
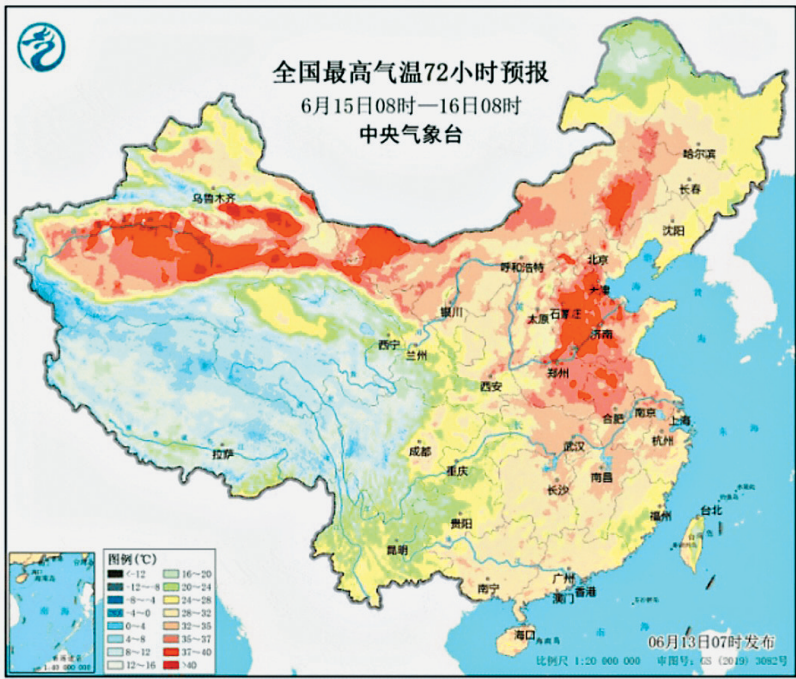
对于东北来说,此次炎热天气过程也将推动入夏进程,包括辽宁沈阳、吉林长春在内的多地还可能迎来今年首个高温日。

华南至云南降雨频繁 局地有暴雨或大暴雨

14日、15日,华南至云南一带水汽输送旺盛,降雨频繁。中央气象台预计,广东、广西、福建、云南等地部分地区有中到大雨,局地有暴雨或大暴雨,并伴有短时强降水、雷暴大风或冰雹等强对流天气。14日,内蒙古东北部、黑龙江西部和东北部、新疆北疆沿天山地区西部、西藏东部、四川西部和南部、云南大部、广西南部、广东大部、福建南部和东部、海南岛大部、台湾岛等地部分地区有中到大雨,其中,西藏东南部、云南西北部和南部、广东中东部沿海、福建东南部等地局地有暴雨或大暴雨。15日,

黑龙江北部、新疆沿天山地区、西藏东南部、青海东南部、四川东南部、重庆西部、云南东南部、广西南部、广东中南部、江西东南部、福建东南部、海南岛北部、台湾岛等地部分地区有中到大雨,其中,西藏东南部、广东中部沿海、台湾岛中南部等地局地有暴雨或大暴雨。

目前,云南部一带气象干旱仍然较重,降水对于缓和旱情有利,但云南部持续强降雨或容易诱发地质灾害等灾害,当地公众需注意防范。同时,华南等地局地降雨较强,也需注意防范降雨可能引发的次生灾害。



图片源于央视新闻

如何预防中暑?

·减少外出
老年人、孕妇、有慢性疾病的人,特别是有心脑血管疾病的人,在高温季节尽可能减少外出。

必须外出时,尽量选择清晨和傍晚,减少逗留时间。如在中午出去,可以不时在银行、商场等室内凉爽场所,休息数分钟后继续户外活动。

·遮阳避暑
打遮阳伞、戴遮阳帽和遮阳镜,涂抹防晒霜,减少在太阳直射下的户外活动时间。

·及时补水
夏日外出时,随身携带运动饮料或淡盐水,及时补充。还可饮用预防中暑的降温饮品,如山楂汤、冰镇西瓜露、绿豆酸梅汤等。

·随身携带解暑药
如藿香正气水、风油精、清凉油等,一旦出现中暑,可用所带药品缓解症状。

·注意饮食健康和卫生

夏季饮食宜清淡易消化、高维生素、高蛋白、低脂肪,注意不要吃得太过油腻。平时多吃新鲜蔬菜和水果,不要酗酒、醉酒。

·定期进行健康体检
有慢性疾病以及重病后恢复期及体弱者,要增强防护意识,不宜从事高温作业。

针对人偏肺病毒 中疾控提醒

据央视新闻微信公众号 近期,人偏肺病毒受到网友关注,其今春在美国流行、在我国也曾出现、尚无疫苗和特效药物等话题引发热议。

12日,中国疾控中心发布关于人偏肺病毒的健康提示:

2023年1月至4月,美国不同地区各类实验室自愿送检的样本中,人偏肺病毒检出率出现了明显高峰,引发一定程度的国际关注。不过,自4月下旬开始,美国人偏肺病毒抗原和核酸阳性率持续快速下降,至5月下旬已降至较低水平。

中国疾控中心对2009—2019年呼吸道感染病监测数据分析表明,在引起急性呼吸道感染的8种病毒中,人偏肺病毒排名第8位,阳性率占比为4.1%,远低于流感病毒的28.5%。

今年以来,我国与美国间人员往来已逐步恢复,存在人偏肺病毒感染输入我国的可能。但考虑到美国当前人偏肺病毒疫情已显著降低,以及我国目前已进入夏季,气候条件不适宜疫情传播,因此可以预计美国前期人偏肺病毒高发疫情对我国影响有限。

人偏肺病毒是什么? 如何传播?

人偏肺病毒属于肺病毒科,偏肺病毒属,在世界各地均有分布,是常见呼吸道病原体之一,主要通过咳嗽和打喷嚏产生的飞沫或气溶胶传播,与感染者密切接触和接触病毒污染的环境也可能造成传播。

一般来说,感染后潜伏期约3—5天,人偏肺病毒诱发的免疫保护较弱,反复感染常见。

人偏肺病毒全年均有检出,检出率以冬季和春季最高,也可以引起暴发流行。

感染人偏肺病毒后致死率如何?

儿童、免疫功能低下人群和老年人易感人群,常见与其他呼吸道病毒混合感染。多引起普通感冒症状,表现为咳嗽、发热、鼻塞和喘息等,严重也可致支气管炎和肺炎。在有基础疾病的易感人群中,感染可导致死亡。

与防控其他常见呼吸道病毒类似,公众应保持生活规律和良好心态,前往人员密集场所或环境最好佩戴口罩,同时做到勤洗手、勤通风、科学消毒等预防措施可有效降低感染机会。



哈洽会 龙江振兴展区 抢先看

哈洽会临时接驳环线开通

03 贯穿主会场 与3个分会场

惠及35万户冰城居民

江南主城区 将改造泵房 197座



这些小区 邻里互动好热闹

06 物业请吃烧烤 还有“跳蚤市场”

哈尔滨天气预报	14日	夜	晴	30℃	西南风2-3级
	15日	夜	晴	18℃	偏南风2-3级
	16日	夜	多云	31℃	西南风3-4级
			晴	22℃	西南风3-4级
			多云	32℃	偏西风3-4级
			晴	19℃	东北风2-3级

哈市印发通知鼓励总部经济发展

总部企业落户 最高奖5000万

首次购买办公用房最高补助1000万

02

生态环境越来越好



今年我省多地 频现东北虎踪迹



抚远市西山公园

一大两小黑熊 组团出游

04

高考政策性照顾项目、专项计划报考资格

这几项考生名单公示 我省开通举报电话

07



更亲 更近 更懂你



报料热线

4种/报料方式/

本报官微 龙头新闻APP

本报微博 生活报网

