

升温模式开启 气温波动上扬

昼夜温差仍较大,早出晚归需注意保暖

保定晚报讯(通讯员徐义国 记者王娜)昨天,我市开启升温模式,室外有了融融的暖意。今天,我市天空云量较多,但天气仍较温暖,明天气温略降。

这几天虽然天气转暖,但气温波动起伏,冷暖转换频繁,大家要多关注气温变化,及时增减衣物,谨防感冒。同时昼夜温差仍较大,大家早出晚归还需注意保暖。周末风力增强,市民请注意关注临近预报,做好防范。

今日我市天空云量较多

据市气象台预测,24日,我市阴,南转北风2-3级,气温6-16℃。25日,阴转晴,北风2-3级,气温0-15℃。26日,多云转晴,西北风4-5级,气温3-19℃。

今明两天我省局地有降水

昨天白天,我省气温一改低迷状态迎来跳跃式回升,午后中南大部最高气温升至19℃附近,今天这样的格局还会维持。不过,23日下午到26日,我省自西北到东南,不少地区将陆续出现降水天气,请注意做好防范。

另外,26日白天,大风又要来了,全省大部分地区有西北风4到6级,阵风8到9级,局地伴有扬沙或浮尘天气。26日早晨,全省大部分地区最低气温下降2-5℃。

具体天气预报:今天白天到夜间,唐山南部、秦皇岛南部和保定、廊坊及以南地区多云转阴有小雨或零星小雨,坝上地区多云短时阴有零星雨夹雪或零星小雪,其他地区多云转阴。25日白天到夜间,东南部地区阴有小雨或零星小雨转多云,其他地区阴转晴。

今起中东部新一轮雨雪降温开启

昨天,广东、广西等地部分地区仍有较强降水,局



地有暴雨。今天开始至27日,受冷暖空气共同影响,中东部地区将出现大范围降水过程,甘肃、内蒙古东部、河北北部、黑龙江、吉林等地部分地区有小到中雪或雨夹雪,局地大雪,华北及其以南大部地区有小到中雨,江南、华南北部部分地区有大到暴雨。

气温方面,在阴雨持续打压下,昨天,华南等地天气有些湿凉。全国其他地区气温基本呈先升后降的趋势,23日至25日,各地气温先后回升至较常年同期偏暖的状态,西北地区东部、华北至长江中下游一带最高气温将回升到20℃左右,江南、华南则升到25℃上下。其中,北方多在23日至24日达到近期高点,南方多是24日至25日最暖。

不过,冷空气随后就将带来降温,24日至27日,全国大部分地区气温自西向东下降4-6℃,局地下降10℃以上,北方地区还将伴有5-7级的风、阵风8-9级。

不打针不吃药治“三高”? 专家:“奇葩操作”或耽误病情

近年来,高血压、高血糖、高血脂“三高”患者增多,一些机构瞄准“三高”人群,打着“大家”“大牌”“大来头”的旗号,宣传“不吃药、不打针”就能制服“三高”,很多“奇葩操作”耽误了治疗,甚至酿成了悲剧,一些被误导的患者和家属叫苦不迭,老年患者和青少年儿童患者成为商家瞄准的重点人群。

记者调查发现,不少民间机构声称不使用胰岛素而彻底治愈糖尿病,还给出治疗好的病例进行宣传。医生介绍,医院就接诊过糖尿病患儿不使用胰岛素,而是用所谓的“赋能修复因子”配合理疗仓理疗“治疗”糖尿病,最终耽误了治疗。

中南大学湘雅医院神经外科教授李学军介绍,有一些商家利用“三高”病人对健康的渴望进行网络营销,聘请各种网络写手在微信、微博上炮制各种夸大宣传、药到病除的软文,诱导患者上钩。还有不少老年人对于健康的需求与科学养生信息的供给不对等,难以

抵挡推销员的“温情攻势”,购买各种“神药”“特效药”。

一些老年人在服药同时喜欢服用保健品,以为这样是在养生,殊不知是自己加大用药风险。一些糖尿病、高血压老年患者需要服用多种药,还喜欢一边吃药,一边服用各种保健品,这加重了肝肾负担,还可能发生药物相互作用。

专家指出,任何打着治病旗号、有着神奇疗效的保健品都涉嫌虚假宣传。“三高”人群切莫相信有逆转疾病、治愈疾病的“万能药方”,不要盲目轻信一些没有行医资格的黑诊所推出的免费体验、“专家”推荐,以免上当受骗。

专家呼吁,糖尿病、高血压等慢性病患者激增,由于缺乏健康理念和健康专家指导,这些慢性病人在患病初期没有引起重视,有些病人已经达到住院指征却因故拖延,导致慢性病并发症发生,甚至引发严重的心脑血管疾病。防治“三高”等慢性病要做到关口前移,同时提升群众的健康素养,让人们少得病、晚得病。 据新华社

宝宝“春捂”过度 当心患上“捂热综合征”

“春捂秋冻”,初春时节,尤其是早晚,适当“春捂”是必要的。但是对于儿童来说,“春捂”要把握好度,过度春捂可能会引发“捂热综合征”。

“捂热综合征”多发生于1周岁以下的婴儿,特别是刚出生的婴儿,多因过度保暖或捂闷过久的婴儿。这是因为,婴幼儿体温调节中枢功能尚未健全,对外界气温的适应性较差。捂热过久,影响了机体散热,体温就会急剧上升,高热使机体代谢亢进,耗氧量增加出汗较多,加之孩子被困在被窝里,缺乏新鲜空气,导致缺氧。小婴儿无力挣脱捂热环境,长期持续下去会引起体内一系列代谢紊乱和功能衰竭。

把握“春捂”时机,许多疾病的发病高峰与冷空气和降温持续的时间密切相关。最明显的就是感冒、消化不良,在冷空气到来之前便捷足先登。因此,捂的最佳时机,应该在气象台预报的冷空气到来之前24-48小时。

15℃可以视为捂与不捂的临界温度,也就是说,当气温持续在15℃以上且相对稳定时,就可以不捂了。面对温度百变的春天,父母应随天气变化为孩子加减衣服,日夜温差大于8℃是该捂的信号。

宝宝重点“捂”三个部位:

头部:头部血管非常丰富,如果在倒春寒时,没有给孩子做好头部保暖措施,就很容易受寒生病。所以孩子外出时,可以戴一顶帽子。

肚子:人体的主要脏腑对应的位置,就是腰部和腹部。孩子一着凉就爱拉肚子。所以孩子睡觉时,一定要用被子盖好小肚子。

脚丫:俗话说“寒从脚起”,如果孩子的脚部总是冰冰凉,就容易生病。这段时间,尽量给孩子选择保暖舒适的鞋子,不要让孩子提前过度到凉鞋。 据中国天气网

研究发现改善通风可显著降低校内新冠感染风险

意大利戴维·休姆基金会和意大利马尔凯大区合作开展的一项新研究显示,改善教室通风可有效降低感染新冠病毒的风险,室内每小时换气次数达到6次可使新冠病例数降低80%以上。

22日发布的这项研究显示,研究人员于2021年9月13日至2022年1月31日期间,对马尔凯大区的10441间教室进行对比分析,其中316间教室配备了机械通风系统,而其他10125间则没有配备。

研究结果显示,配备机械通风系统的教室中出现新冠病例数明显更少,且通风越好的环境下新冠病例数越少。具体而言,与没有通风系统的教室相比,换气次数达到每小时2.4次的教室内病例数减少40%,每小时换气4次的教室内病例数减少约67%,每小时换气6次的教室内病例数减少近83%。

研究显示,如果安装最高效的通风系统,意大利学生的新冠感染率可以从每十万人中250人感染降至每十万人中50人感染。

据新华社

便民资讯 25日五四路部分用户停水

因供水设施施工,五四路西起朝阳大街东至惠政街南北两侧拟定于25日9:30至26日9:30停水24小时(突发情况除外)。本次停水作业将影响以下区域用水:铁路电气化建筑处生活、王成贵、华北终端公司宿舍、四里营返迁楼生活及商业、四里营电机厂、微生物研究所等。请以上区域用户做好储水准备。

停水期间,请关注与重视消防安全工作。敬请居民在停水期间关闭家中水龙头,避免恢复供水时给您造成不必要的损失。停水及初送水期间可能对附近区域用户造成短时水质变化,如出现水油现象打开水龙头排净即可。其它未明事项,请致电保定供水24小时尚水服务热线3030111问询。



市长热线12345

报警110

火警119

急救中心120

交通肇事122

数字化城管2036110

315热线12315

天气查询96121

火车站问事处7942222

价格举报12358

食品药品举报12331

环保举报12369

市政2030111

供水3030111

燃气3272111

供电3295555

公交3010111

路灯2027111

高速服务96122

铁路客服12306

客运中心5972888

文化市场举报电话12318

莲池区315热线:6275315

竞秀区315热线:3250315