

雨水暂歇 我市气温略降 但体感仍闷热

保定晚报讯(记者杨洪光 通讯员徐义国)未来三天,我市最高气温在32℃到31℃。今天我市雷阵雨转多云,之后雨水暂歇,明天天气晴间多云。虽气温略有下滑,但体感将继续闷热,公众依然应当注意防暑降温,及时补充水分。

未来三天我市气温略下滑

据市气象台预测,29日雷阵雨转多云,西南风转东北风2-3级,32℃~26℃。

30日晴间多云,北风转东北风2-3级,32℃~26℃。

31日多云,东北风2-3级,31℃~26℃。

我省多雨局地有大暴雨

今天白天,承德南部、唐山、秦皇岛、廊坊北部、沧州东部、衡水东部、邢台东部、邯郸东部阴有中到大雨,部分地区有暴雨,局地有大暴雨;张家口、承德西部、保定西部、石家庄西部阴转多云;其他地区阴有小到中雨。降雨时局地伴有雷电、短时强降水、短时大风等强对流天气。

今天夜间到30日,唐山、秦皇岛、沧州东部、衡水东部、邢台东部、邯郸阴有雷阵雨或阵雨转多云,其他地区多云间晴。

30日夜间到31日,中部和西部地区多云转阴有雷阵雨,其他地区多云间晴。

今天到30日,石家庄、沧州及以南的部分地区最高气温35℃~38℃。

华北东北降雨连连 需警惕次生灾害

今天,随着高空槽东移并加深为



陈杰 摄

冷涡,华北、东北一带降雨连连,需警惕雷暴大风、冰雹等强对流天气,明天上述地区降雨将减少减弱。同时,华东地区近三天将维持多雨的天气格局,部分地区雨势猛烈。

中央气象台预计,今天,内蒙古东北部、黑龙江北部、吉林中部、辽宁北部、江苏南部、上海、浙江中东部、广东南部等地的部分地区有大到暴雨,其中,浙江中东部等地的部分地区有大暴雨。

明天,江苏中南部、上海、安徽东部、浙江北部等地有大到暴雨,部分地区有大暴雨。

气象部门提醒,7月23日以来,西北地区东部、华北北部、东北西部一带出现强降雨,且雨带位置较为稳定、累计雨量大,河北等地还遭遇了罕见的极端强降雨,近三天上述多地降雨仍将持续,建议公众避免前往山区、河道等隐患区域活动,持续警惕

地质灾害、山洪、泥石流、滑坡等各类次生灾害。

本周,中东部高温闷热天气耐力持久,大范围高温将主要出现在华北南部、黄淮、江汉、华南以及陕西关中、四川盆地等地。其中,西安、重庆本周高温将全勤打卡,且最高气温维持在40℃上下,酷热难耐。

不仅白天热,中东部不少地方夜间最低气温也较高。陕西关中、河南、四川东部、湖北等地部分地区最低气温将接近甚至超过30℃,暑热将昼夜无休。

中国天气网提醒,多地高温持续,建议公众及时补充水分,尽量避开高温时段进行户外活动,外出需做好防暑防晒措施。出汗过多时,喝点淡盐水可及时补充电解质,如果出现中暑症状,应及时转移至阴凉通风地带,情况严重需立即就医。

我市发布中小河流洪水气象风险预警

保定晚报讯 保定市气象局、保定市水利局、保定市应急管理局7月28日17时联合发布中小河流洪水气象风险预警。

受降水和上游来水的共同影响,预计7月28日20时至7月29日20时,府河等河流产流或起涨风险高,主要影响莲池区、清苑区等地。瀑河、漕河、界河、中易水等河流产流或起涨风险较高,主要影响易县、徐水区、满城区、顺平县、定兴县等地。拒马河、北拒马河、南拒马河、北易水河、唐河、孝义河等河流有一定产流或起涨风险,主要影响涞源县、易县、涞水县、涿州市、高碑店市、唐县、望都县、安国市、博野县、蠡县、高阳县等地。请上述区域做好中小河流洪水监测预警、巡查防守、转移避险等防范工作。

我市发布山洪灾害气象风险预警

保定晚报讯 保定市水利局和保定市气象局7月28日21时联合发布山洪灾害气象风险预警:预计7月28日22时至29日20时,涞水县东部、易县、满城区、顺平县、易县东部、徐水区、唐县、曲阳县局地发生山洪的可能性较大(黄色预警);涞水县西部、易县西北部、涞源县中部和南部、阜平县、唐县西北部可能发生山洪灾害(蓝色预警)。

请各地密切关注降雨情况,强化山洪灾害监测,及时发布预警信息,提前组织群众转移避险,确保人民群众生命安全。

防治肝炎,这些知识你了解吗?

肝炎是危害人类健康的公共卫生问题之一。肝炎有哪些类型?病毒性肝炎可以治愈吗?如何预防肝炎?关于肝炎防治的这些知识,听听专家怎么说。

中华医学会肝病学会副主任委员、空军军医大学西京医院消化内科主任医师韩英介绍,通常人们所说的肝炎多数指的是甲型、乙型、丙型等肝炎病毒引起的病毒性肝炎,实际上还有很多因素可以引起肝脏炎症,包括酒精、代谢、免疫、药物、化学毒物、寄生虫等。除病毒性肝炎外,代谢相关脂肪肝病、酒精性肝病、自身免疫性肝病等慢性肝病防治任务也很艰巨。

“病毒性肝炎能否治愈与感染病毒的类型、疾病所处的阶段以及治疗的方式有关。”韩英说,甲型、戊型肝炎大部分可以自愈,经充分休息、合理饮食及适当对症治疗后一般不会转为慢性,康复后也不会对生活质量及生存造成影响。但部分人群如孕妇感染戊肝、慢性肝病患者重叠感染戊肝时病情可能会较重,易发展为肝

衰竭,预后较差。

丙型肝炎目前应用DAA小分子化合物进行8-12周的直接抗病毒药物治疗,几乎所有的患者都可治愈。即使到了丙肝肝硬化阶段的患者,经过24周的治疗,丙型肝炎病毒也可以完全清除,但肝硬化可能还会持续进展。

乙型肝炎目前无法实现彻底治愈,绝大部分患者需要长期控制病毒复制治疗。近年来,部分乙型肝炎的患者应用长效干扰素治疗可以实现功能性治愈。但对于已经进展至肝硬化失代偿期的患者,不能应用长效干扰素治疗,需要长期控制病毒、预防和治疗肝硬化并发症。

空军军医大学西京医院消化内科副主任医师郭冠亚介绍如何预防肝炎:

首先要积极筛查、定期体检。对于查出病毒性肝炎的患者,应积极治疗,避免传染给生活密切接触者,餐具及牙具等也应该分开。生活密切接触者也应检查是否感染。

第二,应及时接种疫苗。乙型肝炎是慢性肝病的主要原因之一,接种疫苗是预防乙肝最有效的手段。丙肝目前尚无疫苗,主要通过避免血液暴露(如不共用针头、文身工具等)及安全性行为等预防。

第三,健康饮食、控制体重,减轻肝脏负担。肝脏是人体的代谢中心,不健康的饮食习惯、严重超重等会增加肝脏的负担,导致脂肪肝等慢性肝病的发生。

第四,避免长期及大量饮酒。长期大量饮酒会造成肝脏细胞持续破坏导致脂肪性肝病,转氨酶等肝功能指标明显升高。

第五,减少非必需药物的口服。许多药物及其代谢产物对肝脏具有毒性作用,随意使用会导致药物性肝损害,生病时需遵医嘱用药。服用可能伤肝的药物,如他汀类降脂药时,应定期监测肝功能,同时要避免自行服用“偏方”“神药”,尤其是成分不明的中药和保健品。(记者 蔺娟)

据新华社

阿尔茨海默病的4种不同发展路径

美国一项新研究揭示了导致阿尔茨海默病的4种不同路径。

美国加利福尼亚大学洛杉矶分校等机构的研究人员近日在英国《生物医学》杂志上发表论文说,他们借助动态时间规整、机器学习的聚类算法等先进算法,分析了加利福尼亚大学健康数据库中近2.5万名阿尔茨海默病患者的电子健康记录,结果发现,阿尔茨海默病的发生并非偶然,而是有着一定的疾病发展轨迹。

这4种路径包括心理健康路径:精神状态异常如抑郁、焦虑等,会导致认知能力下降;脑病路径:逐步恶化的脑功能障碍;轻度认知障碍路径:记忆和认知能力逐渐下降;血管疾病路径:心血管疾病导致痴呆风险。

研究人员介绍,每种路径都表现出不同的人口统计学和临床特征,表明不同的人群可能更容易受到不同路径的影响。以心理健康路径为例,部分患者会先出现高血压,继而发展为抑郁症,最后发展为阿尔茨海默病。

研究人员说,了解阿尔茨海默病如何随时间推移而发展,有助于揭示该病的潜在影响因素,为风险评估、早期检测和有针对性的干预提供新思路。 据新华社

