

★相关链接

“夏季病”频发 医生支招：
做好防晒
及时补水
充足睡眠

日前，记者从鹤山市人民医院获悉，近期该院急诊科接诊的中暑及胃肠炎的患者较多，比其他季节增加了约50%的接诊人次。鹤山市人民医院急诊科主任、副主任医师陈达崇表示：“长时间在高温环境下工作，身体产生的热量增多、散热缓慢，易导致中枢神经和心血管功能障碍、热射病、心血管疾病等，夏季不健康的饮食习惯也易诱发胃肠炎等疾病。”

7月25日，鹤山市人民医院接诊了一名热射病患者。“该患者在桃源镇一工业区的厂房工作时晕倒、昏迷，当时体温高达42℃，病情非常严重。救护车到达后立即实施冰水浴、冰袋降温、吸氧、静脉输注冰凉的生理盐水等抢救措施。”陈达崇向记者介绍，如果厂房通风不够、没有空调，工作环境高温、高湿，加上工人劳动强度高，极易导致中暑，最严重的中暑就叫热射病，而热射病死亡率较高。

那么，高温环境下作业的劳动者应如何做好防暑防晒？陈达崇建议，在高温环境下作业的劳动者要及时补充水分，并保持充足睡眠，避免因睡眠不足导致身体机能变差，还应随身携带十滴水、人丹、藿香正气散等防暑降温药品。同时，保持健康的饮食习惯也非常重要，要尽量以清淡为主，多喝富含优质蛋白的汤类，饭菜须加热和制熟后才能食用，可适当吃一些如西瓜、西红柿、樱桃等红色食物。此外，户外劳动者还应做好防晒措施，尽量穿透气性好散热的长袖衣物，佩戴帽子和口罩，避免皮肤长时间暴露在阳光下。（易航）

酷暑难耐
来这8个“爱心驿站”
避暑纳凉

近年来，为解决户外劳动者“吃饭难、喝水难、休息难、如厕难”等实际问题，鹤山市以“工会爱心驿站”建设为抓手，采取合作共建的形式，在银行、广场、公园、社区等场所设立爱心驿站，为夏日劳动者送上“凉”方，成为展示城市文明和人文关怀的一道亮丽风景。

记者从鹤山市总工会和沙坪街道了解到，据不完全统计，鹤山目前共建成有8个爱心驿站，这些爱心驿站均配备了空调、饮水机、桌椅板凳、雨伞、医药箱、书籍等，配套齐全。户外劳动者可就往前往上述爱心驿站休憩、避暑纳凉。

冒着暑气进来，带着清凉出发。快递小哥杨师傅每天工余时间都会就近到位于鹤山建行大楼的劳动者港湾歇歇脚。“这里服务很周到，有空调，有免费茶水，劳累时有地方休息。”杨师傅说，像他一样的外卖员、快递员每天从早忙到晚，驿站就像流动的家。

记者了解到，目前鹤山市总工会正推动更多职工爱心驿站建设，让更多风吹日晒的户外劳动者有歇脚地，让更多一线职工在酷暑中享受一丝清凉。（易航）

8个“爱心驿站”

珠西物流枢纽中心 江门北站“司机之家”
劳动者港湾 (位于鹤山建行大楼附近)
鹤山公园爱心驿站
北湖公园爱心驿站
南山公园爱心驿站
沙坪街道雁山社区 户外劳动者公共爱心驿站
沙坪街道镇南工业城 职工服务中心
桃源镇竹朗社区 户外劳动者公共爱心驿站

鹤山录得江门地区
今年以来最高气温
未来一周高温持续

7月25日，鹤山市气象站录得最高气温为38.6℃，是今年至目前为止江门地区录得最高气温，也是继鹤山有气象记录以来的第二个高气温，有记录的历史最高气温是2005年7月19日录得的39.6℃。

记者从鹤山市气象台了解到，预计鹤山未来一周高温天气持续，白天最高气温35到37℃。7月30日起天气转不稳定，间中有短时阵雨或雷阵雨。

鹤山市气象台提醒，目前高温橙色预警信号持续生效当中，市民出行注意做好防暑降温等相关工作，尽量避免在午间高温时段长时间户外活动，防范热射病的发生。此外，森林火险黄色预警信号也在持续生效中，要注意森林防火和家居用火用电安全。7月30日起天气不稳定，应注意防御局地强对流天气。（易航）

战高温不服『暑』洒汗水在一线

各方为高温下的劳动者送关怀送清凉

时值盛夏，酷暑难耐。绝大多数人选择在家里或树荫下纳凉，但有一些人仍然在烈日下坚守在一线岗位。他们不畏炎热，不惧酷暑，彰显着劳动人民的本色。

连日来，本报记者兵分3路，深入鹤山街头巷尾、建筑工地、交通要道等地，用镜头和笔触记录下这座城市增添亮色的一线劳动者。他们，是为平安鹤山护航的交警员，是有“城市美容师”之称的环卫工人，是不断刷新城市天际线的建筑工人，是燃气安全“守护神”燃气巡线员……他们是千千万万为城市建设添砖加瓦的所有劳动者。

此外，记者收集整理了鹤山8个“爱心驿站”，为夏日劳动者送上“凉”方，户外劳动者可就前往上述爱心驿站休憩、避暑纳凉。同时还采访到鹤山市人民医院急诊科医生，为高温坚守岗位上的劳动者送上解暑防晒小妙招。

文/图 湛磊 易航 张舜同
通讯员/冯颖聪



扫一扫观看视频

巡警大队中队长 制服被汗水浸湿



爱警护警措施

针对近期高温天气，鹤山市公安局巡警大队积极开展爱警护警工作，通过优化巡特警、交警、派出所巡控机制切实减轻基层一线执勤压力，同时科学安排勤务开展巡控工作，保证基层民警、辅警合理轮休，确保民警、辅警身心健康。还为大家配置饮用矿泉水、藿香正气水、清凉油、风油精等解暑药品，熬制防暑降温的绿豆汤、豆腐花等消暑糖水，为基层民、辅警送上夏日清凉。

7月26日下午，骄阳似火。作为一名鹤山基层巡警，黄培丰带领巡警队员顶着烈日，在鹤山城区一汇新天地周边进行执勤巡逻任务。连日来，夏日热浪席卷不断，高温天气持续不退，酷热天气下，鹤山市公安局广大民、辅警顶着烈日高温，始终坚守岗位，日夜奋战在工作第一线，成为平安鹤山的“护航人”。

据了解，黄培丰自2003年进入鹤山市公安局交警大队，从警19年来一直扎根基层一线，守护鹤山市民群众安全。今年6月，黄培丰转调至鹤山公安巡警大队二中队担任中队长。进

入新岗位，黄培丰每天的任务就是在鹤山城区开展巡逻任务，同时也要兼顾出警、治安维护、防疫等工作。

每天上午8时30分，黄培丰与队员们整理好装备开展巡逻任务。“作为一名巡警，执勤期间必须随时待命，有突发情况要第一时间赶到现场。”黄培丰说。由于执勤工作需要，需要穿着制服，携带警用装备，炎热的天气让黄培丰等基层巡警队员汗流浹背，身上的制服早已被汗水浸湿。

黄培丰说：“虽然近期天气炎热，但我们的基层民警执勤工作不打折扣。我作为一名基层民警、共产党员，

能够保一方平安，提升市民的安全感，为建设平安鹤山贡献一份力量，感到非常自豪。”

据鹤山市公安局巡警大队大队长匡光介绍，当前鹤山正在深入推进夏季治安打击整治“百日行动”和“邑安五大行动”，全面强化社会治安巡控，加强道路交通安全管理，重拳打击街面盗窃等违法犯罪。

“像黄培丰这样的基层民警、辅警们，不惧烈日‘烤’验，坚决维护社会稳定、保障人民安宁，用行动和汗水诠释忠诚，为群众撑起一把‘平安伞’。”匡光表示。

燃气巡线员 每天巡检78公里守护管道安全



户外作业人员消暑措施

为了保障工作人员在户外工作的安全，鹤山华润燃气有限公司还为工作人员发放高温补贴、清凉饮品、防暑劳保用品和预防中暑的药品等。此外，该公司还发布防暑指导文件，进一步指导户外作业人员采取调整工作时间方式，避开高温时段上岗。值得一提的是，该公司还在每天中午为户外作业人员熬制了绿豆糖水等消暑品，并帮他们放入保温瓶等器皿中，方便他们外出携带，在工作期间也能做好消暑措施。

连日来，高温天气覆盖鹤山，燃气管道的安全问题成为群众较为关注的事情。而燃气管道巡线检测员（以下简称“燃气巡线员”）则是守护燃气管道安全的第一道防线。

7月26日上午9时，烈日当空，鹤山华润燃气有限公司燃气巡线员胡永全穿好工作服，带好检修装备后，启动摩托车，前往辖区内各燃气管道点位进行日常巡线检测工作。

胡永全首先来到位于鹤山大道辅路的一处工地进行检查，原来，该工地下方埋有燃气管道，胡永全与工地负责人进行沟通，了解工程进度情况，确保施工过程中不会损坏管道。在做好沟通工作后，胡永全蹲下身子，仔细检查确认无异样后，才松了一口气，前

往下一个点位开展巡线工作。

当天上午10时，记者与胡永全一起来到位于沙坪街道时代广场的燃气管道点位进行巡线，只见他拿出仪器，拉直检测探头，并将探头伸向管道的各连接口处，同时，用右手抚摸各连接口，仔细检查管道是否有漏气的情况。

看似简单的工作，却丝毫不马虎。胡永全告诉记者：“我主要负责龙口镇、沙坪街道和雅瑶镇等区域燃气管道点位的巡线、监护，设备的检查与维护等，每天都会对管辖范围内的燃气管道点位进行检查，每个点位需要反复检查2至3次，再三确认无异样后才会离开，通常我们都要在一个点位检查约10至20分钟后才会

离开，十分考验细心与耐心。每天来回巡线的路程大约有78公里。”

在高温天气下，胡永全身上厚实的工作服已被汗水浸湿。胡永全表示，工作服的材质有防静电、防晒等功能，在进行巡线检测工作时必须穿着的服装，但由于材质的特殊性，穿上后较为闷热。记者亦尝试穿上该工作服，在拉上拉链后，衣服的厚重感较为明显，且不透风，穿上不到5分钟便能感到闷热感，这也让记者了解到燃气巡线员工作的艰辛。

“我们这个岗位就是保护好燃气管道安全的‘第一道防线’，无论风吹雨打、日晒雨淋，我们每天都会做好各管道的巡线检测工作，保障群众的用气安全！”胡永全说道。

环卫工人 顶着烈日清扫垃圾



环卫工人防暑降温措施

针对近期高温天气，鹤山中环洁为切实保障一线环卫工人的身心健康，认真做好一线环卫工人的防暑降温工作，除加大清扫设备投入降低员工劳动强度外，还合理调整高温期间人工作业时间，缩短单次连续作业时间，避开中午烈日暴晒时段。“我们还提前购置藿香正气水、风油精、清凉油、人丹等防暑降温药品，以及矿泉水、毛巾、水壶等用品发放给一线环卫工人，防止一线环卫工人因高温中暑造成伤害。”鹤山市中环洁公司相关负责人说。

打扫街道、清运垃圾、冲洗路面……7月25日凌晨5点，来自鹤山市中环洁的“老环卫”罗巧珍便开始了一天辛苦而又繁重的工作。

罗巧珍之所以被称为“老环卫”，是因为她从事鹤山环卫工作已有23年之久。据了解，早在1999年，年仅27岁的罗巧珍便成为了鹤山市一名普通环卫工人，这一干就是23年。多年如一日，罗巧珍现在已经成为带班班长，每天天未亮便起床走上工作岗位，第一件事就是给30多名清洁队员分配一天的环卫清洁工作任务。

务，叮嘱大家认真完成一天的工作。

25日下午，记者在置业花园小区见到罗巧珍，她正顶着烈日，清扫小区道路的落叶和垃圾。“我们队主要负责沙坪街道南山社区、东升社区、东兴社区、祥盛社区等片区的垃圾清扫、清运工作。每天一大早队员们除了要清扫路面，还要深入各社区垃圾收集点清运垃圾，同时要将垃圾桶清洗干净。”罗巧珍说。

罗巧珍告诉记者，近年来鹤山城区面貌越来越美丽，大多数市民群众的环保意识都有了很大的提升，但是

也有一些不文明的现象。“例如现在养宠物的人多了，我们在置业花园小区经常要清理很多宠物粪便，我们希望广大市民群众能够文明养宠，一起来守护城市家园环境，同时也为我们环卫工人减轻一点工作压力。”罗巧珍说。

据了解，为更好地提升城市文明，今年初，鹤山通过政府购买服务的方式正式引入中环洁环境服务有限公司，成立鹤山中环洁环境服务有限公司（下称“鹤山中环洁”）全面负责鹤山沙坪城乡环卫运营管理工作。

建筑工人 挥洒汗水在一线



工地作业人员防暑方案

高温状态下施工环境恶劣，为保障工地作业人员的身心健康，工地项目方调整了户外露天施工作息时间。任超贤说：“我们制定了防暑方案，采购矿泉水、糖水、西瓜等消暑品，每天都会供应发放。因为天气炎热，现在在工作时间也有调整，早上上班时间调整为6:00到11:30，下午15:30以后再继续进行工作。”

七月的鹤山，“火炉”威力尽显，全城进入“烧烤”模式。7月27日上午10时许，鹤山城区最高气温达35℃，记者站在外面不到5分钟就已经满头汗水。在沙坪街道第六小学新建教学楼建筑工地上，记者看到，十余名建筑工人正在搬运泥沙、路侧石，一台挖掘机正在工地清理建筑杂物。在强烈阳光的照射下，每个工人衣服都被汗水浸透，脸部也因为常年风吹日晒变得

黝黑。

路侧石铺装师傅张福强是贵州来鹤山务工人员，他将一块块重约40斤的路侧石，四五块一车搬运上拉车，再运至需要铺装的工地上，用锤子敲打加固。在太阳的炙烤下，拉车和路侧石已经开始烫手，他拉着炙热的搬运车挥洒汗水。

“老张，这里太热了，你们趁着休息千万别中暑了，去休息室吃点西瓜

解解暑。”记者在现场看到，该工程承建方鹤山市江逸建筑有限公司现场负责人任超贤正在让工人们轮换着休息，他向记者表示：“该工程的教学楼主体建筑已经建设完成，目前做的主要是路侧石铺装和地面铺装工程，工人们每天坚持作业，非常辛苦，确保工程按计划完工。”

一座现代化教学建筑平地而起，靠的是一线建筑工人不畏艰辛、不畏酷暑，用双手和汗水浇灌。