

# 警惕“高温杀手”热射病

## 医生提醒:大量出汗后要及时补充电解质

江门自入伏后,气温节节攀升。持续高温之下,“高温杀手”热射病的发病率也有所增加。近日,45岁的刘叔(化名)在豆腐坊工作时出现高烧症状,家人紧急将他送至江门市五邑中医院急诊科。接诊时,刘叔处于谵妄状态,体温超过41℃。“是热射病!”抢救医生当机立断,采取紧急降温,最终刘叔转危为安。

多地发生因热射病造成生命危险的案例,让人们对于热射病有了更多认识,并意识到其危害性。江门市五邑中医院急诊科副主任医师甄汉华提醒,热射病发病急,病情进展快,并发症多,如果得不到及时有效的救治,病死率高达80%以上。若发现有人疑似患热射病时,应尽快拨打急救电话,并在医护人员到达前给患者迅速降温,如用凉湿毛巾或冰袋冷敷头部、腋下及大腿根部。

文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 赵晓东 刘森



### 医学指导

甄汉华:江门市五邑中医院急诊科副主任医师,毕业于暨南大学医学院,广东省中西医结合学会急救医学专业委员会委员,广东省基层医药学会心脏大血管诊治专业委员会委员。擅长危急重症、内科常见疾病的诊治,尤其在危急重症的救治方面有丰富的临床经验。熟练掌握气管插管、深静脉穿刺、经皮扩张气管切开、纤维支气管镜治疗、呼吸机支持、床边超声评估等急重症技术。



### 高温天在密封环境工作易导致热射病

中暑是夏季较为常见的热损伤性疾病,由轻及重可以分为先兆中暑、轻症中暑和重症中暑。重症中暑又分为热痉挛、热衰竭和热射病。

其中,热射病是指核心温度迅速升高,超过40℃,伴有皮肤灼热、意识障碍。“患者还会出现谵妄、惊厥、昏迷,并伴有多器官功能障碍。”甄汉华补充道,热射病会导致脏器损害或多器官功能障碍综合征。

区分热射病和一般中暑的有效方法就是看患者是否出现意识障碍以及脏器功能的损害。“一旦出现了意识障碍,如脑子不清楚,常伴有多个器官(肝脏、肾脏、横纹肌、胃肠)功能的障碍,以及严重凝血功能障碍等,就可以判断为热射病。”甄汉华介绍。

刘叔是一名豆腐坊制作

个体户。每天清晨5点天没亮,就进到豆腐坊工作,一直到早上7点左右。豆腐坊只有一台旧式排气扇,不通风、散热差,里面就会十分闷热,容易导致热射病。

到医院就诊两天前,刘叔曾高烧至39℃,其间伴有恶寒、肢倦、鼻塞、流涕,经当地门诊治疗,症状没有改善。就诊当天中午,他在家休息后仍恶寒、疲倦,脸色发黄,自行服用莲花清瘟胶囊,半个小时后神志不清、大汗淋漓。家人发现后,急忙将刘叔送到江门市五邑中医院急诊科求救。

在急诊室,医生看见,刘叔烦躁不安,体温已升至41.5℃。经过病史询问,发现其有糖尿病史,当天仍坚持在豆腐坊工作。综合床边生化、床边血气分析等检查,医生诊断刘叔为热射病。



### 急诊科和ICU医护人员接力抢救患者

热射病是最严重的重症中暑,通常由于高温、高湿、无风等外部环境原因,及剧烈运动或强体力劳动,导致机体产热过多。“当机体产热大于散热,积累到一定程度,体温超过40℃,就会损伤人体各个器官。”甄汉华说,这个过程如同人体各器官都被加热过一次。同时,热暴露会造成全身炎症反应,人体释放大量炎症因子,引发多器官功能障碍致人死亡。

甄汉华介绍,有效防控热射病,首先要了解热射病的预警信号。一旦自己或周围人出现:烫,自觉身体发烫(从里向外发热);晃,异常疲倦,走不稳像醉酒一样;晕,头晕、意识模糊、抽搐;乱,出现脸白、心慌、气短、恶心、呕吐、腹痛、腹泻等症状,极有可能是发生热射病的先兆,要高度警惕并立即采取措施。

甄汉华表示,由于机体体温调节功能退化或功能不全,老人、小孩等特殊群体,要避免长时间处于高温高湿环境。体重过重人群,也容易出现机体散热功能不佳。此外,在工作中需要面对高温环境的群体,如户外作业的建筑工人、炼钢工人、环卫工人等,要注意及时降温并补充水分。经常熬夜的人,机体的免疫力和抵抗力会下降,也容易发生热射病。

甄汉华表示,由于机体体温调节功能退化或功能不全,老人、小孩等特殊群体,要避免长时间处于高温高湿环境。体重过重人群,也容易出现机体散热功能不佳。此外,在工作中需要面对高温环境的群体,如户外作业的建筑工人、炼钢工人、环卫工人等,要注意及时降温并补充水分。经常熬夜的人,机体的免疫力和抵抗力会下降,也容易发生热射病。



### 哪些人容易中暑导致生命危险?

根据发病原因和易感人群的不同,热射病分为劳力型热射病和非劳力型热射病(又称“经典型热射病”)。劳力型热射病主要由于高强度体力活动引起机体产热与散热失衡而发病。非劳力型热射病主要由高温和(或)高湿环境因素引起,通常没有剧烈的体力活动。

甄汉华表示,由于机体体温调节功能退化或功能不全,老人、小孩等特殊群体,要避免长时间处于高温高湿环境。体重过重人群,也容易出现机体散热功能不佳。此外,在工作中需要面对高温环境的群体,如户外作业的建筑工人、炼钢工人、环卫工人等,要注意及时降温并补充水分。经常熬夜的人,机体的免疫力和抵抗力会下降,也容易发生热射病。

甄汉华表示,由于机体体温调节功能退化或功能不全,老人、小孩等特殊群体,要避免长时间处于高温高湿环境。体重过重人群,也容易出现机体散热功能不佳。此外,在工作中需要面对高温环境的群体,如户外作业的建筑工人、炼钢工人、环卫工人等,要注意及时降温并补充水分。经常熬夜的人,机体的免疫力和抵抗力会下降,也容易发生热射病。

### 延伸阅读

#### 出现中暑如何处理?

日常生活中,出现中暑应如何处理?甄汉华表示,对中暑患者,应使其迅速脱离高温环境,进入阴凉处或空调房内,脱掉衣物,将身体摆成“大字形”,有条件的可使用能调节体温的电子冰毯、冰帽。此外,还可用盐水、冷水擦拭中暑者身体,尤其是腋下、大腿根部等部位,通过水分蒸发实现降温。中暑后要多饮水,尤其是电解质水,能补充钠、钾等无机盐。

甄汉华提醒,在高温高湿环境下进行户外活动时,不要长时间暴露在阳光下,应定时在阴凉处休息。同时,要注意及时补水,可多喝消暑的汤食,如绿豆汤、西瓜饮等。如大量出汗后,要及时补充电解质。此外,还可随身携带藿香正气水、十滴水、人丹等中药。

甄汉华提醒,在高温高湿环境下进行户外活动时,不要长时间暴露在阳光下,应定时在阴凉处休息。同时,要注意及时补水,可多喝消暑的汤食,如绿豆汤、西瓜饮等。如大量出汗后,要及时补充电解质。此外,还可随身携带藿香正气水、十滴水、人丹等中药。

## 江门市技师学院

### 国家重点 公办院校

学院始建于1963年,是全国首批国家级重点技校、技师学院、国家高技能人才培训基地、一体化教改示范单位、全国中职教育改革发展示范学校,被国务院授予“全国就业先进工作单位”,先后两次被中华全国总工会授予“全国职工教育培训示范点”。学院被誉为江门侨乡工业战线的“黄埔军校”“广东技工教育的一面旗帜”。

学院设有先进制造系、汽车工程系、传媒设计系、现代服务系、机电工程系等教学系,开设30多个专业,在校生1万余人。学院与200多家企业建立良好的校企合作关系,毕业生就业渠道多、质量高,供不应求。

## 报读 江门市技师学院

### 技能成就美好人生

**技能学历双丰收**  
全日制证书 可考编入伍  
高级工(大专) 预备技师(本科)

**就业抢手待遇好**  
技能在手,就业供不应求  
实用顶用,待遇高前景好

### 全国县镇、农村户籍学生

## 可申请免学费就读

学院微信公众号 扫码报名

联系电话:  
0750-3881213 18026881840

# 环游北国 炫彩秋摄

## 南方之星纯玩专列15天游

赶上秋季的列车,沉浸式感受大地的秋季调色盘

## 巴起游

- ◎ 红叶之都—本溪
- ◎ 红色之城—丹东
- ◎ 世界奇观—红海滩
- ◎ 人工天河—红旗渠
- ◎ 绝壁公路—郭亮村
- ◎ 天边草原—乌拉盖
- ◎ 超美火车站—阿尔山
- ◎ 七彩五花山—伊春
- ◎ 世界地质公园—五大连池

# 4999

元起

9月10日广州始发直达

专列医护随行

全程0购物

识别二维码获取行程

伊春五花山

梦幻阿尔山

乌拉盖九曲湾

大方旅游、江门中旅、江门国旅、飞扬旅游、春秋国旅、交通国旅、阳光假期、恩之旅、粤游国旅、华航游旅、枫叶国旅、广之旅、小蜜蜂、侨都旅游、广视旅游、星汇旅游、乐行国旅、方健旅游、金马旅游

以上各营业网点均可报名! 咨询电话: 13824048678、3502673 广告