

## “热死人”不是开玩笑！多地多人确诊热射病.....如何防治？

夏日炎炎，持续高温，人们常说“热死人了”，有时这并非是一句玩笑话。

今年全国各地，已有多人确诊“热射病”，有的患者因此昏迷乃至死亡。

多地陆续有人确诊热射病

### 1 浙江丽水

7月6日，浙江丽水，一名49岁的男性患者被工友送到丽水市中心医院，工友称他在车间工作时突然昏倒，患者入院时体温40.7℃，已经休克。经检查，患者多脏器功能衰竭并伴有弥散性血管内凝血，经过31个小时抢救，于8日凌晨去世。

该院近一周已接诊3名热射病患者，一名70岁女性在家没注意防暑，午睡时出现高热、意识模糊等现象，送医时体温达42.5℃，多脏器衰竭，目前仍在抢救。

### 2 河南郑州

河南省郑州市一名男子因为中暑突然昏迷，被送到医院的ICU病房抢救时，医生监测他身体的核心温度已经达到了42.3度，体内所有的脏器就像在水里“煮”过一样。

### 3 江苏南京

江苏南京一名37岁的装修工人连续在高温环境工作4小时后，出现头晕、频繁呕吐的症状，被确诊为热射病。据了解，这是今年南京首例热射病患者。

什么是热射病？

要了解热射病，离不开“中暑”这个关键词，通俗地理解，热射病就是最危险、最严重的中暑，具有很高的病死率。



根据2019年首发于《解放军医学杂志》网络版的《中国热射病诊断与治疗专家共识》：热射病是由热损伤因素作用于机体引起的严重致命性疾病，是指暴露在热环境或者剧烈运动导致的机体产热与散热失衡。

热射病典型症状就是核心温度升高 $>40^{\circ}\text{C}$ 、中枢神经系统异常，例如精神状态改变、抽搐或昏迷，并伴有多器官损害，严重者危及生命。

// 哪些人容易患上热射病？ ↓

1

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，常见于夏季剧烈运动的健康青年人，比如在夏季参训的官兵、运动员、消防员、建筑工人等。

2

经典型热射病：常见于年幼者、孕妇和年老体衰者，或者有慢性基础疾病或免疫功能受损的个体，通常是被动暴露于热环境引起机体产热与散热失衡而发病。

如何救治与预防？

//一、先期预防是关键

1

高温天气下需尽量避免在 11 至 16 时外出，如必须外出则要做好防暑防晒的准备；特别是户外工作人员在高温天气到来时注意防暑降温，及时补水补充盐分；

2

出门可佩戴宽帽檐的遮阳帽、太阳镜，并涂抹 SPF15 或以上的防晒霜。此外，要备好防暑药品；

3

保证充足睡眠，让大脑和身体得到充分放松，可以通过佩戴眼罩等方式改善睡眠环境，从而保证睡眠质量。

// 二、现场救护很重要

1

最好赶紧物理降温（用湿的凉毛巾放置于患者的头部和躯干部以降温，或将冰袋置于患者的腋下、颈侧和腹股沟处）。

2

严重者肌肉会因热射病发生不自主地抽搐。发生这种情况不要在病人的嘴里放任何东西，不要去刻意束缚其抽搐的肢体，可用软物（床垫等）垫在病人身下。如果发生呕吐，请将患者头偏向一侧以确保其呼吸道通畅，防止误吸。

3

及时拨打 120 就医。

来源：“国家应急广播”微信公众号