

哀牢山4名地质队员疑似因失温遇难

失温多可怕?为何会反常脱衣?

哀牢山4名地质队员疑似因罗盘失灵而延误时间,从而造成补给物资不够,并最终因失温而遇难。

搜救队员表示,有一名遇难者反常脱衣,露出腹部,脸上还有笑容,而反常脱衣正是失温的典型特征。当然,具体情况还要等待官方调查结果。

什么情况下会失温

提到失温,很多人会认为这是严寒的环境中才会发生的事情。其实,失温现象全年都可能发生,尤其是突发降温、降雨、大风天气时,更容易发生失温现象。

比如,在上一轮寒潮南下时,广东省佛山市白天还是炎热天气,然而,下午下班时,气温骤降,还下起了瓢泼大雨。骑摩托车回家的熊先生,只穿了一件短袖上衣,在降温、降雨过程中,他感觉非常寒冷,于是将车尾箱里的雨衣披上,但依旧没有好转。很快,熊先生就被冻得手脚失去了知觉。在最后的紧要关头,他拨打了110,还没

来得及说清自己的具体位置,就无法说话了。

幸运的是,民警非常给力,大约在20分钟后就找到了他。此时的熊先生,手脚哆嗦,口齿不清,嘴唇青紫,如果民警再晚来一会儿,就可能发生严重事故。

这4名地质队员在哀牢山失联期间,就有专家担心他们会遭遇失温,原因是当地最低气温只有10℃。此外,在对流层中,海拔每升高1000米,气温就会下降6℃。

在4名队员失联期间,当地还连续三天出现了降雨。水带走体温的能力比空气强得多,如果衣服被打湿,体温降低速度就会加快。再加上在野外考察过程中,4名队员所带的补给不够多,取暖设施有限,就可能发生失温现象。

为何会反常脱衣

反常脱衣是失温症状的典型表现,但并不是所有失温的人都会反常脱衣。

轻度失温 温度、湿度和风力大小是导致失温的最常

错误做法:揉搓四肢



见因素。当核心体温下降到33℃—35℃时,人会明显感觉到寒冷,身体会不自觉地颤抖,双手麻木,无法完成复杂的动作,体表还会出现鸡皮疙瘩。

中度失温 当人体的核心体温降低到28℃—32℃时,身体会将浅层的血管收缩,减少血液散热,以保持身体重要器官的温度。但如果接下来没有得到及时救助,人体将无法继续收缩血管,原来收缩的浅层血

管将会扩张,血液会回流到体表,造成“热起来了”的假象,从而使人脱衣。

其实这一阶段非常危险。由于肢体表面温度上升,而核心体温却在快速下降,因此,如果没有得到及时救助,人就可能重度失温,甚至死亡。

重度失温 当核心体温降低到28℃以下时,人会无法行走,甚至昏迷,呼吸和脉搏也会显著减慢。此时的失温者,情况非常严重,需要及时救治。

如何预防失温

如果遇到突然降温、降雨、大风等极端天气,如非必要,最好不要外出,已经外出的,最好就近找个地方躲避。

喜欢户外运动的人,在补给中一定要随身携带保温毯、高热量食物等,尤其是在身处山区时。山区容易发生局部小范围极端天气,天气预报难以预测。如果遇到降温、降雨或大风天气,就要将保温毯套在衣服里面,否则大风、暴雨有可能造成保温毯破裂。

救助失温的人时,千万不要揉搓其四肢,以免其核心体温继续下降。正确的做法是将对方带到干燥、温暖的地方,或者寻找避风挡雨的地方。如果对方的衣服已经湿透,就要将对方的湿衣服脱下。湿衣服非但无法保暖,还会进一步导致体温下降。如果有条件,就应增加对方的保暖衣物,然后再对失温者的核心区域进行加热。同时,还要联系医院,等待救援。

据“钟铭聊科学”

膝盖“咔咔”响是怎么回事

网友“终点”问:上楼时,我的膝盖总“咔咔”响,有时还会感觉有点疼。这是什么毛病?吃氨基葡萄糖可以缓解吗?

沧州市人民医院医生崔婷:可能是膝骨关节炎。30岁以后的人,就可能出现骨关节炎,其中膝骨关节炎最多见。膝关节一边增生、一边退化,软骨磨薄了,关节一摩擦就会疼。

患者上下楼应乘电梯,不要爬楼梯,平路也不要走太久。可以吃些氨基葡萄糖,但作用并不是立竿见影的,至少要坚持3个月,可以长期服用。如果关节疼得厉害,

害,吃布洛芬等止痛药就可以了。

另外,膝盖的韧带、半月板受了伤,膝盖也会疼,多休息、少走路、少下蹲,过一段时间就能好一些。

凌巍 整理

为方便更多读者咨询,本报已建立两个健康交流群。欢迎扫描二维码与管理员联系,进入“沧州晚报健康交流(1)”或“沧州晚报健康交流(2)”。



3岁至11岁人群 接种疫苗的注意事项

可接种的新冠疫苗有哪些

现在,我国批准使用的疫苗有3种技术路线,一是接种1剂次的腺病毒载体疫苗,二是接种2剂次的灭活疫苗,三是接种3剂次的重组蛋白疫苗。

目前,我国批准3岁—17岁人群紧急使用的疫苗仅有灭活疫苗这条技术路线,包括国药中生北京所、武汉所新冠病毒灭活疫苗和科兴中维新冠病毒灭活疫苗,需接种2剂次,中间间隔3周—8周。

接种疫苗是否安全有效

接种新冠疫苗是控制新冠肺炎疫情传播的重要措施。根据国务院联防联控机制安排,我国前期已经为12岁以上的人员接种了新冠病毒疫苗。在前期疫苗接种

工作的基础上,我国加快了新冠病毒疫苗在3岁—11岁人群中使用的相关研究。

根据科研攻关组疫苗研发专班的专家论证意见,新冠病毒灭活疫苗在3岁—11岁人群中安全性和免疫原性与18岁以上的人群没有显著性差异。

接种其他疫苗应注意什么

3岁—11岁儿童接种新冠疫苗后,如需再接种其他的免疫规划疫苗或者非免疫规划疫苗,需间隔14天以上;如事先接种了其他的免疫规划疫苗或者非免疫规划疫苗,则需要间隔14天以上再接种新冠疫苗。但需注意,如果遇到被动物咬伤或者有意外伤等情况,需要接种狂犬病疫苗和破伤风疫苗时,就可以不考虑上述时间间隔要求。

宗合

何以报德 唯有报德

报德老酒,清香型46度,是白酒最古老的香型。它纯粮酿造,传统固态发酵,并以老酒、老味、老口感,清爽醇厚,好喝不伤身,入胃不上头的特点著称。



沧州本土原酒 报德老酒 淘酒热线:15612736988