

2020夏日民生聚焦

沪上多家医院反映,因感冒前去就医的患者人数今年明显少了,建议市民继续紧绷个人防护这根弦

申城今夏气温多变,市民要谨防“热伤风”

■本报首席记者 唐闻佳
记者 李晨璇

前两天还冷飕飕,一转眼,“今日份夏日热浪”已席卷申城,热浪翻滚,令人难受。昨天,记者在上海多家医院发现,在急诊就诊者中,因头疼、脑热、鼻塞前来求医问诊的不少。当前正值疫情防控常态化阶段,不少市民对发热十分敏感,直言心里有点慌,主动到医院“排疑”。好在大部分患者仅是普通感冒。对此,医生提醒:伤风感冒从来不是冬天的专利,这个夏天气温多变,广大市民尤其要预防“热伤风”。

气温如过山车,发热门诊迎来不少“排疑”患者

“前天还好好在上班,昨天突然发烧了,赶紧请假来医院发热门诊,好在排除了新冠,就是普通感冒。”在发热门诊走一遭的市民徐先生,真切体会了一次“拉响警报”的感觉——因为他的发烧,整个办公室进入“一级戒备”。

而回忆这次“莫名其妙”的发烧,徐先生感觉,主要是因为前几日梅雨天,气温才20多摄氏度,自己淋雨后进了空调房,一冷一热,身体微恙。“这几天忽冷忽热,周五外出还需要穿件外套,到周六就可以穿吊带衫了,这种天气很容易引发感冒。”上海瑞金医院急诊科副主任盛慧球说,近期因发烧来医院就诊者都需按流程进入发热门诊排查。

据介绍,这类感冒民间俗称“热伤风”,而与之相对的是“冷伤风”。“冷伤风”大多因为患者过度疲劳或受到风吹等情况所致,多见于秋冬季。“热伤风”大多因温差所致,比如患者刚刚还在闷热的天气里,突然进入到一二十摄氏度的空调房里。不少医生提醒市民:今年夏天天气如过山车,温差在24小时内可以达到10摄氏度,所以尤其要当心“热伤风”。“热伤风”并不可怕,对症治疗即可,但若由此导致免疫力低下,可能容易被其他病毒细菌感染,这就需要引起注意了。

超长梅雨季让细菌有了可乘之机

与成人不同,小孩发烧有时如同“蹄猴”,一下子会飙到很高的温度。疫情之下,这类情况让不少家庭如临大敌,只好带着孩子前往发热门诊诊断、排疑。前天傍晚,上海市儿童医院发热门诊就来了一对兄弟。其中,2岁的睿睿(化名)一度烧至40.2摄氏度。“我们已经在门诊看了两天,可是口服药物效果不明显。”眼看孩子的体温不降反升,妈妈急得不行。

经详细排查,医生找到了病因:罪魁祸首是孩子腋下皮肤软组织感染,皮肤皱褶处已出现明显红肿热痛。

今年,上海的梅雨季已持续40天,“超长待机”的梅雨搞得到处“湿答答”,也让细菌、真菌有了可乘之机。上海市儿童医院消化感染科主任张婷说,与睿睿相仿,最近到医院来看病的患者中,受感染困扰的小患者不在少数,而感染的表现之一就是发烧。所幸,睿睿于当晚收治入院后,经过及时治疗,体温已恢复正常,三五天内可以出院。

张婷特别提醒家长:夏季是胃肠道疾病高发期,近期医院的消化感染门诊里,上腹胀、消化不良的孩子已经多了不少,严重的消化不良会造成肠道黏膜屏障功能损伤,由此增加肠源性感染风险,导致发热等病症。出梅后就是盛夏,市民更要警惕食源性胃肠道感染,要关注食品安全,要明白冰箱中的细菌也会污染食物。

此外,夏季也是儿童手足口病的高发季。张婷说,只要个人防护做得好,手足口病发病率就会少,建议家长不要存侥幸心理,该打的疫苗还是要打。

抓住感冒减少的好势头,做好防护迎盛夏

值得注意的是,多家医院急诊科、呼吸科医生在接受本报记者采访时都提到一点:今年,感冒明显少了。

“一般而言,到了梅雨季上呼吸道感染发病率相对较高,今年的就诊高峰似乎没来。”在上海市第一人民医院呼吸科主任医师郭海英的专家门诊,常见的上

呼吸道感染、急性支气管炎等疾病较往年同期均下降不少。

郭海英认为,这与不少市民眼下注重个人防护有关,戴口罩、勤洗手、不扎堆、不聚集,交叉感染明显少了。“疫情期间,大家改变了生活习惯,极大地减少了通过飞沫传播、接触传播而感染的疾病。”郭海英呼吁,市民务必要坚持并继续保持这些良好的健康习惯,而还未养成习惯的市民,也要尽早穿牢“防护衣”。

如今,申城已入伏,三伏天炎热,人最容易出现痱子症状,即有倦怠、低热、全身无力、胃口差等表现,“热伤风”也与之相关。对老人、孩子等免疫力相对较弱的群体,上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院老年科副主任医师谢吟灵开出三条防护建议:锻炼有节、吹空调有度、饮食清淡有规律。

“不少老人认为,夏季锻炼出汗,可以祛湿排毒,对健康有利。其实,出汗过多反而更易耗气伤津,诱发或加重痱子症状。”谢吟灵建议,老年人在夏季可采用打太极拳、散步等舒缓型的运动方式,尤其应尽量避免在阳光下运动。现代人的夏天离不开空调,但老年

群体则容易出现“分化”:有的老人担心空调吹多了对身体不好,同时又不舍得电费,所以宁愿“扛热”也不开空调;有的老人则贪凉,从早到晚开着空调。

在谢吟灵看来,这两种态度都对健康不利,炎炎夏日“扛热”是导致老年人痱子甚至中暑的重要诱因,过度吹空调则会影响到人的肺部,导致免疫力下降,一旦使用空调时还进进出出,“一会冷一会热”,更容易打乱身体调节功能,诱发痱子症状。所以,建议老人在上午11点至下午4点这个最炎热的时间段使用空调,早晚开窗通风。

中医常说“饮食清淡”,谢吟灵还有一则特别提醒:不少老人误把夏季清淡饮食理解为“吃素”,这对健康极为不利。“人体在夏季消耗的营养增多,而脾胃的运化功能又比较脆弱,如只注意清淡,而不注意营养均衡,人的体质会迅速下降,乏力、消瘦、容易疲劳的痱子症状反而会加重。”

今迎入伏后首个高温日,上海出梅已不远

截至昨日今年梅雨季已达40天,“炎热”将成下周天气关键词

本报讯(记者史博臻)今年梅雨季仍在超长“待机”中。从6月9日入梅至昨天,上海今年梅雨季已长达40天。今年副热带高压犹犹豫豫,三番两次北进又南撤,导致梅雨欲去还留。根据最新的数值预报分析,

环流已在调整当中,下周北方进入主汛期,上海出梅指日可待。

隔壁的浙江省昨天宣布出梅。气象专家表示,入梅、出梅通常都是遵循从南向北的规律,浙江处在上海的南边,因此,比上海

出梅早是正常的。由此推断,上海出梅也为期不远了。

本月16日,上海正式入伏,今年三伏天长40天。告别前几日的凉爽,三伏天的威力即将显现。根据天气预报,今天上海将

迎来入伏后的首个高温日,阳光和西南风并存,相当于露天免费蒸桑拿,最高气温直冲36℃。另外,“炎热”将成为下周上海天气的关键词,副高发力,热浪来袭,35℃高温天将占据半壁江山。

长江中下游汛情和险情总体可控

国家防办、应急管理部:未来太湖及河网地区较长时间内还会处于超警状态

当前,全国防汛进入“七下八上”阶段,防汛形势严峻,尤其是长江中下游、太湖及淮河流域防汛形势较为紧张,防汛抗洪工作压力较大。目前,上述地区防汛现状如何?防汛难点在哪?国家防办、应急管理部应急指挥专员张家团18日对此进行了回应。

受近期强降雨影响,17日10时三峡水库入库流量达到50000立方米/秒,“长江2020年第2号洪水”在长江上游形成。“长江2020年第2号洪水”,对长江中下游会造成什么影响?

张家团分析说,从上游来看,截至18日12时,三峡入库流量维持在61000立方米/秒,库水位达160.78米,基本达到洪峰流量。当前三峡水库自身防洪库容还有125亿立方米,如果继续来大的洪水,通过三峡和上游40多座大型水库群的联合调度,科学拦洪错峰,上游洪水基本可控。

其次,从中下游来看,受近日上游和区间来水影响,18日上午长江汉口以上干流和洞庭湖水位在缓涨;中间九江江段以下,以及鄱阳湖水位在缓慢下降;下游安徽段水位在缓涨。

据介绍,近期以来,长江中下游干流水位均在保证水位之下。目前,长江中下游五省累计发生各类险情2500多处,其中长江干堤险情108处,均得到有效处置,无重大险情发生。



受近日强降雨影响,安徽省寿县古城护城河水暴涨,为防止河水倒灌进城内,寿县防汛抗早指挥部决定从7月18日12时起封堵县城东闸门。图为寿县县城东闸门(无人机照片)。

“这段时间以来,长江中下游及两湖地区的汛情和险情总体上处于可控状态。”张家团说。

6月中旬以来,受持续降雨影响,太湖水位持续上涨,6月28日达到警戒水位,7

月17日达到保证水位,目前超保0.05米左右。据预测,近期太湖流域降水会趋缓。

张家团分析说,当前,太湖及周边的防洪风险主要体现在两个方面:

一是如何克服长时间高水位防守的压力。

目前,太湖及周边水位已超警20多天,虽然到现在太湖大堤及周边还没有发生大的险情和灾情,但堤防长时间浸泡,也容易出现险情。

二是如何加大湖区及周边河网排水力度。由于这一带河网地势比较平缓,内外河水位差小,加上受长江洪水顶托,排水很慢,未来太湖及河网地区较长时间内还会处于超警状态。

受连续降雨影响,这两天淮河也出现了明显涨水过程。上游干流王家坝水文站17日晚达到警戒水位,淮河发生今年1号洪水。18日上午,王家坝水文站已超警0.31米。

据预报,未来3天,淮河流域部分地区仍将有大到暴雨。受其影响,淮河上中游干流维持超警状态,部分中小河流可能发生较大洪水。

“虽然目前淮河干流大部分河段水位还不高,上中下游水库还有较大的防洪库容,但随着后续降水增多,必须高度重视淮河的防洪,特别要重视中小河流洪水、山洪地质灾害和中小型水库的安全,加强城市内涝防御。”张家团说。

张家团说,当前要重点做好四方面工作:一是要坚决克服麻痹侥幸心理,牢固树立抗大汛、抢大险、救大灾思想;二是要进一步加强巡查查险,强化责任落实;三是要加强监测预报预警,及时做好险情预警和受威胁地区人员转移;四是要提前预置抢险救援人力和物力,随时做好应急处置准备。

新华社记者 魏玉坤 (据新华社北京7月18日电)

16.9平方米包子铺“精改”,平衡出了“风貌感”和“烟火气”

(上接第一版)

空间利用最大化,包子铺也有“好气质”

如果翻阅街道干部的工作日志,“伊丽”变美变靓的“微整”之路清晰可见——最早的店招,红底白字,沿街摆着一摞蒸笼高过头,时常要占到人行道。“实在是没地方放”,店铺老板陈昌义这样感叹:最多的时候一天卖出5000个包子,就是数百个蒸笼的量,店铺内部杂乱逼仄,只得向外面谋空间。其实,老板自己心里也不踏实:天天担心被检查到。

2018年,结合风貌道路治理要求,街道对包子铺的立面和店招进行了初步打造提升。随着城市治理向“绣花般精细”的要求迈进,风貌街区治理要素更聚焦品质提升。结合“不忘初心、牢记使命”主题教育,街道尝试集中推进街边民生小店的业态整改提升。而位于路口的“伊丽”,店主自身有改造意愿,店铺也具有代表性,于是成了样板。

街道专门请来专门的设计团队,提取出整条高安路上最具代表性的构件形式、构筑

手法,采用老上海独有的建筑色彩,将风貌文化元素与早餐店的经营服务功能有机结合。比如,巧妙将店招与店门、菜单融为一体,在色彩和形式上形成风貌元素的延续;内部空间的整饬收纳借用透视原理使原本局促的内部空间宽敞明亮,在保证卫生的同时,最大限度提高了室内空间利用率。

如今,整个小店被改造得干净、洋气,一个包子铺也有了“气质”,陈昌义说自己在雾气腾腾中过了十多年,终于“不油腻了”。记者留意到,伴随着改造,店铺里售卖的包子、烧卖点心、营养粥等,模样也似乎更精致了,“价钱不变,让顾客也感受到品质”。看来,被更新的还有老板的心态。

“梦想改造店”,让各方共治共建共享

整个改造过程也成了共治共建共享的最佳实践。

改造前,街道特地召集高安路沿线4个居民区的部分居民代表召开了相关意见征询会,虚心听取居民们的善意“吐槽”和“金点

子”。特别是,“保留老门牌的历史元素”成了改造的灵感来源。

设计方案形成后,街道还会同市场监管所、居委会和设计单位,与房东、经营者反复沟通协商,最终达成共识,委托具有风貌施工资质的队伍实施改造。改造过程中,街道全程牵头统筹,设计师、社区规划师全程技术指导。工程自3月12日启动到4月17日完成,充分体现了社区治理共同体的内生动力。

关于整个内外部改造费用,街道采取了“梦想改造店”的模式,街道给予适当补贴,经营者自行出资,有效调动起经营户的改造积极性。

全新包子铺一经亮相,得到了各方关注与点赞。老客惊喜回归,还吸引了不少新客和回头客,商家诚信度和责任感也显著提升。

街道党工委书记高路介绍,相较于以往在业态调整中投入的整治执法力量,承租人清退补贴、空关收益损失、后期业态引入等成本总和,此次包子铺“梦想改造店”的改造成本投入较少,但能让居民得方便、商户得实惠,风貌得提升,实现多方参与、多方受益的社会治理效益最大化。也在引导社会多元参与、培育居民自治共治意识上跨出了坚实一步”。

进一步复制推广治理路径,惠及更多小店

“包子还是那个包子,味道还是那个味道,但留给我们基层治理的路径却值得回味”,有专家在点评这个改造案例时这样感慨。整个过程中,街道积极探索可复制可推广的整体性工作路径,把风貌街区更新与民生业态保留、品质业态提升统筹兼顾的治理路径进一步复制推广。

据介绍,目前已选定高安路49号—57号的生鲜店、个体便利店和房产中介等三种业态,通过调研历史上的原始立面图纸作设计参考,以更新来展现城市风貌、保留城市记忆,提升业态功能。对于一些民生公共服务设施,街道也大胆进行局部更新。比如,吴兴路某弄沿街公共卫生设施老旧,周边易出现暴露垃圾等问题,街道通过内部结构性改造、外部品质化提升的一揽子措施,使这里成了街

道的“温馨一角”。随着“一网统管”在精细化治理实践中创设出更多场景应用,未来风貌街区街道的更多治理要素将“实时在线更新”,维护好当下的精细化治理成果,也在实践中形成常态、长效的管理机制。

本报讯(记者单颖文)记者昨天从虹口区了解到,为着眼全球视野谋划推进北外滩开发建设,进一步提升北外滩开发建设的国际化水平、专业化能力,推动北外滩全力打造新时代都市发展新标杆、核心功能重要承载地、新发展理念实践区,上海北外滩(集团)有限公司面向全球公开招聘1名职业经理人,岗位为集团副总经理,负责区域规划、工程管理工作。

公告中列举的岗位职责共7条,主要包括贯彻执行北外滩新一轮发展规划,根据集团部署,协助总经理完成北外滩区域城市更新规划、项目开发、工程管理等工作,以多视角推动北外滩地区发展,实现航运金融双重核心承载区的建设;根据集团提出的项目发展战略目标,实施项目的全过程推进与管理,组织和协调公司内外资源,带领团队达成项目的各项经营指标;根据区域行业发展和市场需求,负责新项目开发,进行项目可行性分析,参与规划设计、建筑设计方案的审查与决策等。

任职条件共7条,包括“具有中华人民共和国国籍”“现为或曾经担任企业集团中高层管理人员,具有8年以上大型项目、工程管理,特别是商办房地产项目开发经验,其中包括5年以上项目总负责或项目经理工作经验”“具有城市规划、土木工程等相关专业全日制本科以上学历,高级以上专业技术职称或执业资格”“年龄一般不超过48周岁”等。

该选聘人员试用期3个月,按职业经理人管理,任期3年。任职期间实行年薪制,初定100万至150万元/年。据透露,此次全球公开招聘时间约3个月,招聘流程拟为报名、筛选/资格审查、考试测评(多轮面试,含开放性笔试)、背景调查、面谈(研究确定拟聘人选)、体检、任前公示、聘任。有意向应聘者可在公告发布之日起30日内,通过“上海虹口”门户网站下载报名表网络报名。在报名表中,明确要求提交学位证明、学历证明(如涉及国外学历的还需提供教育部留学服务中心出具的认证报告扫描件)、相关资格证书等,并经上海外服(集团)有限公司下属上海成达高级人才顾问有限公司分析、筛选。之后,根据考试测评成绩确定面试人员名单,委托第三方人力资源机构协助开展背景调查。

2020年上海中考分数线公布

零志愿最低投档线572分,提前批535分,公办普通高中478分

本报讯(见习记者吴金娇)上海市教育考试院昨天公布2020年本市高中阶段学校招生最低投档控制分数线,其中,2020年本市普通高中零志愿最低投档控制分数线572分(回民中学、久隆模范中学567分);提前招生录取最低投档控制分数线535分;公办普通高中最低投档控制分数线478分。

上海市教育考试院中招负责人表示,最低投档控制分数线只是学校录取的“底线”,从历年的实际录取结果来看,大多数学校的实际录取分数线要比最低投档控制分数线高。

在名额分配上,按照考生志愿和初中学校名额分配分数,从高分到低分投档录取,不得低于535分;民办普通高中参照公办普通高中最低投档控制分数线,自主确定学校最低投档控制分数,报区招生部门备案后,由招生部门统一向社会公布,并按招生计划投档录取。

中职校中本贯通参照公办普通高中最低投档控制分数线478分;“五年一贯制”和中高职贯通最低投档控制分数线335分;普通中专315分;自主招生、职教、技校按照学校公示招生方案、招生计划和考生志愿投档录取。

乌鲁木齐将分阶段在全市开展核酸检测

据新华社乌鲁木齐7月18日电(记者李志浩 杭芮)新疆维吾尔自治区人民政府新闻办公室18日下午召开新闻发布会,介绍乌鲁木齐市新冠肺炎疫情和防控工作。乌鲁木齐市卫健委主任张卫表示,为做到精准防控,将分阶段在全市开展核酸检测。

张卫表示,当前乌鲁木齐市疫情总体可控,但防控形势严峻,广大市民需做好个人防护,关注健康状况,并配合所在社区做好核酸检测。

按照“应检尽检、愿检尽检”原则,乌鲁木齐市将在全市范围内分批开展免费核酸检测,分两个阶段:第一阶段自7月17日起,对有确诊病例、疑似病例、无症状感染者、密切接触者、发热病人等重点人群所在社区进行核酸检测,完成重点人群所在社区100%检测目标。第二阶段安排其他社区和机关企事业单位进行核酸检测。

北外滩百万年薪全球聘帅