

### 气温连冲40℃，沪上医院推出早开门诊、加开夜门诊等延时服务

# 让患者少“战高温”，医院服务“送清凉”

■本报记者 李晨琰

张老伯因头晕、肢体麻木，来到浦东新区人民医院神经内科就诊，“天气太热，早点来医院等着也好。”到院时是早上7点20分，本以为是等上一段时间的张老伯，没想到刚办好挂号，医生便来诊室上班了。

## “早去早回，天气还不算太热”

从医生问诊、做完检查到取药回家，张老伯全程只用了一个小时。“来得早人少，都不怎么排队，早去早回，天气还不算太热，很方便。”张老伯满意道。

记者从浦东新区人民医院获悉，该院入夏以来全面调整出诊时间，各科室全部提前到早上7点30分开诊，为患者提供更灵活的就医时间选择。

市民王先生在浦东上班，得知浦东新区人民医院提前半小时开诊，他立刻预约

了7点30分的就诊时段，“算上就诊和拿药的时间，也不会耽误9点上班，对上班族也很友好。”

浦东新区人民医院妇产科、耳鼻喉科、儿科、皮肤科等专科特别增加了中午延续门诊；部分科室还开设周末专家门诊、特约专家门诊等。与此同时，医院各辅助诊断科室配合提供延时服务，预约中心、收费窗口、采血室、药房等各服务窗口也同步优化流程，为门诊患者提供同质化的优质服务。

高温下，不少医院都根据患者需求动态调整延时服务。

“建议你再治疗一个月，等有了一定把握后，再移植。”在上海市第一妇婴保健院（西院）辅助生殖医学科夜门诊诊室内，一妇婴辅助生殖医学科主任艾爱正叮嘱前来问诊的患者。目前，一妇婴（西院）辅助生殖医学科开展每周两次夜门诊，截至目前已有近4000人次就诊。

“孕产妇需要呵护，考虑到持续高温热浪下患者的就医难题，医院通过中午‘连一连’，晚上、周末‘延一延’等方式保障患者多时段就诊需求，并保证延时门诊不‘减配’，资深医生、优秀的护理与技术人员共同守护孕产妇健康。”一妇婴相关负责人介绍。

## 散步来看病，夜门诊“圈粉”上班族

入伏之后，“冬病夏治”正当时，不少医院的中医科也排起长队。去年，嘉定区中医医院的夜门诊“圈粉”一批上班族。今夏，该医院继续推出夜门诊，开放中医内科、推拿科、针灸科、皮肤科等在内的九个科室，同步提供放射性检查、检验等延时服务。

汪女士患有腰椎间盘突出症，每周要到院治疗两次。“不影响上班，晚上吃好饭散步就能来看病，也不是太热，很方便。”汪女士表示，去年也曾曾在夜门诊接受治疗，效果不错。嘉定区中医医院副院长金伟国告诉记者，入夏以来，医院夜门诊就诊量约5000人次，夜门诊开诊时间将持续到今年10月底。

也有部分医院首次“试水”中医夜门诊。“接孩子放了学，吃了点饭就过来了，相当好。”在金山区亭林医院，9岁的小路被奶奶领着来此接受三伏贴治疗。首开中医

夜门诊，患者的反响比预期来得热烈，院方特意加开一天夜门诊，每周三及周五均提供夜门诊服务，开放科室包括中医内科、针灸科、推拿科等。

今年5月，普陀区首个中医夜门诊也开始运行。“开诊以来，就诊人数节节攀升，为满足患者就诊需求，夜门诊覆盖工作日，每周一到周五17点至20点30分，患者均可前来就诊。”普陀区人民医院副院长姚子涵介绍，医院不断壮大中医夜门诊治疗力量，协调中医科副主任医师以上的专家轮班坐诊。与此同时，医院还在同步拓展中医治疗区，装修完成后，场地面积预计可增加至100平方米，治疗床位从原先的6张增加到15张。

本市一些社区卫生服务中心也推出了夜门诊服务，以全科为主。记者从多家医院获悉，门诊急症各科室也做好提前准备，比如增设就诊高峰时段急症志愿者，准备风油精、饮用水等。一妇婴还在门诊大楼前的广场上撑起大大的“爱心伞”，方便患者搭乘车辆，避暑避雨。院方也提醒市民，尽可能错峰就诊，避开酷热时段，老年、慢病患者等也可通过互联网医院在线问诊，实现“足不出户”送药到家。

# 机坪63.4℃，上岗10分钟制服湿透

### 上海机场切实落实户外和室内一线员工防暑措施



航班进港后，飞机加油员需要在灼热的飞机发动机旁为飞机进行加油作业。本报记者 张伊辰摄

■本报记者 张晓鸣

上海中心气象台昨天再次发布高温红色预警信号。刚过10时，浦东机场机坪实测地面温度飙升至63.4℃。烈日之下，安检机单日报旅客吞吐量突破25万人次，创历史新高。

航班进港后，飞机加油员要完成放置轮挡、连接静电电线、连接加油枪、连接航空器加油接口、检查确认、开始加油等近40个操作流程，大部分作业由加油员独立完成。只有亲身感受后方能知道，发动机旁的高温滚烫到底有多烫。“只有我们等飞机，不能让飞机等我们。”95后张辉是浦东机场的一名飞机加油员，今年已是第6年坚守岗位“战高温”。他和同事们每天数十次重复将10多公斤的加油接头举过头顶，弯腰俯身将20多公斤的地井接头拆卸，单个加油员一天要专业高效地为近30架次航班进行加油作业。

航班在进港后和起飞前，机场地服行李装卸员要弯着腰在客机货舱不到1.3米高的狭小空间内待45分钟以上，快速完成每一件行李的码放和装卸。上海机场地服行李装卸员因彬彬介绍说，搬运行李过程中做到轻拿轻放，确保旅客行李不会受

到重压和损坏。密不通风的货舱内犹如蒸笼，汗水从他们的脸颊和后背流下，工作服上结出了白花花盐霜。每位装卸员平均每天要保障8个航班，搬运超500件行李，完成上千次装卸动作。

浦东机场西区货运站生产三部负责保障14家航司，每天近40架次航班的货物装卸运输，货运站理货员完成板箱号确认、条码清理、外观检查等一系列作业，每天要操作超过2000吨货物。随着货站开通了跨境电商国内转国际中转货物翻板业务，库区组装机量大量增加，尤其是需要人工进行重新拆板理货、搬运组板后按照装要求称重。上海机场货运站出港组装机员的工作服湿了又干，干了又湿，而手中的工作却一刻不停，争分夺秒保障货物高效进出港运输。

据悉，上海机场各级组织提前部署、行动和安排，切实做好户外和室内一线员工的保护和防护。目前，1万余箱防暑降温饮料和清凉油、人丹、花露水等防暑降温用品已经全部发放到位；两大机场优化升级了130余间职工休息室，并在机坪新建了7个机坪共享休息室，提供医疗巡诊、防暑知识宣传、心理疏导等服务，让一线员工体能劳逸结合，更好集中精力投入暑运生产运行保障。

## 户外工作者预防中暑别轻视

# 感觉头晕不适尽快离开高温环境

本报讯（记者李晨琰）昨天，上海中心气象台发布今年第二个高温红色预警，上海中心城区最高气温再度冲上40℃高温。烈日炙烤，酷热难耐，如此高温还将持续，不少户外工作者依然坚守岗位，对此，上海市疾控中心发出提醒：预防中暑别轻视，防暑措施要做好。尤其要注意，不要等到晕倒了才以为是中暑，感觉头晕、乏力等不适就是身体在发警报了，务必尽快离开高温环境。

在高温、高湿、通风不良、阳光直射、高强度体力劳动等环境中最易引起中暑。中暑分为轻症和重症两种，轻症中暑表现为头晕、恶心、出汗多，重症中暑则会出现高烧、意识模糊、皮肤干热无汗等症状，若不及时救治，可能导致死亡。

如何避免中暑？首先，尽可能合理安排工作时间。户外工作者应尽量避开酷热时段作业，将工作安排在早晨或傍晚。如果必须在高温下工作，要注意适当缩短工作时间、

增加休息时间和轮换作业。过度疲劳、睡眠不足时更容易中暑，因此需保证充足睡眠时间，可以适当安排短暂午休以恢复体力。

其次，穿着适当的衣物。户外工作者尽量选择轻薄、透气、吸湿排汗的衣物，避免穿深色、紧身服装。戴宽檐帽或使用遮阳伞，可以有效减少阳光直射。

此外，清淡饮食，及时补充水分。在高温环境中工作，身体出汗量增加，容易导致脱水。建议户外工作者随身携带水瓶，定时饮水，不要等到口渴时再喝水，可能为时已晚。推荐饮用清凉的白开水、矿泉水或含有电解质的运动饮料，避免饮用含酒精或高糖饮料。

在户外工作时，尽可能选择阴凉通风或有空调、风扇的室内房间作为休息点。利用便携风扇、湿毛巾等降温工具，帮助身体迅速降温。

市疾控中心提醒，万一中暑也不要慌乱。户外工作者一旦发现中暑迹象，应立即停止所有体力活动，并迅速转移到阴凉通风的地方或空调房内，避免继续暴露在高温环境中。与此同时，可通过解开衣物、冷敷、吹风等方式帮助散热，加速体温下降。

另外，中暑者通常会大量出汗，体内水分和电解质流失严重。在有条件的情况下，应尽快饮用凉白开水、矿泉水或含有电解质的运动饮料，避免饮用大量冰凉饮品，以免引起胃痉挛。

一般来说，轻症中暑通过降温和补水能缓解，若症状无明显改善或出现重症中暑症状，应立即拨打急救电话并尽快送医。市疾控中心同时提醒，户外工作者彼此间尽可能相互照应，注意观察同事的状态。企业应按照国家规定合理安排劳动者在高温天气下的户外工作时间。同时，管理者应加强防暑知识的宣传和培训，确保每位员工都掌握基本的防暑常识；设置阴凉休息区域，并为员工提供必要的防暑物资，如防晒用品、电解质饮料、常用药品等。



本报讯（记者徐晶卉）随着船舵在手掌中缓缓转动，老码头“乐享华夏”海派邮轮风情秀昨天在具有深厚历史底蕴的老码头开幕，同时也拉开了“上海之夏”七大标杆活动之一的2024上海国际邮轮节的序幕。

老码头“乐享华夏”海派邮轮风情秀包含了海派艺术上邮轮、吴昌硕诞辰180周年作品展、邮轮摄影展和邮轮船模展示等精彩活动。

在老码头2号仓，书画、摄影、船模巧妙融合在一起。据悉，吴昌硕作为海派艺术的巨擘，其作品蕴含着深厚的文化底蕴和独特的艺术魅力。纪念吴昌硕诞辰180周年作品展的策展人吴超介绍了此次联动的初衷，海派书画是海派文化的重要组成部分，海派艺术当初就是在十六铺附近的老码头上岸，迈开了第一步，在经历近200年的碰撞、融合、升华之后，才有了如今海派艺术发展史上前所未有的成就。记者在现场看到，不少真迹也在此次作品展中亮相。

此外，邮轮摄影展是一扇通往海洋世界的窗口，带领观展者领略海洋的壮阔和邮轮旅行的精彩瞬间；邮轮船模不仅是工艺与智慧的结晶，更让人们能够近距离感受邮轮的魅力。通过邮轮摄影展和邮轮船模展示，人们能够深入了解各家邮轮公司的深厚历史与独特文化，以及它们在探索广袤世界进程中所作出的卓越贡献。据悉，这3个展览将贯穿整个邮轮节期间，为广大艺术与文化爱好者提供一个欣赏与学习的平台。

本次上海国际邮轮节汇聚全球知名的邮轮公司、旅游机构、文化艺术团体以及相关行业的专业人士，活动内容丰富多样，包括邮轮展览、行业论坛、文化演出、美食体验等多个方面，旨在展示上海在国际邮轮产业中的重要地位和独特魅力。而以老码头为舞台，上海国际邮轮节将促进文化与旅游深度融合，提升上海作为国际邮轮母港的影响力，促进相关产业协同发展，打造一张亮丽的城市名片。

除展览活动外，老码头还将依托丰富的商业、餐饮、休闲、演艺等资源，举办上海国际邮轮节美食会、美食集市、国际探戈表演、上海国际邮轮节欢乐动漫展等精彩纷呈的活动。老码头餐厅均为上海国际邮轮节美食会指定餐厅，还将推出上海国际邮轮节美食会定制菜单，活动将持续至10月。

## “中华文化节——焦点城市上海”暨“上海文化周”在香港文化中心启幕

# 海派文化闪耀香江 艺术交流火花频现

■本报记者 王筱丽

维港夜景璀璨夺目，地处海滨的香港文化中心同样星光耀眼。由中国香港特区康乐及文化事务署、上海市文化和旅游局主办，中国上海国际艺术节中心承办的“中华文化节——焦点城市上海”暨“上海文化周”昨晚在香港文化中心启幕。

上海京剧院、上海民族乐团、上海博物馆、上海市嘉定区文化和旅游局等上海院团机构将在接下来几天内集中亮相近年来的艺术创作成果，通过5场汇集名家大师的京剧、民乐演出，2场荟萃文物珍宝和非遗文化的展览，以及一系列互动交流的延伸活动，让香港同胞全面感受海派风华与中华文化魅力。

作为《沪港合作会议第六次会议备忘录》第一个落地的重磅项目，此次“上海文化周”起源于两地艺术节期间的合作。2018年，中国上海国际艺术节组委会与香港特区康文署签署了关于《沪港两地互办文化周合作备忘录》，并于2019年在第二十一届中国上海国际艺术节期间成功举办了“香港文化周”活动。今年4月，上海市文化和旅游局与香港特区康文署在沪港合作会议第六次会议中签署了《关于在香港2024年“中华文化节”举办“上海文化周”系列活动合作备忘录》。“上海文化周”活动被纳入沪港合作会议机制框架，并与“中华文化节”强强联手，活动能级和影响力进一步提升。

昨晚，1700余座的香港文化中心大剧院高朋满座，上海京剧院的经典大戏《乌龙院》率先亮相。当代麒派领军人陈少云和弟子鲁肃共同饰演“宋江”，向香港观众全方位展现麒派艺术善于刻画人物的艺术特色。“香港戏迷票友很多，传统文化底蕴深厚。”陈少云告诉记者。由上海京剧院首任院长、京剧大师周信芳创立的麒派艺术是海派文化的重要代表之一，曾多次来港演出的陈少云认为，在香港演出彰显麒派精神的《乌龙院》“意义非凡”。

文化交流的火花不仅迸发于舞台之上，追光灯下，也闪耀在一系列面对面近距离的交流接触中。本次文化周期间，计划推出五场“艺人谈”“大师班”活动，沪上文坛老中青三代名家，陈少云、傅希如、鲁肃、姚申申、俞冰、胡晨韵、王音睿等将与香港观众座谈、聊天。“香港和上海交流频繁，此前大热的《繁花》也是两地合作的成果。”香港特区康乐及文化事务署总经理倪淑仪对记者说道，“我们希望香港的市民和游客，通过各类演艺节目和展览，深度了解当代上海的文化发展。”中国上海国际艺术节中心副总裁杨甘露表示：“文化周的时间有限，沪港文化界的交流互鉴却无限。未来，中国上海国际艺术节将与香港文艺界继续保持紧密联系，围绕演出交流、人才培养等方面展开更多合作，联合孵化优质原创内容，共同繁荣两地文化市场。”

# 又见红色预警，申城本轮高温『长且强』

## 上海电网负荷昨首破四千万千瓦关口，创最高负荷新纪录

本报讯（记者张天弛）申城依旧处于副热带高压核心区，酷热持续。根据上海中心气象台发布的数据，徐家汇站昨天最高气温再次站上40.0℃，成为今夏第23个高温日。据预测，今天也是热度不减，最高气温仍可达39℃至40℃。

记者从市气象局获悉，昨天7时20分，上海中心气象台早早发布了高温橙色预警信号，12时20分升级为高温红色预警信号，13时31分徐家汇站最高气温达40.0℃。受近地面风向辐合影响，午后局部地区有对流产生，短时雷阵雨主要出现在浦东东部和中心城区北部，东部地区气温虽下降一些，但无法彻底缓解暑热。

不只是白天，申城近期夜间气温也很高。昨天凌晨，徐家汇站最低气温32.1℃，平了该站日最低气温的最高值，成为本市有气象记录以来最炎热夜晚之一。

而今天的热又将“全天候”。据预测，本市今天晴到多云，午后到上半夜局部地区阴有阵雨或雷雨，气温最低31℃、最高39℃至40℃。南到东南风3至4级，雷雨时阵风7至9级，风向偏北。此外，明天将继续维持高温酷暑天气，最高气温仍将接近40℃。

气象专家提醒，这一轮高温持续时间长、强度强，防暑降温不容松懈。下周“火力”略有下调，但依旧是高温的一周，最高气温都在38℃附近。

记者从国家电网上海市电力公司获悉，昨天10时47分，上海电网最高负荷首次突破4000万千瓦整数关口；11时11分，上海电网负荷达到4030.2万千瓦，创本市电网最高负荷新纪录。

在此之前，8月1日，上海电网负荷达到3953.4万千瓦，当日用电量首次突破8亿千瓦时整数关口，达到8.0554亿千瓦时。

体彩公报 七星彩第24088期公告 中奖号码: 5 6 3 9 9 1 + 1 一等奖 3 500000元 二等奖 62 7043元 三等奖 67 3000元 四等奖 2085 500元 五等奖 26886 30元 六等奖 1021869 5元 一等奖基金积累数: 267328318.10元