



# 蛇年第一场寒潮已登场

## 气温或跌至入冬最低 出行注意防风

**本报讯** (记者 马丹)蛇年第一场寒潮已登场,接下来两三天,寒潮将快速横扫我国大部地区并直抵南海,中东部大部将迎来入冬以来最冷一天。

今天早晨,申城寒风四起,强冷空气正式发威,气温也随之步步下跌。白天市区的最高气温仅3℃,最低气温更是低至-2℃,有薄

冰,郊区最低气温在-4℃~-3℃,有冰冻。据预报,8日到9日,本市预计最高气温只有2℃~4℃。市区最低气温进一步下探,预计为-4℃~-3℃,有冰冻;郊区最低气温只有-8℃~-5℃,有严重冰冻。本轮降温最低谷将出现在8日早晨,市区最低气温将创下入冬以来新低,8日夜间风力才会逐步减弱。气象专家提醒,

这股冷空气实力不菲,以大风降温为主,降水较弱,东部沿海地区或会有短时小雪或小雨夹雪,下午转晴到多云。但是,风力较大,也令风寒效应显著,市民出行一定要注意防风。

冷空气影响过后,11日到12日,受西南暖湿气流影响,本市又将多阴雨天气,气温逐渐回暖,恢复到常年平均水平。



**短评**  
春节长假过后,冷空气也迫不及待地“开工”了。今起,上海将踏入“速冻”模式,迎来入冬以来最寒冷的天气。昨晚,市住建委、市应急管理局、市公安局交警总队等先后发布了寒潮天气防范应对提醒。

大风、低温将齐聚申城,对城市运行和市民生活带来严峻挑战。相关部门已紧急行动起来,住建委要求各区房管部门要指导属地街镇督促物业服务企业,对小区共用二次供水设施防冻措施进行排查;交警部门则加强了对高架桥、跨河跨海大桥、高速公路隧道口等关键路段的巡视等。

应对极端天气,需要广大市民与相关部门一起,共同提升城市韧性,为城市织就防寒“外衣”。老年人等脆弱群体应尽量减少外出,市民还应关注天气变化,合理安排出行计划,避免因恶劣天气造成的不便和危险。在应对极端天气中,也需要人文关怀和社会治理的软实力。相关部门应加强对独居老人、残疾人等特殊群体的关爱,确保他们的基本生活需求得到满足。社区应组织志愿者开展送温暖活动,为困难家庭送去御寒物资和关爱。

“速冻”天气,既是对城市韧性与温度的考验,也是推动城市治理体系与治理能力现代化的契机。通过加强部门间的协调合作,鼓励广大市民参与到城市治理中来,共同构筑起抵御严寒的安全防线。

城市抗寒不留「死角」

方翔

# “速冻”天气 心梗风险高发

## 医生提醒做好防护,出现这些症状莫大意

蛇年首场寒潮携大风降温登场,上海进入“速冻”模式后,心肌梗死等心脑血管疾病又一次进入高发期。

记者从沪上数家医院了解到,近期抢救的心梗病人数量均有所增加。专家提醒,急性心肌梗死病情危急,可引发心律失常、心力衰竭、心源性休克,甚至猝死。寒潮来袭,心梗患者要引起高度重视,做好必要的防护——这再怎么反复强调也不为过。

### 冬季多发上午多发

年近七旬的顾大爷午饭走出家门,刺骨的寒风吹来后,他突然感到胸口一阵剧烈疼痛,休息后仍不能缓解,在路人的帮助下,顾大爷被救护车紧急送往岳阳医院胸痛中心。

无独有偶,27岁的小俞下班后到球场打球,脱去冬装出了一身汗,再被寒风一吹,胸口剧痛,意识到问题严重性的他在朋友的帮助下就近到岳阳医院就诊。得益于及时救

治,被确诊为急性心肌梗死的顾大爷和小俞最终都有惊无险地脱离了生命危险。

岳阳医院心脏中心副主任、心血管内科主任樊民介绍,急性心肌梗死具有“冬季多发”“上午多发”的发病规律。“天气寒冷容易引起小血管收缩、血压升高,心率加快。血液黏度增高易于形成动脉血栓,堵塞冠状动脉,造成心肌梗死。”他解释,上午时分,引起血管紧张性增高的物质增多,使冠状动脉收缩,心肌供血降低;这些物质使心跳加快、心肌耗氧量增加——一面是心肌需氧增加,一面供氧减少,造成心肌梗死可能性就大些。

### 这些症状切莫大意

“在日常生活中,有几种急性心肌梗死患者并不表现为胸骨后或胸前区急性而剧烈的疼痛。”樊民提醒广大市民,遇到这些情况时,切莫掉以轻心,务必排查心源性原因,以免误诊漏诊耽误病情——

一是消化道症状。有约30%的急性心肌梗死患者出现消化道症状,表现为腹部胀气、腹痛、恶心、呕吐、腹泻等,易被误诊为消化不良、急性胃肠炎。

二是呼吸道症状。有的急性心肌梗死患者只感觉胸闷、憋气,或自认为气不够用,易被误诊为肺或气管疾病。

三是神经精神症状。有的急性心肌梗死患者表现为突然言语不清、一侧肢体瘫痪、意识不清、抽搐,易被误诊为脑血管疾病。

“急性心肌梗死在医院外突然发作,家属或身边人员务必分秒必争,呼叫120急送医院。救护车到来之前,应让病人绝对卧床休息。松解患者领口,室内保持安静和空气流通,不可搀扶病人走动或乱加搬动以免加重病情。有条件可立即吸氧。”樊民表示,如病人发生休克,应把病人头放低、足稍抬高,以增加头部血流。暂不给吃食物、少饮水,注意保暖。

本报记者 郜阳

# 给水管“穿衣戴帽”防冻裂

## 切勿用开水激烫或火烤已冻结水管



■今天上午,金山区山阳镇海滨新城物业人员对小区居民楼自来水管道进行巡检,并对部分外露自来水管用保温棉进行包扎,防止冰冻影响居民用水  
本报记者 陶磊 摄

根据气象预报,上海本周末气温将创入冬以来新低。供水部门提醒,市民要记得查看水管是否已“穿衣戴帽”,并关闭走廊和室内门窗,保持室温,为水管防冻保暖。

严寒天气中,给水管防寒保暖的一个重要措施就是“穿衣戴帽”,对室内/室外水表、水管、龙头以及表后裸露在楼道、公共区域的管道,用棉、麻织物或保温材料包扎,使保温材料紧密贴合水管,有效减少水管与寒冷环境的热交换,防止水管冻裂。

记者了解到,每年严寒天气到来前,上海供水部门都会给这些管道“穿衣戴帽”并加强巡查。然而,因居民装修、磕磕碰碰、鼠咬等种种原因,一些“衣帽”会被“宽衣解带”甚至不翼而飞。对此,在供水部门查漏补缺的同时,市民也应多加留意,及时将这些水管补上

“衣帽”。由于水管一般安装在温度更低的楼房北面,除了注意给水管“穿衣戴帽”外,市民还应注意在临睡前记得关闭走廊和室内门窗,使水管有一个保持室温的环境。

而为防止水管内的水结冰凝固,爆坏水管水表。市民还可以在严寒中稍稍拧开水龙头,使水流成线,保证管内自来水流动。如果长时间不在家,可以在离家前关闭给水总阀门,并打开终端用水龙头,排空管道内的水,以减少水管受冻的可能性。

市民如果发现水管已经冻结,切勿用开水激烫或火烤,否则可能会导致水管炸裂。这时,应使用热毛巾包裹水管,然后用温水慢慢浇淋,使水管缓慢解冻。

本报记者 罗水元

浦发银行 SPDB BANK

浦惠来了

浦惠触手可及!

广告

在线融资 | 资金管理 | 生态服务 | 全程陪伴 | 共同成长

「浦惠来了APP」浦惠触手可及



扫码下载