



“五一”返程高峰

应对返程最高峰,上海三大火车站候车室通宵开放

今到沪旅客将达75.9万人次

本报讯 (记者 金志刚) 今天是“五一”假期的最后一天,铁路迎来返程客流最高峰。记者从铁路上海站(下辖上海站、上海南站、上海虹桥站、上海松江区站、上海西站、南翔北站、安亭北站、安亭西站、金山北站、练塘站)获悉,今天该站预计到达旅客75.9万人次(上海站20.1万人次,上海南站10.3万人次,上海虹桥站40.1万人次,上海松江区站5.4万人次)。

为应对返程客流集中到达,铁路上海站在各站区站台、扶梯、出站通道等关键部位增派工作人员,做好旅客出站引导和安全防护。此外,铁路上海站发挥交通枢纽优势,加强与站区管委会、地铁、公交等部门沟通联系,通过加开夜间公交、延长地铁运营时间等方式,做好到达旅客的疏散。上海四大火车站(上海站、上海南站、上海虹桥站、上海松江区站)已与1、2、3、4号线等8条地铁线实现了换乘单向免安检,方便旅客到站后直接换乘地铁。

“五一”假期将尽,不少来沪的旅客选择搭乘火车离沪返乡。为满足旅客出行需求,记者获悉铁路上海站今天增开了安徽、徐州、沪宁、沪杭等方向旅客列车50列。今天上海站、上海南站、上海虹桥站等三大火车站候车室将通宵开放,增开夜间临客(5月6日0时至5时)32列。

铁路上海站联合上海文旅在“乐游上海”小程序新增火车旅行板块,设置了枢纽通、火车资讯、出行提示等服务功能,抵沪旅客可通过各站区服务台卡二维码获取更多信息。

另据中国铁路上海局集团有限公司介绍,今天长三角铁路也将迎来“五一”假期返程客流最高峰,全天预计发送旅客386万人次。

铁路部门提醒广大旅客,车站到达客流较大,旅客朋友们上下车时请看好随行的老人、小孩,乘坐扶梯时一定要站稳、抓好扶手,注意脚下安全。

昨今逾13万辆车经长江隧桥进沪

为确保返程通行有序,警方实施动态限流疏导



▲ 昨天下午,在G2京沪高速江桥收费站,车辆排队等候通过 杨建正 摄

▲ 上午10时10分,G40沪陕高速长江隧桥中段回上海市区方向车流量平稳 本报记者 张龙 摄

本报讯 (记者 杨洁) “五一”假期步入尾声,伴随着降雨,上海迎来返程高峰。

今天上午8时许,记者在崇明公安陈海收费口现场指挥点了解到,实时车流量约为每小时3900辆,车速保持在30公里/小时左右。崇明公安预测,5月4日至5日将有超过13万辆车经长江隧桥进沪。对此,崇明公安根据节日预案启动24小时不间断“护航”模式,增派百余名警力,精准部署在G40崇启大桥、陈海收费口、潘圆收费口周边道路等各个岗位、

大桥易拥堵路段和服务区等关键节点,实施动态限流疏导。上午9时,G1503浦东收费站,浦东公安民警正在疏导返程车流,交通情况总体平稳有序,暂未出现缓行。

浦东警方介绍,昨天6时起,G40沪陕高速长江隧桥段便逐步迎来返程大车流。目前长江隧道下行往市区方向实时流量约每小时4000辆。为确保返程通行有序,浦东警方启用无人机对路面开展自动化巡航巡视,通过“高空喊话”提醒引导车辆安全行驶。在长江隧道内,民警驾驶

两轮摩托车正在不间断巡逻,确保第一时间发现并处置缓行源头。在隧道出口处,牵引车和警保联动车辆也已现场待命,随时应对事故、抛锚等突发情况。

这两天,虹桥枢纽也迎来返程大客流。对此,闵行公安持续增派警力,在虹桥枢纽周边部署“三人机动小组”,划分责任区包干,落实最小作战单元,随时应对突发交通情况。警方还在申虹路、绍虹路等关键路段新增多套感知设备,及时调度“三人机动小组”开展排堵疏导工作,截至发稿,枢纽周边道路交通秩序良好。

第 医 线

哮喘用药切勿随心所欲

世界哮喘日来临之际,专家提醒防治哮喘要注意长期规范用药

“哮喘目前还无法根治,但患者仍应长期、规范地用药。”5月的第一个周二是世界哮喘日,复旦大学附属华山医院药剂科副主任药师宋韵告诉记者,吸入制剂是哮喘的主要用药之一,正确使用吸入制剂是保证治疗效果的前提。但调查显示,全球高达40%的患者在吸入制剂的使用上存在错误认知,依从性不佳,导致哮喘症状控制不理想。

不发病可以不用药?

朱阿姨是有多年哮喘病史的“老病号”,“五一”假期前,她因哮喘控制不佳来到华山医院哮喘学门诊,想更换有效期更长的布地奈德福莫特罗粉吸入剂。朱阿姨表示:“我每次都是感觉喘了不舒服了才用药,症状好转就立刻停药,一盒药能用大半年呢。这次是家里的备药快用完了才来门诊配药的。”

药师告诉朱阿姨,哮喘是一种慢性气道炎症性疾病,需长期规范治疗。布地奈德福莫特罗粉吸入剂属于哮喘的日常维持治疗药物,按照医嘱需每日2次、每次2吸。即便处于稳定期,没有急性发作症状,也绝不能擅自停药。如果病情控制良好,可以在医生的专业指导下,逐步减量至每日1次。若像朱阿姨这样“想起来就用,好了就停”,气道炎症持续存在,哮喘就会频繁发作,不仅严重影响生活

质量,还可能导致肺功能不可逆的损伤。

用一阵子就能停药?

吴奶奶同样患有哮喘多年,她来到哮喘药学科门诊咨询,希望能更换不含激素的吸入剂。吴奶奶说:“我用的布地奈德福莫特罗粉吸入剂里有激素,听说长期用副作用大,不敢多用。能不能给我换个不含激素的吸入剂?”

药师告诉吴奶奶,糖皮质激素是控制气道炎症最有效的药物,这种吸入剂中的布地奈德就属于吸入类糖皮质激素。很多患者一听到“激素”就害怕,担心会有副作用,但实际上,长期遵医嘱使用吸入制剂是非常安全的,不良反应少见且不严重。该制剂中的另一成分福莫特罗是支气管扩张剂,主要作用是平喘止咳,它无法替代激素的抗炎作用。如果患者因为恐惧激素而擅自停药、换药,或者不规律用药,气道炎症得不到有效控制,哮喘症状就会反复发作,急性发作次数增加,甚至可能引发严重的哮喘持续状态。所以,要相信医生的专业判断,规范使用含激素的吸入剂。

治疗药等于急救药?

去年,小张确诊哮喘。最近一段时间他时常外出,哮喘发作也变得频繁,因此来到哮喘药学科门诊求助。小张表示,自己一直在使

用沙美特罗替卡松吸入粉雾剂,每次哮喘急性发作时使用,一天最多用6次,每次1吸,但症状并未得到及时缓解。

药师告诉小张,沙美特罗替卡松吸入粉雾剂由于药物的代谢特点,起效相对缓慢,它只能用于哮喘的日常维持治疗,不能作为缓解急性哮喘发作的急救药物。哮喘急性发作时,应使用短效、速效的药物。如果像小张这样错误地将维持治疗药物当作急救药使用,不仅无法及时缓解支气管痉挛症状,还会延误病情,导致哮喘急性发作加重。

“医生确实给我开过沙丁胺醇吸入气雾剂,但我以为这两种药都是一样的,就忘记了。回去后我一定遵照医嘱用药。”小张说。

此外,还有一个容易被忽视的关键环节——口腔清洁。经常有患者咨询,用了吸入性药物治疗,但是发现渐渐声音嘶哑、嗓子难受,这是怎么回事呢?宋韵说,吸入性糖皮质激素在口咽局部常见的不良反应包括声音嘶哑、咽部不适等。每次使用后要及时用清水含漱口咽部,这样能有效减少药物在口腔和咽喉部的残留,降低不良反应的发生几率。

宋韵表示,哮喘患者应注意饮食规律科学,穿着保暖不要着凉,尽量戒烟戒酒,保持居住环境的整洁。同时,避免与可能的过敏物质接触及呼吸道感染。 本报记者 左妍

本报讯 (记者 任天宝) 上海的轨道交通网络仿佛是“由车轮串联的城市艺术馆”。搭乘地铁的市民游客不妨放慢脚步,慢慢欣赏这些藏在地铁站里的“小确幸”。

你了解静安的前世今生吗? 12号线南京西路站的“从张园到愚园——从历史物件看百年静安”特展,向往来乘客讲述了一条南京西路串联起的记忆故事。展览遴选了8件历史物件,串联起张园到愚园之间八大地标故事,感受静安从旧时烟火到今日风尚的人文魅力。在一张二十世纪初期的愚园明信片前,一位市民正认真阅读着关于愚园和愚园路介绍。“一直在书中读到愚园,很好奇它的规模和样式。今天这张明信片终于让我看到了它曾经的样子,有意思,很满足。”

由书香上海、ip shanghai、思南读书会、光启书局与上海地铁共同发起的“在地铁上,读一本好书——(春日限定)每本书都是你的快乐花园”近日上线。当你走过一大会址·新天地站橱窗时,阅读氛围悄然而至。近日,轨交西藏南路站配合上海当代艺术博物馆“贝聿铭:人生如建筑”上海站展览进行了氛围更新,灰色系三棱底纹的墙纸点缀西藏南路站站厅和2号口出入口。乘客可从大师语录中感受其精神世界,一起走进贝聿铭在中国内地的首个全面回顾展。

地铁艺术展览「宝藏」多