

发热、呕吐、心率快、低血压,甚至昏迷

高温下,户外劳动者应谨防热射病

阅读提示

高温天气容易引起疲惫乏力等,严重的可诱发心脑血管病和热射病,有基础病的老年人、户外工作者等易受影响。医生建议,在高温高温环境工作或学习,要保证到阴凉通风的环境中充分休息,并及时补充水分。

本报记者 姬磊

近日,一名27岁的小伙子被120紧急送至北京同仁医院亦庄院区急诊科抢救室,同行者介绍,患者是一名建筑工人,高温户外工作时突然倒地。

北京同仁医院亦庄院区急诊科主任曹秋梅向记者介绍,患者被送来时意识模糊、四肢抽搐、体温高于40℃,被诊断为热射病,经过急诊团队近6小时的抢救,意识才逐渐清醒,生命体征恢复至平稳。

曹秋梅说,近来,由于高温天气,医院急诊量增加,主要是一些有基础病的老年人,如糖尿病、高血压、脑梗、长期卧床的患者等,他们对于高温的适应能力比较差,容易由高热诱发基础疾病的发作,还有一些是户外工作的建筑工人、外卖小哥等。

高温天气容易给人带来哪些危害?户外劳动者如何做好健康防护?出现中暑症状时应如何处理?记者对此进行了采访。

经典型热射病和劳力型热射病

入伏以来,全国高温天气持续,据中央气象台7月19日预报,未来10天我国高温将呈现强势发展态势,局地可达40℃以上。

高温天气容易引起疲惫乏力、心烦意乱、不思茶饭、工作效率降低,严重的可诱发心脑血管病和热射病,甚至致人死亡。

清华大学附属北京清华长庚医院急诊科主治医师龚晓杰在接受《工人日报》记者采访时表示,中暑常表现为头晕、头痛、恶心、呕吐、发热、胸闷、心率快、低血压、抽搐,甚至昏迷等,患者常到急诊、心脏内科、呼吸内科、消化内科、神经科等科室就诊。

北京中医药大学东方医院急诊科主任医师方晓磊介绍,中暑是指在高温和热辐射的

长时间作用下,机体体温调节出现障碍,水、电解质代谢紊乱,以及神经系统功能出现损害等临床症状的统称。热射病是最严重的热致疾病类型,有很高的病死率。

根据发病原因和易感人群的不同,热射病分为经典型热射病和劳力型热射病。经典型热射病主要由于被动暴露于热环境引起机体产热与散热失衡而发病,通常没有剧烈的体力活动,体温调节功能受损的个体更容易发病,如婴幼儿、老年人、慢性基础疾病或免疫功能受损的患者、长期卧床及肥胖患者等个体。

劳力型热射病主要由于高强度体力活动,引起机体产热与散热失衡而发病,常见于夏季剧烈运动的健康青年人,比如在夏季参训的官兵、运动员、消防员、建筑工人等。尽管劳力型热射病在高温高湿环境中更容易发生,但环境条件并非必须。

工作1~2小时适当休息和补水

在高温天气,暴露在户外的劳动者应该如何做好健康防护?曹秋梅表示,如果不可避免户外工作,需要做好防护措施,首先是清凉饮料的供应,其次要合理安排时间,保留足够的休息时间。



医生建议随身携带清解暑物品

降低热射病病死率的关键在于预防。曹秋梅强调,在高温高湿环境下工作或学习,一定要保证到阴凉通风的环境中充分休息,并及时补充水分。

中医药在热射病防治过程中,也起到了重要作用,日常生活中常见的菊花、金银花、荷叶、薄荷、藿香和广藿香等都具有清解暑的功效,不仅能在一定程度上预防重症中暑的发生,也可以在发病的第一时间起到良好的治疗效果。曹秋梅说,可以随身携带风油精,当出现轻微中暑症状时,可以抹一下人中、太阳穴,让主观感觉凉爽。如果高温高热环境下出现头晕恶心,休息后不缓解,要尽快到医院,让医生及时对症治疗。

龚晓杰强调,高温天气应尽量待在凉爽的环境中,不要怕使用空调等降温设备。如果外出,要避免在高温时段,尽量早晚出门,出门时做好防晒,穿浅色透气服装,尽量缩短高温环境滞留时间。此外,对一些高危人群要重点关注,比如老人、婴幼儿、患心血管疾病和精神疾病的人群,如果出现发热、腹泻等急性疾病,要及时就医,避免延误病情。

感受中医药魅力

近日,在浙江丽水经济技术开发区中药博物馆内,小朋友在观看药材标本。

据悉,该馆内设有鲜活浸制标本、腊叶干标本、儿童互动植物园、名贵药材展示、真伪药材辨别等内容,可实物欣赏、互动体验。小朋友在参观展览中增长中医药知识,感受中医药文化的魅力,丰富假日生活。

章勇涛摄/人民图片

今年上半年城镇新增就业678万人

本报讯(记者李丹青)记者近日从人社部召开的二季度新闻发布会上获悉,今年上半年城镇新增就业678万人,完成全年目标的57%。城镇调查失业率有所回落。今年以来,城镇调查失业率整体呈下降趋势,6月份回落至5.2%,较去年同期下降0.3%。同时,积极促进困难群体就业。6月末,脱贫人口务工规模达3259万人,超过3000万人的

年度目标。1月~6月,城镇失业人员再就业268万人、困难人员就业87万人,均同比有所增加。

“我们优化调整稳就业政策措施,全力促发展惠民生。”人社部新闻发言人陈峰介绍,延续实施一次性扩岗补助政策,激励企业积极吸纳就业。1月~6月,就业补助资金支出528亿元,阶段性降低失业、工伤保险费为

企业减少成本超过860亿元,失业保险基金稳岗支出176亿元。

同时,全力促进高校毕业生等青年就业。实施2023年高校毕业生等青年就业创业推进计划,推出十项专项行动。启动高校毕业生等青年就业服务攻坚行动,开展高校毕业生等青年就业创业政策宣传周活动,落实实名制帮扶。实施百万见习岗位募集计

划,截至6月底,共募集见习岗位68.3万个,组织见习51.9万人。

提升就业服务水平。优化重点企业用工服务保障,1月~6月为4.7万家重点企业解决用工需求104万人。深入开展重点群体创业推进行动。开展人力资源服务机构稳就业促就业行动,截至7月上旬,9300多家用人单位提供48万个就业岗位。

下一步,人社部将落实落细就业优先政策,强化岗位挖掘增潜力,加大对吸纳就业能力强的行业企业支持力度;完善促进灵活就业的激励政策和保障措施;强化对困难毕业生和长期失业青年的结对帮扶,帮助他们尽早就业。

(上接第1版)
湖州市吴兴区把工会服务功能搬上云端,上线“心植工”场景应用,涵盖“入会服务”“产改服务”“工惠服务”“益享服务”等模块,每个模块都有若干个子服务项目,企业所需、职工所求都能在上面找到“答案”,被职工们誉为工会服务的数字版“百科全书”。

关爱新就业形态劳动者“精准快”

不久前,杭州外卖配送员彭清林跳桥救人的新闻引发广泛关注。在民营经济和数字经济大省浙江,活跃着大量像彭清林这样的

新就业形态劳动者,他们用诚实劳动和辛勤付出,为美好生活写下生动注脚。

浙江省总通过工会组织“广覆盖”、关心关爱“精准快”,让新就业形态劳动者的获得感成色更足、幸福感更可持续、安全感更有保障。

如何让零星分散、流动性大的新就业形态劳动者“回家”?浙江省总下发《关于建立省总工会联系指导新业态头部(重点)企业工会制度的通知》,全省工会962名干部赴540家新业态头部(重点)企业工会开展联系指导。部署开展“同携手 促规范 共发展”

模范职工之家与新业态基层工会结对共建试点活动,全省135对基层工会开展结对共建。出台《关于新业态基层工会专项经费管理办法(试行)》,设立专项经费,逐步建立起省、市、县三级总工会新业态基层工会经费保障体系。

同时,浙江省总通过与省政府联席会议机制,争取到连续3年省财政资金补助,每年设立1500万元新业态基层工会专项经费,补助250家基层工会开展工作;加强与省委组织部对接,将货车司机等新就业形态劳动者建会入会工作纳入年度全省“两新”党建工作

大局和考核范围;省总每年投入1000万元,牵头实施浙江省“农民工学历与能力提升行动”,每年资助1万名职工接受大专以上学历继续教育和技能提升;杭州市西湖区总工会联合相关部门建立了面向新就业形态劳动者的专属“小哥学院”;全省建成1.2万余个工会户外劳动者服务站点。

“通过多种建会入会方式,做到哪里有职工哪里就有工会组织,最大限度把新就业形态劳动者吸收到工会中来。”在一系列举措下,浙江全省建立新业态领域基层工会6777家,发展会员117.5万人。

活动上下功夫。”曹少飞说。

完备的技能培训与竞赛平台,畅通的人才成长通道,让铜川市一线产业工人创新创业的热情高涨。

铜川下石节煤矿以劳模工作室、创客工作室为平台,培养知识型、技能型、创新型职工,同时重点针对矿井安全生产、经营管理等工作,大力开展科研攻关、技术创新、合理化建议等活动。近年来,已累计征集创新项目503项,232项优秀创新项目得到表彰奖励和深入推广应用,涌现各类小改小革和技术创新成果460余项,累计节约成本近千万元。

“产改”激发了产业工人的创新创造热情,铜川市总工会印发《铜川市群众性经济技术创新活动扶持计划》,持续开展劳模和工匠人才创新工作室创建工作,在全市重点产业链的重点企业创建创新工作室32个,带动培育创新型班组347个,孵化“一线工人创客达人”1100余人,获各类专利创新成果1236项,先进操作法309项。

“产改”是一件惠职工又利企业的好事。围绕这一命题,市总找到了“金钥匙”,探索出一条促进产业工人技能素质提升的道路,让他们既增了才干,有了荣誉地位,又得了“真金白银”。产业工人创新创造热情竞相迸发,也为企业发展增光添彩,推动经济发展。”何建平说。

紧握“金钥匙” 惠职工利企业

报考职称及职称岗位补贴的通知》等,号召产业工人积极提技能、评职称、增收。

然而,该企业大部分一线职工为农民工,无技能等级,且从事的工种是企业独有的小工种,即使拥有绝技绝活,也没有渠道取得技能等级认定,也就谈不上享受相关政策。

之后,铜川市总走访多家企业,发现问题已经是一个普遍现象,严重影响产业工人提升技能的积极性。“我们不能因技能鉴定被‘卡住脖子’,要全力铲除这块绊脚石,畅通一线产业工人的成长成才通道。”铜川市总工会党组书记、常务副主席何建平说。

说了算,2023年初,以铭帝集团为代表的“民营企业小工种职工技能等级鉴定难”作为“产改”难题,被纳入市总工会“揭榜纳贤”解牌难题榜单,成为承诺承办的22件实事之一,由铜川市总工会党组成员、副主席吕福献“揭榜挂帅”。

之后,铜川市总积极组织各种调研,研讨和协调沟通。6月下旬,经省人社厅、人社部公示备案批准,铭帝集团技能等级鉴定中心正式成立。

“该鉴定中心的成立,为铜川民营企业小工种职业技能等级自主评定闯出一条新路,

产业工人成长成才的通道进一步畅通,也让从事小工种的民营企业职工走上了提高待遇的“快车道。”吕福献说。

随着《铜川市关于提高技术工人待遇的实施意见》出台,按照技高者多得、多劳者多得的原则,建立完善技术工人收入增长机制;增加产业工人在各级党代表、人大代表、政协委员的名额比例。同时,为搭建高技能人才储备通道,铜川市总实施“铜川工匠”培育计划,两年间全市共有101名各行各业优秀技能人才入选。

激发创新创造活力

2021年11月,华能铜川照金煤电有限公司检修部继电保护班班长曹少飞到华能陕西新能源光伏电站交流学习时,发现光伏板因积灰等问题严重影响发电效率。

一个偶然看到的问题,曹少飞却没有轻易放过,通过分析问题、反复实验论证,他最终针对性提出解决方案——一种光伏板智能监测报警装置,并获得实用新型专利,公司给予1万元奖励。

“这些都得益于市总工会对创新创造的奖励与扶持。大家都敢于突破自我,在创新

身体上超过50颗痣需警惕黑色素瘤?

本报记者 赵黎浩

“大多数人身上的痣一辈子都不会发生变化,但也存在万分之一的概率出现恶变,当出现‘ABCDE’情况时,需要及时检查是否出现恶变成为黑色素瘤。”云南省第一人民医院皮肤科副主任医师金以超接受《工人日报》记者采访时表示,黑色素瘤的恶性程度非常高,死亡率高,治疗起来比较麻烦,严重危及人的生命健康。

痣是痣细胞从神经嵴向表皮迁移过程中遇到了某种障碍,在表皮聚集而成。由于色素含量程度不同,痣可呈现出淡红色、棕色、褐色、黑色、深蓝色等不同颜色,一般痣的大小为1毫米到几毫米不等,有些先天性的痣面积很大,可达10多厘米,甚至占据身体体面积的很大部分。

金以超介绍,普通人从出生到老都会长痣,绝大多数是良性的,但长在特殊部位,比如长在手掌、脚掌、裤腰带部位、生殖器、指甲下等,由于摩擦等原因,痣发生恶变的概率会大一些。

如何判断痣有没有发生恶变?金以超说,市民需注意痣是否出现“ABCDE”这些信号。A即痣的对称性,沿长轴画一条线,两侧不对称;B即痣的边界,边界不规则;C即痣的颜色,色素分布不均匀;D即痣的直径,后天性长出的痣超过6毫米;E即痣的进展,痣发生快速的变化。

金以超提醒,黑色素瘤在50岁~55岁年龄段的人群相对高发;皮肤白的人也需警惕,因为皮肤阻挡紫外线对痣的照射防御能力偏低;身体上超过50颗痣的人群,有严重的日晒伤的情况,以及有家族史的人群发生恶变的概率相对要高。

“黑色素瘤由黑色素痣演变来的,对有可疑的,朝恶变方向发展发展的痣,要及时处理,在发生恶变的时候可以通过激光、冷冻,或用手术方式将其去掉,防患于未然。”金以超说。

金以超建议,市民需做好防晒,避免痣的增多,长出痣后不要去抠它、摩擦它、刺激它,更不能自行在家用药水点、用针挑,出现“ABCDE”情况后要及时到正规医院找专业的皮肤科医生诊断处理。

青岛一医院开展免费陪诊陪检服务

本报讯(记者张瑜)为方便特殊群体就诊,近日,青岛大学附属医院(以下简称青大附院)推出“医路有我”免费陪诊陪检助医特色服务,解决无陪护老年人、残障人士、独自看病等特殊群体就医存在的诸多困难。

患者王女士记忆力较差,想要前往青大附院崂山区就诊,但家属工作繁忙,无法陪同。家属致电崂山区导医台寻求帮助,工作人员详细介绍了免费陪诊陪检助医特色服务。

患者到达医院后,由陪诊志愿团队的志愿者全程陪同,完成CT、超声、采血等检查项目及缴费、取药等就诊流程。陪诊过程中,如果患者不能完全理解医生的说法,志愿者耐心解释说明,就诊结束后,志愿者致电家属,告知患者的治疗方案及注意事项。

目前,青大附院市南、崂山、西海岸及平度院区均配置了专业陪诊志愿团队。作为“临时家人”,他们为患者提供陪诊就诊、检查、取药及办理住院手续等全流程就诊服务和指导,帮助患者节省就诊时间、少跑弯路,还能凭借医学知识准确分诊,提供专业的健康教育和咨询,为患者排忧解难。

公安部:百日内关停违法违规账号2.1万余个

本报讯(记者周倩)公安部近日召开新闻发布会,通报开展网络谣言打击整治专项行动举措成效,发布第三批10起典型案例。自4月10日以来,公安机关开展为期100天的网络谣言打击整治专项行动。行动期间,全国公安机关共侦办案件2300余起,整治互联网平台企业近8000家(次),依法关停违法违规账号2.1万余个,清理网络谣言信息70.5万余条。

公安部网络安全保卫局政委孙勃峰介绍,专项行动中,针对借热点案事件有组织编造传播谣言的策划者、组织者和主要实施者,公安机关分类分级依法严厉打击。共侦办此类案件500余起,约占案件总数的21%。

以实践“加速度”跑出调研高质量

(上接第1版)

从因应民营企业职工“审美需求”的“‘工’学新思想‘工’讲二十大”微宣讲短视频挑战赛,到以健全工会联系引导社会组织工作机制为目的而构建的“职工群众需求、社会资源、专业服务项目”基础数据库,再到推动以技能工资、技术创新专项奖励、技术成果收益分配等为主要协商内容的能级工资集体协商……在福建省总近日召开的主题教育调研成果交流会上,10项重点调研课题的报告都从调研起笔,从问题入手,在“边调研、边思考、边破题、边落实”的工作中见成效,工会干部们力求以实践的“加速度”,跑出调研的高质量。

据悉,为推动主题教育调查研究成果转化,福建省总坚持问题导向,聚焦工会工作实践中遇到的新问题、工会改革存在的深层次问题和职工群众的急难愁盼问题,确定重点调研课题。为突出目标导向,省总努力探索“调研+实践”一体化工作机制,大力推动应用性、对策性、操作性调查研究,鼓励成熟的调研成果“前置”应用转化。为持续推动检视问题向难处和深处拓展,整改落实从实处和痛处发力,省总进一步强化工作调度,加强督查督办。为完善调研成果转化机制,清单中对调研中发现的38个重点问题,逐一列出了解决问题的具体措施,明确责任单位、牵头负责人和完成时限。对短期能够解决的问题,省总实行项目式管理、立行立改、马上就办、对账销号;对一时整改不了的“顽固性”问题,省总出台了11项整改措施,一以贯之寻求破题之方。

“调研不是一时之计,而是‘常态之策’。调查研究根本目的在于解决问题,推动调查研究见行见效只有进行时,没有完成时。要持续跟踪问效,破解难题,将调查实践贯穿主题教育始终。”福建省总工会党组书记、副主席祝荣亮在交流会现场表示,“省总工会将坚持‘行进式’调研实践的方式,以‘常态化调查研究’推动‘矩阵式成果转化’,努力实现‘人到、办法到、心到、成效到’。”

据悉,福建省总还将探索调研实践成果运用的常态长效机制,在持续对前期调研实践开展“回头看”和“全面评估”的基础上,着力将调研成果经过实践论证、切实可行的对策建议转化为加强工会建设、服务职工群众的长效机制,努力在调查研究中加强前瞻性思考、全局性谋划、整体性推进,让调查研究真正成为工会干部的谋事之基、成事之道。