

雷暴天气暗藏健康威胁!如何科学避险?

□新华社记者 李恒 董瑞丰

当前正值“七下八上”防汛关键期,华东、华北、东北等地强降雨和雷暴天气频发。除直接灾害外,雷暴还可能引发呼吸系统疾病发作、心血管事件增加等健康问题。专家提醒,不同人群健康风险各异,需科学防护、因人施策,提前做好应对准备。

雷暴天气健康威胁需警惕

雷暴天气的健康风险呈现多层次、多系统特点。最直接的危险是雷击,人在户外空旷区域、高地或水域附近时,易成为雷电的袭击目标。根据世界气象组织和其他相关机构统计,全球每年有2.4万至3万人因雷击而死亡,24万至30万人因雷击而受伤。

近年来,雷暴天气引发的雷暴哮喘备受关注。中日友好医院呼吸与危重症医学科副主任医师张永明说,雷雨前,空气湿度变大,让空气中本就聚集的花粉和霉菌孢子颗粒吸水后,体积进一步变大。当有雷暴时,花粉和霉菌被瞬间击碎,变成更为细小的微粒体进入人体下呼吸道,引发过敏性炎症,从而引起哮喘或导致症状加重。

此外,北京大学第一医院心血管内科副主任于扬说,雷暴天气气压骤变,易诱发急性心梗、脑梗等心脑血管急症。老年人因机能衰退和共病状态更易受气候影响。研究表明气温、湿度变化可能引发生理指标波动及情绪应激。公众需提高警惕,出现不适及时就医。

专家还表示,精神健康敏感人群需对雷暴天气高度重视:雷暴时的声响和强光易引发焦虑人群惊恐发作;强风可能导致物体坠落、树木倒塌,加上路面湿滑,易造成意外伤害;雷暴引发的断电,还会威胁依赖医疗设备患者的生命。

科学防护因人施策

中国气象科学研究院副研究员刘恒毅说,面对雷暴天气,普通人群要密切关注天气预报,收到雷暴预警尽量避免外出。若在户外,应尽快寻找有完善防雷设施的建筑物躲避,远离铁塔、大树等;在室内则要远离门窗、水管,拔掉电器插头。

针对哮喘和过敏体质人群,张永明建议,雷暴天气前应关闭门窗,有条件的可以使用空气净化器,过敏体质的人群要备好相关急救药物,如硫酸沙丁胺醇吸入气雾剂等。若出现喘息气促、胸闷咳嗽等症状,应及时使用吸入剂并就医。

“极端气候确实可能会加剧心脑血管疾病风险,但公众不要过度紧张,提前做好常用急救药物,避免情绪激动,出现不适症状及时就诊。”北京大学第一医院心血管内科主治医师李锴印提醒,精神健康敏感人群可尝试深呼吸、冥想等放松技巧,必要时寻求亲友或专业心理支持。

依赖医疗设备的患者和家属同样需做好防护。于扬建议,一是根据设备电源情况保障电力供应,提前充电或准备发电装置等;二是备好设备故障应急包,如使用呼吸支持设备患者需备好管路、简易呼吸球囊,有起搏器植入患者可备用磁铁等;三是确保医疗可及,若发现依赖医疗设备出现异常,需及时就诊或启动医疗救援。

此外,照护者在照护老人、婴幼儿及行动不便者时,应加强居家环境安全,如移除走廊障碍物防止跌倒、卫生间安装防滑扶手、密封电源插座等,提前规划避险方案,掌握常用急救方法及紧急转移路线。还要做到健康风险主动防控,如老人脱水、婴儿体温失调等,照护者需定期做好监测。

携手筑牢防雷安全网

雷暴天气的健康防护是一项系统工程,需要个人、社区和社会各层面协同发力。相关专家在接受采访时,就如何筑牢防雷安全网给出建议:

——在社区防控层面,应当建立分级分类的精细化管理机制。社区卫生服务中心可与物业联动,通过手环等设备实时监测独居老人、心血管疾病患者等高风险人群的健康状况,确保他们在极端天气下能及时获得帮助。

——公共场所更需要加强标准化防护建设。根据我国建筑物防雷设计规范、技术规范、检测技术、雷电防护等相关标准,城市广场、体育场馆等露天场所应当安装雷电预警系统,并设置明显的避险指示标识。公共场所应完善防雷设施,并在雷暴预警时及时疏散露天区域的人群。

——气象服务的升级是防灾减灾的第一道防线。随着人工智能预报等技术应用,利用大数据分析实现预警信息向特定区域、特定人群精准推送,避免预警疲劳。同时,气象部门需进一步提高预警精准度和时效性,通过手机短信、社交媒体等多渠道发布实时预警信息。

——医疗机构应完善急救救治体系。三级医院需储备足量烧伤、电击救治药品和设备,基层医疗机构重点培训心肺复苏等基础急救技能,定点医院建立“绿色通道+多学科会诊”应急机制。

专家强调,雷暴天气虽不可控,但通过提前准备和科学应对,绝大多数健康风险均可有效降低。公众应结合自身情况制定个性化防护方案,关键时刻才能化险为夷。

(新华社北京8月4日电)



江西南昌湾里:

空心村变清凉小筑

□新华社记者 周密 文图

楠坪村是江西省南昌市湾里管理局太平镇的一个自然村。过去,因为村民外出务工,楠坪村渐渐凋敝。

自2020年起,当地政府引入社会资本,与当地财政共同参与改造,再由专业文旅公司负责运营招商,对古村落进行保护利用。从前摇摇欲坠的老屋被改造成颇具设计感的民宿、咖啡屋,村头的小溪被打造成避暑露营地,古村焕发新生。改造后,年营业额近200万元,为村民带来租金收益的同时,还提供了50多个工作岗位。



工作人员正在楠坪村的民宿房间里打扫(8月1日报)。



这是楠坪村里的民宿(8月1日报)。



游客正在楠坪村的咖啡馆休息(8月1日报)。



上图:游客正在楠坪村内参观游玩(8月1日报)。

左图:游客正在楠坪村内参观游玩(8月1日报)。



游客在楠坪村的小溪里游玩(8月1日报)。

视点

□编辑/谢军仁
□版式/任宝红
□审校/王新斌

别让医疗科普沦为“流量生意”

□时本

虚构病例、夸大效果,假科普、真带货……互联网健康科普乱象将迎更大力度整治。近日,中央网信办、国家卫生健康委等四部门联合印发《关于规范“自媒体”医疗科普行为的通知》,明确要求“自媒体”账号对发布转发医疗科普信息的真实性、科学性负责,严禁无资质账号生产发布专业医疗科普内容,严禁违规变相发布广告。

当前,互联网医疗科普的种种乱象着实令人担心。部分自媒体账号为追逐流量,不惜通过杜撰故事、摆拍剧情误导公众,甚至变相兜售药品、保健品;有的利用AI技术生成同质化文案,批量制造虚假信息。更有甚者,将处方药宣传为“特效神药”,利用患者形象进行疗效背书,甚至一天发布上百条伪科普内容。这些行为违背了医生职业伦理,违反了《中华人民共和国广告法》《医疗广告管理办法》等法律法规,损害了公众健康权益。

假如自媒体盛行的虚夸歪风大范围渗透进医疗科普领域,势必导致严重的后果。当虚假信息充斥网络,公众将难以分辨真伪,可能因轻信“偏方秘方”延误治疗,或因夸大宣传盲目用药。更为严重的是,这种歪风还会大幅度降低公众对专业医疗机构的信任,如果网上“江湖郎中”的谣言比三甲医院的科普更吸引眼球,如果伪科学观点在网络空间大行其道,不仅污染了网络生态,更对公众健康构成巨大威胁。

这种现象还会毁了自媒体医疗科普光明的发展前景,也让医疗科普和医患交流失去了一种好方式。互联网为医患沟通搭建了便捷桥梁,专业医生通过科普传播权威知识,公众借此获取科学健康信息,这本是双赢的局面。但若放任虚夸歪风蔓延,真正有价值的医疗科普内容将被淹没在噪音中,公众对网络医疗信息的信任度将大幅下降,最终导致优质科普作者流失,医患关系的良性关系遭到破坏。

通知要求网络平台完善资质认证体系,对医生、护士等从业人员实行分类核查,并在账号主页显著展示认证信息。同时,平台需强化内容溯源管理,对引用转载、AI生成的内容必须标注来源,严禁变相发布医疗广告。对违规账号,要采取取消互动功能、清理粉丝、禁言直至关闭账号等梯度处置措施。这些组合拳既划定了红线,也明确了整改路径。

除了打击违规账号、清理虚假信息,还要鼓励专家参与科普,用优质内容挤压伪科学空间。北京市某三甲医院开展的“百名专家科普行”活动,通过医院官方账号发布权威内容,两个月内相关疾病的网络检索正确率得以大幅提升,证明优质科普具有强大的市场竞争力。遏制乱象,既要斩断灰色利益链,也要疏通优质科普渠道。只有让权威声音占据更多空间,伪科学才会无处遁形。

生命健康容不得半点虚假,科学传播更来不得丝毫忽悠。四部门联合出手,彰显了整治乱象的坚定决心,也为行业健康发展指明了方向。唯有平台切实履行审核责任,医疗机构加强从业人员管理,监管部门持续保持高压态势,才能让权威、专业的医疗科普脱颖而出,劣质虚夸的内容再无生存空间,自媒体医疗科普从此由乱转治。

来源:北京青年报

保障超龄劳动者权益!我国拟出台新规

□新华社记者 姜琳

7月31日,人力资源社会保障部发布《超龄劳动者基本权益保障暂行规定(公开征求意见稿)》,首次明确超龄劳动者基本权益的范围及其保障水平,并为其维权提供了法律依据。

超龄劳动者,即超过法定退休年龄的劳动者。

首都经济贸易大学劳动经济学院教授范围表示,此前由于无法直接适用现行劳动法和劳动合同法,超龄劳动者相关权益面临法律保障不足问题,维权时也会遇到依据不明、渠道不畅、体制不顺等困难。

根据暂行规定,用人单位应当与超龄劳动者订立书面用工协议,明确工作内容、工作地点、工作时间、协议期限、休息休假、劳动报酬、社会保险等事项。用人单位一般不安排超龄劳动者加班,不得安排超龄劳动者从事有职业禁忌等危害其身心健康的劳动或者危险作业。

针对超龄劳动者难以获得工伤保险保障问题,暂行规定强调,用人单位应当按照国家规定为超龄劳动者参加工伤保险并缴纳工伤保险费。个人不缴纳工伤保险费。

“将超龄劳动者纳入到工伤保险适用范围,保障了超龄劳动者遭遇工伤后获得赔偿的权利。”中国劳动和社会保障科学研究院劳动人事争议研究室主任黄昆认为。

退休人员再就业,还能继续领取养老金吗?按照暂行规定,超龄劳动者已享受基本养老保险待遇、职工医疗保险

待遇,用人单位不得解除其劳动合同,不改变其享受基本养老保险、职工基本医疗保险待遇。

“暂行规定充分考虑超龄劳动者享受养老、医疗保险待遇的不同情形,为避免对其就业机会带来影响,对尚未达到基本养老保险或基本医疗保险最低缴费年限的超龄劳动者,提出可以以个人身份继续缴纳有关社会保险费,也可以与用人单位协商通过用人单位参保缴费。”黄昆说。

如果遇到用人单位恶意欠薪、克扣工资、逃脱保险责任等行为如何维权?

暂行规定一方面将超龄劳动者的基本权益纳入劳动保障监察、安全生产和职业病防治监督管理的范围;另一方面将超龄劳动者基本权益争议纳入劳动争议调解仲裁的范围,赋予超龄劳动者更加便捷高效的权益保障渠道。

“这些规定全方位覆盖了超龄劳动者基本权益和其他合法权益保障,构建了司法和准司法部门、行政部门、工会组织多部门协同机制,将推动形成合力,将超龄劳动者基本权益保障落到实处。”范围说,“这是落实积极应对人口老龄化国家战略的必要举措,将让仍有就业意愿和能力的老年人,能够更加安心、舒心地发挥自身劳动价值。”

(新华社北京7月31日电)