

隔夜海鲜下肚，老人入院抢救

盛夏时节，“吃出来的”患者明显增多

本报讯(唐虹 杨冷)隔夜海鲜下肚，七旬老人腹泻不止入院抢救；一口卤味一口冰啤，引发男子急性肠胃炎，腹痛难忍……盛夏时节，天气闷热，各种“吃出来”的毛病多了起来，医院急诊科收治的消化道疾病患者数量明显增加。

市民王奶奶今年75岁，不久前，子女带了很多海鲜上门看望她，由于老人早早就准备好了大桌饭菜，于是就先将海鲜放进了冰箱。隔天中午，王奶奶从冰箱里拿出海鲜，清洗处理后就下了锅。谁承想，午饭后一小时不到，老人突然出现腹痛，并且频繁腹泻、呕吐，持续一段时间未见缓解，于是赶紧前往市三院急诊科就诊。

急诊科护士长徐露回忆，老人当天下午5点左右到科室时，脸色煞白，伴有畏寒症状。入院后，老人再次发生腹泻和呕吐，血压一度降至82/60毫米汞柱，还出现了休克，情况十分危急。急诊科立即予以抢救治疗，并完善了血常规等检查。医护人员在询问了王奶奶当日的饮食情况后，基本确定老人是由于食用了不洁食物而引发的感染性腹泻。

无独有偶，与王奶奶相隔一天，45岁的林先生也因呕吐、腹

泻，到市三院急诊科就诊。据其自述，当天，他吃了隔夜卤味，又喝了几听冰啤酒，半小时后腹部就开始出现绞痛，且一个小时内腹泻3次，呕吐两次，吓得他立即入院救治。

近一个月来，市三院肠道门诊量较之前增加一倍多，这些患者的致病原因，大多与贪食冷饮、进食变质不洁食品有关。急诊科主任周建国介绍，王奶奶和林先生就属于典型的急性肠胃炎，这种夏季常见感染性疾病发病急，通常会有腹痛、腹泻、恶心、呕吐等症状，严重的还会导致脱水、电解质紊乱、休克，甚至威胁生命。

夏季天气闷热潮湿，食品储存不当，极易滋生细菌病毒，加上高温时节，许多人爱好吃夜宵、饮冰啤，诸多因素叠加，导致消化道疾病高发。对此，周建国提醒市民，要谨防病从口入，冷饮、酒水适当节制。避免生食、不洁饮食、暴饮暴食，不吃隔夜菜。冰箱里的食物要生、熟分开保存，以防细菌交叉感染。平时劳逸结合，保证适当的锻炼和充足的睡眠。夜晚开空调睡觉时，注意腹部保暖，避免直吹冷风。一旦出现腹痛、腹泻、恶心、呕吐等胃肠道症状，及时就医。



7月18日，京口区玫瑰葡萄园的果农在采摘夏黑葡萄。据果农介绍，受近期雨水的影响，葡萄裂果较多，产量有所损失，但玫瑰葡萄园这些年坚持有机种植，葡萄枝条每年打碎、发酵、返田，保证了葡萄的品质。

王呈 崔世林 摄影报道

阴雨天气又来 出行注意安全



本报讯(记者 朱秋霞)7月19日，天气君有点随意。早上阳光还忽隐忽现，午后又迎来新一轮降水过程，由于空气湿度较大，体感闷热，需要注意防暑补水，同时雨天路滑，出行需要注意交通安全。

未来十天，7月20日至22日仍多阴雨天气，其中20日至21日雨量较大，23日后转为晴好天气。气温先抑后扬，22日前最高气温30℃左右，23日后气温上升，最高气温33℃至36℃。

具体预报：7月20日阴有阵雨或雷雨，雨量大雨，局部暴雨，东南风3-4级，最低气温23℃到24℃，最高气温28℃左右；21日阴有阵雨或雷雨，雨量中到大，最低气温24℃到25℃，最高气温30℃到31℃；22日阴有阵雨或雷雨，雨量中到大，最低气温24℃到25℃，最高气温30℃到31℃。

公路部门启动应急预案应对暴雨天气

本报讯(朱浩 王静 钱晨阳)7月19日，我市发布暴雨黄色预警，市公路部门立刻启动应急预案，所有应急人员在岗在位，加强值班值守、道路巡查，及时应急处置。

当天，全市公路系统6个路网中心加强运行监测，公路应急人员全部出动上路巡查。通过视频巡查和现场巡查，及时发现拥堵路段和积水路段，迅速应急处置，确保公路基础设施处于良好状态。

通过公路情报板及时发布道

路积水提示信息，提醒过往车辆注意行车安全，及时调整出行路线。在G346、G523、S338、S243等易积水路段，应急人员通过水位监测系统实时监测积水深度，及时掌握积水状况，做好应急处置。同时，严格落实24小时值守和领导带班制度，做好路网信息的上传下达，确保各类突发事件得到及时妥善处理。

据统计，当天，公路部门共出动巡查人员400余人次，出动巡查车辆80余车次，处理边坡、边沟450米。

镇江水文分局查勘太湖联防地区险工险段

本报讯(谢运山 栾继业)当前正值“七下八上”防汛关键期，极端天气多发，镇江水文分局积极关注太湖联防地区险工险段，并进行现场查勘。

镇江水文分局作为太湖联防组的成员单位，高度关注联防地区内的险工险段情况。为切实了解险工险段的具体情况，该局组织人员多次查勘大陆水库、通济河等险

工险段，要求有关部门做好险工险段的应急测报预案，确保在出现险情时能第一时间赶到现场，做好应急监测工作，及时向防汛决策部门提供现场水文监测数据。

下一步，镇江水文分局将继续密切关注水雨情、汛情及工情变化，做好人员、设备、车辆安排，积极开展太湖联防地区的防汛联动响应。

■ 相关新闻

“三伏天”如何通过饮食养生?

新华社沈阳7月19日电 随着一年之中气温最高的“三伏天”来临，如何在入伏后通过饮食实现养生，成为很多人关注的话题。对此，辽宁省沈阳市中医院老年病科病房主任历飞表示，入伏后，饮食上需要做到“两不吃三多吃”。

“‘两不吃’是指不吃生冷寒凉食物，忌食剩菜、剩饭、剩瓜果。”历飞表示，天气炎热，很多人爱吃生冷寒凉食物如冰淇淋、冰西瓜、冰饮品等，以在短时间内缓解炎热的感觉，但这些食物摄入过多容易生湿伤脾。

“‘三伏天’也是高温、高热、高湿的代名词，微生物、细菌很容易繁殖，如果剩菜、剩饭、剩瓜果没有马上放入冰箱，尽管味道还没有明显变化，也建议不要再吃了。”历飞说。

“‘三多吃’指的是多吃养脾、祛湿食物以及吃姜。”历飞表示，

“三伏天”食用冷饮冷食后，容易导致湿气重，而湿气伤脾。因此，“三伏天”可以多吃养脾的食物，比如芡实、茯苓、莲子、百合等可以煮汤食用，而茯苓、陈皮、白扁豆、甘草等可以泡水饮用。

“想要祛湿，可以将红豆、薏米、芡实、茯苓、赤小豆、大麦等煮水饮用。薏米、芡实、茯苓有利湿的功效，红豆可以理气，大麦有健脾利尿、清热解暑、平胃止渴等功效。”历飞表示，“三伏天”养生也适合吃姜，驱寒扶阳。“俗话说‘冬吃萝卜夏吃姜，不劳医生开药方’，可见适量吃姜有益身体健康。”

此外，历飞建议，夏季雨后或淋雨后身体出现畏寒症状时，可饮用生姜红糖水驱散寒气；风寒感冒时，可饮用生姜葱白饮缓解全身酸痛、恶寒等症状；夏天过多食用冷饮后胃部不适，可用生姜和橘皮煮水喝；用醋泡姜食用，可以帮助缓解消化不良、健脾开胃。

经营性房产招租信息

1. 谏壁雪山街53号1-2层门面房，位于谏壁雪山街西侧内巷中，面积211.81㎡，租售，推荐业态：餐饮、母婴用品、干洗店等生活配套。

2. 紫园门面房(14间，上下两层)，位于黄山西路和九华山路交叉口西北侧，面积1431.32㎡，单套面积120-250㎡，租售，推荐业态：超市、烟酒店，美容美发，餐饮，烘焙店，早教中心，亲子乐园，休闲娱乐等。

3. 官塘绿苑二二期商办，位于官山路以西，五凤口路口以南，面积7409.12㎡，租售，推荐业态：酒店式公寓、养生会所、特色餐饮、办公等。

4. 颐高门面房，位于颐高广场2幢0115室，面积131.14㎡，出租，推荐业态：特色小吃、教育培训等。

联系人：徐女士
电话：0511-80859805