

寒潮即将“到货” 做好保暖防护

本报讯(记者庄媛)近日,本市气温回暖。但据气象部门播报,周四本市将迎来寒潮天气,气温骤降十余度直逼冰点。天津中医一附院老年病科、天津医科大学第二医院神经内科专家提示市民,寒潮天气要做好健康管理和防护。

这些人群要特殊关注

中老年人、孕产妇、婴幼儿和心脑血管疾病患者(如高血压、脑中风、冠心病等)、呼吸系统疾病等慢病患者以及长时间在户外工作或活动的人群,容易受到寒冷天气影响,需要特殊关注。

中老年人,由于体力渐衰和劳动能力减弱,代谢功能降低,产热相对减少,体温调节功能差,以致在低温环境或接触寒冷后,很容易发生寒颤,出现身体失温。因此在寒冷的季节,特别要警惕身体失温的发生。

婴幼儿,由于发育还不完善、免疫

系统不完善,体温调节能力弱,也会因寒冷天气造成失温、患病等问题。

心脑血管疾病患者,因低温刺激会使血管收缩、血压升高、心率加快、心肌缺血、血液黏稠度增高促使血栓形成,因此环境温度的骤变会加重心脑血管疾病患者的病情,导致高血压患者血压急剧上升而发生脑卒中,也可诱发冠状动脉痉挛而导致心肌梗死。

呼吸系统疾病患者,冷空气可使鼻咽部的局部黏膜变得干燥,以致发生细小破裂,病毒、细菌容易乘虚而入,造成呼吸道疾病高发。气温骤降可以诱发哮喘等疾病的加重。

另外,长时间在寒冷地带工作、生活或气温骤降期间长时间在室外工作和活动的人群,容易引起冻伤、腰腿痛和风湿性疾病病情加重。

做好这些健康管理和防护

北方地区居民虽然在室内有暖气等保暖设施,但寒潮来临气温骤降时,

应进一步加强保暖防护,同时要预防一氧化碳中毒。要关注天气预报,注意室内和自身保暖,中老年人和儿童尽量减少外出。

当气温发生骤降时,要注意添衣保暖,特别是要注意头、手、下肢等部位的保暖。室内适当通风;尽量减少外出,如需外出当心路滑跌倒;大风天气,外出注意高空坠物;脑卒中高危人群尽量不外出,如需外出要准备好御寒用具,围好围巾,戴好帽子,同时注意手足保暖;适度调整锻炼时间或选择室内锻炼,以舒缓项目为宜;恰当调整饮食,推荐减少高胆固醇食物摄入,多吃高纤维食物;伴有高血压、糖尿病、血脂异常的患者,建议遵医嘱规律服用降压、降糖、调脂等药物;规律监测血压、血糖、血脂等指标,如波动较大或控制不佳时,及时到医院就诊,调整药物的使用;关注天气预报,关注相关部门发布的寒潮消息或警报。

四条公交线路有调整

本报讯(记者庄媛)记者从市公交集团第四客运有限公司了解到,即日起,调整666路、817路、840路走向,并开通666路快线。请市民关注线路变化,合理安排出行需求。

666路调整后,由民航大学公交站开往中心公园站。撤销雪莲桥、东城家园、杨柳南路地铁站、万东路地铁站、泰昌路地铁站、泰兴南路、东风立交桥、天津七中、唐口地道、南横街、天津站海河广场、天津站站;增加嘉春园东门、怡然庭院、二号桥地铁站、变电所路、一号桥地铁站、昆仑桥西(下行)、昆仑桥西(上行)、中山门地铁站、二宫、蝶桥公寓、大直沽、直沽地铁站、五十四中学、六纬路十三经路、大光明桥、小白楼(下行)、科学会堂(下行)、保定道(下行)、大同道(上行)、中心公园站。

817路调整后,由金桥公交站开往军粮城北公交站。中途设站金桥公交站、中东庄地铁站(南侧)、军粮城北公交站。运行时间为:金桥公交站7点30分至16点30分,军粮城北公交站8点05分至17点50分。

840路调整为贵环小区公交站环线。撤销中心公园、保定道、科学会堂、小白楼、大同道、大光明桥、六纬路十三经路、五十四中学、直沽地铁站、大直沽、蝶桥公寓、二宫、中山门地铁站、昆仑桥西(下行)、昆仑桥西(上行)、一号桥地铁站、变电所路、二号桥地铁站;增加怡然庭院、嘉春园东门、归航路、跃进北路地铁站、汇航路方山道、贵环小区公交站。运行时间为:贵环小区公交站(内环)6点15分至20点20分;贵环小区公交站(外环)6点30分至20点50分。

新开通的666路快线,由天津站公交站开往民航大学公交站。沿途设站:天津站公交站、南横街、唐口地道、天津七中、东风立交桥、泰兴南路、万东路地铁站、东城家园、雪莲桥、跃进北路天桥、财城大厦、民航宾馆、民航大学公交站。运行时间为:天津站公交站6点30分至22点;民航大学公交站6点20分至21点。

围炉煮茶暗藏风险 小心一氧化碳中毒

本报讯(记者狄慧)天气渐渐转冷,围炉煮茶,围炉烤肉,成为时下年轻人流行的一种聚会方式。然而一些人围炉煮茶后出现了头晕眼花、恶心耳鸣、浑身无力、全身不适等症状,市中医药研究院及附属医院急诊科医师赵晓丽提醒,这些症状很可能是一氧化碳中毒。

煮茶的炭火和机动车急速的发动机中的燃料没有充分燃烧,以及各种原因的煤气泄漏都可能使人一氧化碳中毒。轻则出现头晕头痛,眼花耳鸣,浑身无力,重则出现昏迷、肺水肿、肾衰竭等危重病证。一氧化碳中毒的典型症状樱桃红的嘴唇不是每个一氧化碳中毒患者都会出现。等它出现,中毒病情一般已经进入中度阶段了。

一氧化碳中毒,首要的是脱离中毒环境,保持呼吸道通畅,呼吸新鲜空气,送达医疗机构给予补充氧气,根据病情需要有些病人可能还需要高压氧治疗。有些患者可能会有迟发性脑病,遗留神经系统后遗症。所以预防一氧化碳中毒发生是最重要的。

避免一氧化碳中毒,厨房安装一氧化碳报警装置;注意开窗通风;永远不要让汽车在密闭环境下持续发动机启动状态;千万不要在室内、帐篷等密闭空间内使用木炭等燃料的烧烤架或便携式野营炉;千万不要在家里使用燃烧燃料的发电机,即使室外使用的发电机,也应在开着窗户或者在通风口附近使用;燃气灶、炭炉、燃气热水器应每年由专业人员检查。

10号线丽江道站A口完工

新技术节省半月工期

本报讯(记者雷风雨)天津轨道交通集团加快智慧轨道交通建设,在本市重点工程建设中积极推进智能建造。日前,天津地铁丽江道站A出入口采用预制地连墙工法进行施工,实现封围,这是预制地连墙技术在京津冀地区的首次应用。

丽江道站A出入口位于西青区丽江道与纪明路交口西北侧,通道长64米,横穿丽江道,基坑开挖深度最大约10米,采用明挖顺作法施工。“预制地连墙的强度、防水性能等指标均优于现浇地连墙,该出入口仅用13天就顺利完成了全部49幅地连墙施工,节省工期约半个月。”天津轨道交通集团所属地铁集团第二项目管理部技术副经理童刚强说,预制地连墙免去了施工现场排筋、绑扎、合模等作业,减少了现场混凝土浇筑量,对周边环境及居民正常生活影响更小。



天津轨道交通集团加快智慧轨道交通建设,在重点工程建设中积极推进智能建造。近日,地铁丽江道站A出入口采用预制地连墙工法进行施工,实现封围,这是预制地连墙技术在京津冀地区的首次应用。 本报记者 高莹辉摄

多条道路因施工禁行或变窄

注意绕行减速

本报讯(记者胡智伟)记者自交管部门了解到,即日起全市部分路段因启动施工禁行或变窄,交管部门提示市民经过相关路段注意减速慢行。

因供水管道施工,即日起至12月4日,河西区艺林路施工路段道路变窄。

因管道施工,即日起至12月31日,河西区台儿庄南路(黑牛城道辅路至玉湾西路段)等道路变窄。

因管线施工,即日起至12月31日,河东区先锋路(变电所路至詹庄子道段)、真理道(凤凰路交口)和六纬路(富民路至北柴厂大街段)变窄。

因地铁设备维修施工,即日起至2024年2月15日,河东区光华路(富民路以东396米至津塘路交口);津塘路(光华路至跃进路段)(昆仑桥区段)(5处非桥区段交口:广宁路、砖瓦厂路、龙峰路、雪莲南路、双东路)(3处

桥区段交口);津塘路辅路(跃进路、福山路交口)变窄。

因管线施工,明日(11月22日)起至12月2日,河东区成林道滨河里小区口处机非混行车道及人行道路变窄。

因管线施工,11月23日起至12月31日,河东区凤凰路(真理道至满江道段)、凤山路(凤凰路至凤溪路段)、凤亭路(凤山道至满江道段)、鲁山道(凤亭路至凤溪路段)局部道路变窄。

因道路整修施工,即日起至12月31日,南开区长江道(密云路至红旗路段)局部车行道、人行道变窄。

因自来水施工,即日起至12月15日,红桥区敦煌道(洪湖南路至洪湖北路段)、洪湖中路(敦煌道至洪湖东路段)、新德道(丁字沽二号路至丁字沽三号路段)、彰武路(丁字沽三号路至清源道段)、开源道(绥中路至彰武路

段)、清源道(凤城路至咸阳北路段)、凤城路(开源道至丁字沽一号路段)、龙悦路(西青道至维新道)道路变窄。

因道路维修施工,即日起至12月31日,东丽区六经路(一纬路至四纬路以南道路终点段)禁止机动车通行。施工期间,过往机动车可绕行五经路、七经路等道路。

因管道施工,即日起至12月10日,北辰区荣国路(光荣道至龙武道段)道路变窄,禁止机动车由南向北通行。龙武道(荣国路至佳荣里供热站)道路变窄,禁止机动车由西向东通行,过往车辆及行人请按交通标志指示通行,可绕行辰盛路、佳宁道、光荣道、辰昌路等道路通行。

因道路施工,明日(11月22日)起至12月22日,西青区万卉路(阜锦道至永旺西路段)封闭,过往车辆可绕行飞霞路、阜盛道、阜锦道、星光路等道路,注意避让。

因道路施工,11月24日起至2024年7月23日,西青区赛达八支路(赛达北三道以南90米至赛达北三道以南270米段)变窄。