

立秋未“入秋” 高温天持续

今天下午到夜间有强降雨

昨日虽已立秋,但还没有真正“入秋”,15时各区气温均在33℃上下,还是非常闷热。今天下午到夜间,将有较强降雨,市民出行务必注意安全。

立秋节气对于我国大多数地区来说,仍处于夏日,距离进入气象意义上的秋天还比较远。

从常年来看,津城要到9月中旬以后才会开启入秋进程,所以立秋并不代表炎热的天气就此结束。

往年立秋期间,强对流天气

仍然频发。预计今天下午到夜间,本市就将迎来一次较强降雨天气过程,其中中心城区及环城四区、滨海新区中北部有大雨,静海、滨海新区南部有大到暴雨,个别点大暴雨,蓟州、宝坻、武清、宁河有中雨,最大小时降雨量30—50毫米。主要降雨时段在今天夜间,预计明天早晨降雨逐渐结束,市民需及时关注临近预报预警信息,出行注意防雷避雨,晚高峰注意交通安全。

受降雨影响,今天最高气温

下降至28℃上下,与昨天相比会舒适很多。

周末两天天气逐渐转晴,最高气温升至30—32℃,其中周日体感温度最高将达到35℃,仍需当心中暑。

今天,多云转雷阵雨,下午至夜间东风转东北风3—4级(滨海新区东风3—4级转东北风4—5级阵风6—7级),最高气温28℃,最低气温24℃,体感温度最高31℃,最低25℃。

记者 王婷

健康

数字时代工伤——“鼠标手”纳入职业病

感到手部不适尽快就医排查 别等肌肉萎缩才重视

本月起,新版《职业病分类和目录》正式实施,“鼠标手”首次作为职业病被纳入国家法定目录,这一消息引发广泛关注。那么,“鼠标手”究竟有哪些症状呢?

“鼠标手”在临床上被称为“腕管综合征”,是最常见的周围神经卡压性疾患。长时间使用鼠标会使手腕反复屈伸,从而引发酸胀感,故而得名。数据显示,“鼠标手”作为“数字时代工伤”,在我国视频终端工作者中的患病率达12%—15%。

医生介绍,人的手腕处有腕骨和系带,二者形成腕管,肌腱和正中神经从中通过。在重复手腕活动的过程中,会导致滑膜水肿、滑膜炎症,肌腱增厚,造成整个腔内容物体

积增大。

在日常生活中,人们很容易将“鼠标手”和颈椎病引起的手臂不适症状混淆,从而延误治疗。实际上,二者在症状上有明确区别。“鼠标手”最早容易出现的症状是,大拇指、食指、中指以及无名指的桡侧出现麻木、刺痛感。病情严重时,手掌会没有力气,例如抓东西时会掉落。更严重的话,大鱼际处的肌肉会萎缩,导致手部功能逐渐变差。

记者了解到,除了长时间使用电脑、手机的办公一族容易患上“鼠标手”,还有很多其他诱因,其他一些职业的人群也是高发群体。若自测发现有上述症状,很可能就是患上了“鼠标手”。

医生提醒,一旦发现症状,要及时进行干预。例如,可对患处进行制动,保护其避免反复继续损伤;还可以进行物理治疗,如针灸;甚至可以口服一点非甾体类消炎药,减轻局部炎症。若病情较为严重,还可以进行局部的封闭治疗,这些都是有效的治疗方法。

此外,还有两个能有效预防“鼠标手”的动作。平时可以做握拳运动,让屈肌肌腱进行肌腱滑动。在不麻不痛的情况下,还可以进行伸展动作,用另一只手握做着做背伸,但前提是不痛不麻,若出现麻或痛的情况,应立即停止。这两个动作可以帮忙牵拉正中神经,减少“鼠标手”的发生几率。

整理 王喆

长期使用原料超标的手机壳可能危害健康

塑化剂工业胶重金属含量超上限

如今,手机已成为人们生活中不可或缺的物品。大家手机不离手,为求方便和安全,纷纷给手机配上各式各样的手机壳。然而,医生提醒,手机壳里很可能隐藏着威胁健康的“元素”,大家务必提高警惕。

商务部的统计数据显示,2024年我国手机壳市场规模近160亿元,消费对象主要集中在18到40岁的人群。记者走访市场发现,手机壳价位普遍在二三十元钱,甚至更低,兼具时尚性和耐用性的塑料手机壳最为畅销。有市民表示更换手机壳的频率较高,十几元钱的塑料材质手机壳,不喜欢或者损坏了丢掉也不会太心疼。

但这些看似物美价廉的塑料手机壳,真的如此“友好”吗?记

者随机购买了几个畅销款,带到天津理工大学分析测试中心进行检测。首先检测的是一个宣称“优选上等材质,无毒无害”的手机壳,结果却显示塑化剂超标。天津理工大学分析测试中心副主任刘金彪解释,使用正规塑料制作手机壳,只需添加微量塑化剂就能达到塑形效果,且符合国家标准。但小作坊或不法商贩用废垃圾重塑手机壳时,需加入大量塑化剂,导致其含量超标,进而影响人体健康。

现场检测的第二个手机壳,塑化剂使用量在国家标准范围内,却大量使用了工业胶,同样属于劣质手机壳。刘金彪指出,这些工业胶中含有甲醛或苯系物等对人体有害的物质。

据了解,国家市场监管部门曾对20款不同价位的手机壳进行检测,结果令人担忧。为使手机壳色彩鲜艳,一些不法商家使用工业级廉价染料,导致手机壳中的重金属、工业级铅含量超出国家标准上限30倍。

医生提醒,长期使用塑化剂超标的手机壳,可能会导致人体内内分泌系统紊乱;而工业胶中的甲醛、苯系物等有害化学物质,则会对呼吸系统和神经系统造成伤害。市胸科医院呼吸与危重症学科主任医师谷松涛介绍,这些有害物质吸入气道后,会引起咳嗽、胸闷、气短等不适症状,还可能造成注意力下降。长期接触,甚至可能致癌。

记者 李岩 王喆



荧屏早知道

电视剧

■ 天津卫视

19:30 小日子(24—25)

朱劲草在无锡把工作伙伴的口味都摸清了,给每个人都点了外卖,给同事们留下很好的印象,他正在逐渐融入这个团体。周鱼告诉顾茉莉,个人画展才开了没多久,她的画就卖出了七八幅。李蕊为直言直语的丈夫向顾茉莉表示抱歉,称她的画作很好。陈总提醒顾茉莉,自从周鱼来了飞鸟画廊,飞鸟画廊的味道就变了,他提醒她小心。汪凌霄给沈榴榴推荐了一个工作机会,今天面试时,王凌霄特地来给她坐镇帮忙,但沈榴榴还是想凭借自己的努力,而她也确实用自己的实力获得了迈克尔的认可和肯定。

■ 文艺频道

18:45 陌上又花开(10—11)

苏立冬垂头丧气回家,母亲看出他不对劲,苦苦追问其中原委,苏立冬口口声声称他今天见义勇为救了一个姑娘,还让秦国安作证,母亲听到苏立冬喊秦国安姐夫倍感意外。于大河想尽快把挂月路修好,可村里没钱,于大河决定带建筑队进城打工赚钱,他想先进城探探路子。

于大河回家和母亲说明他要进城打工,母亲不舍得他去受苦,又担心他去找马春秀,于大河心意已决,母亲也只好作罢。

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:小日子

21:20 幸福来敲门

■ 新闻频道

18:30 天津新闻

18:57 都市报道60分

■ 文艺频道

18:45 多彩剧场:陌上又花开

21:15 青春有腔调

■ 影视频道

17:30 傍晚剧场:叶落长安

19:00 强档剧场:武工队传奇

■ 都市频道

18:20 津津有味

20:55 都市生活剧场:猎狐

■ 体育频道

18:00 旗开得胜

18:55 体坛新视野

■ 教育频道

19:20 法眼大律师

20:10 百医百顺

(节目如有变动 以当天播出为准)

明日演艺

★剧目:京剧《刺巴杰》《碰碑》

明日14:00 广东会馆

★剧目:曲艺荟萃专场

明日16:00 荣程小百花剧场

★剧目:河北梆子《秦英雄西》

明日19:00 武清影剧院

★剧目:京剧《罗成》

明日19:15 滨湖剧院

★剧目:儿童剧《小红帽森林奇遇记》

明日14:00 津湾小剧场

★剧目:相声专场

明日19:30 名流茶馆

(么家佳)