

编者按: 晴天酷热难耐,雨天潮湿闷热。炎热的天气烦躁了人们的心情,疯狂的暴雨干扰了人们的出行,更重要的是,湿热的环境还或轻或重地“骚扰”着人们的健康。天气影响着衣食住行,关心天气,就是关心我们自己,关心天气,更要关心身体。



7月10日上午9时许,滨州城区积水严重,一男子背着一女子趟水过马路。7月9日晚至10日,滨州遭遇暴雨袭击,当地发布暴雨红色预警。 本报记者 李运恒 摄

# 下着暴雨 蒸着桑拿

## 酷暑到来,腹泻进入高发季;专家提醒不要滥用抗生素



### 积水超轮胎2/3 勿强行通过

1.一般来说,只要积水高度不超过轮胎的三分之二,车辆涉水前行基本是安全的。如果积水高度超过车轮高度的三分之二,不要强行通过。一旦积水从车辆排气管倒灌入发动机,就可能造成车辆的严重损伤。为防止积水倒灌入排气管内,涉水通行时车辆应保持低挡匀速。

2.如果车辆不小心在水中熄火,或者在停车场遭遇积水,司机切忌重新点火启动。因为重新启动会令已经进水的汽缸受到压缩水的冲击,造成发动机严重受损。这种情况下,应立即拨打保险公司电话和救援电话。

3.在雨中夜间驾驶时,地面因积水会反射光线,适当地变换远近灯光,有助于及时发现前方障碍物。此外,雨天行车,玻璃容易起雾,司机切忌一边开车一边自行擦拭玻璃。

4.在雨中行车应保持直线和低速行驶,特别是在高速路上,车速最好控制在30km/h内,并和前车保持安全车距,勿跟大货车。如果需要停车,最好提前100米左右就开始减速、轻点刹车,给后面的车辆留出足够的应对时间,避免由于刹车过急造成碰撞或者追尾。

5.雨天道路湿滑,车辆容易发生侧滑。如果是前轮侧滑,应当将方向朝侧滑的相反方向转动;如果是后轮侧滑,要将方向朝侧滑的一侧转动,切不可打反方向。

6.防止车牌脱落,车主应尽可能将车牌用4颗螺丝固定,而不是只固定上方的两颗螺丝。

本报济南7月10日讯(记者 李钢) 酷暑到来,省城成了“小火炉”,肠道传染病也因此进入高发季。专家提醒,发生腹泻要继续进食,患者不要自行滥用抗生素,否则,急性腹泻有可能转为慢性腹泻,治疗起来得不偿失。

“在街上买的那种凉菜,吃了当天晚上就开始‘拉肚子’。”省城市民张女士不得不在第二天到社区诊所就诊,“医生说,主要是吃的东西不干净引起的。”近日,记者从省城各医院了解到,腹泻患者有所增多。

济南市疾控中心也发布预警,提醒市民预防腹泻。专家介绍,在

炎热的夏季,极易发生肠道传染病等。夏季肠道传染病主要是因吃了不清洁的食物所引起的。因此,预防夏季肠道传染病的关键是做好饮食卫生。凉拌菜不宜多吃,吃时应洗净,并用冷开水冲洗。此外,充足的睡眠和丰富的营养有助于增强体质,从而利于夏季肠道传染病预防。

一旦家中出现腹泻、呕吐的病人,首先要及时到医院就诊。若不能及时到医院就诊,要在家中及时口服补液盐。发生腹泻后人体损失最多的主要是身体里的液体和电解质。人体一旦脱水,很可能引发肾功能衰竭,这是腹泻死亡的主要

原因。专家同时提醒,发生腹泻要继续进食。有人觉得“拉肚子”后应减轻些肠道负担,所以主张采用饥饿疗法。专家表示,饥饿疗法并不提倡。因为腹泻导致身体营养损失,应及时进行营养补充,可以吃一些稀、软、易消化、有营养的食物,如鸡蛋羹、麦片粥、米粥、面条等。

专家还提醒,要吃当季的食物。夏季炎热潮湿,再加上人体新陈代谢旺盛,体力消耗大,大人小孩都会出现全身乏力、食欲不振、精神萎靡等症状,这时多吃点有滋补作用的食物,能起到益气养阴、增强体质的作用,以帮助消除“苦夏”。

### 未来几天 雷雨继续

本报济南7月10日讯(记者 王茂林) 过去两天,雷电交加,暴雨袭城让我省部分地区感受到了降水的猛烈。从省气象台了解到,暴雨,桑拿天将是未来几天我省天气情况的关键词。

“9日主要是鲁西北地区出现暴雨,济南的主要降雨从9日夜间开始,10日下午鲁西北的降雨又开始了,预计这三天还是维持目前的形势,强降水主要在鲁西北、鲁中部和半岛北部一带。”山东省气象台副台长兼首席预报员杨成芳介绍。

杨成芳介绍,7月1日,我省已进入主汛期,副高是影响我们的主要天气系统,我省处于副热带高压边缘,水汽、势力条件比较好,容易产生降水,雷雨天气在主汛期内非常常见。

在享受大雨冲走干热的同时,全省人民也要做好准备度过“桑拿天”,“转一圈儿回来就像洗了个澡”的感受还会持续几天。据省气象台预报,气温方面,未来几天内,除降水不明显的鲁南地区高温将达到35℃,其他地区在30℃左右,沿海地区在28℃左右。

“虽然气温不太高,但是空气湿度大,在副热带高压系统下,再加上没有明显的冷空气影响,我省还将会是桑拿天。”杨成芳说。

### 七千次闪电 仅4条电路跳闸

本报济南7月10日讯(记者 廖雯颖 通讯员 段德咏 郭铁敏) 9日0点到24点,全省降雨过程中共出现闪电7000多次,山东电网仅有4条220伏线路受雷击跳闸,全部瞬时自动重合成功。

### 暴雨地区密集发生水淹车,多因涉水行驶

## 路况不熟悉,不要趟水行车

本报济南7月10日讯(记者 王茂林) 由于全省各地连续出现强降雨天气,记者从省城几家财产险公司了解到,近日接到的雨水水淹车辆报案中,司机因不明前方积水深浅造成车损的案例不少。保险公司提醒车主,在雨中行进尤其要谨慎驾驶。

“这两天像滨州、东营、济南这些地方,车辆被淹的报案尽管没有

明显增多但也有不少,滨州雨下得大,目前来看报案也最多。”平安产险山东分公司车险部吴先生介绍,从9日上午10点半起到10日上午9点半,滨州出现59起水淹车辆报案。

吴先生说,目前没有接到严重的涉水行驶导致发动机损伤案件,主要损失多为驾驶室进水,通过车损险可以理赔。在暴雨天气情况

下,通常一些高档车辆驾驶室、气囊、电脑损坏,通过车损险也可以理赔。

他同时介绍,这些水淹车辆案件,9成以上是由涉水行驶导致的,司机对前方路况不熟悉,车辆静止情况下的被淹案件非常少见。“比如济南周边区县出现的几起水淹车辆案例,原因主要是通过铁路桥或地势低洼路面。”



### 脚下突陷坑 女子掉其中

7月10日上午,滨州市一女子在黄河五路与新立河东路路口人行道上正常行走时,脚下路面突然塌陷,致使女子掉入坑内。后经交警救助,女子被救出。

本报记者 刘涛 通讯员 牛琨 摄影报道