

警惕夏季致命急症热射病

很多人认为中暑只是头晕、出汗的小问题，休息一下就能好转，却不知道热射病是中暑最严重的类型，属于危及生命的急危重症，若救治不及时，极易引发多器官衰竭，死亡率极高。

热射病是因暴露在高温高湿环境中，身体产热大于散热，导致体温急剧升高、机体体温调节及代谢功能彻底紊乱的全身性疾病。不同于普通轻症中暑，热射病患者核心体温可飙升至40℃，神经系统和心、肺、肝肾等重要脏器会快速受损，是夏季当之无愧的“高温杀手”。

热射病主要分为两种类型，覆盖不同人群。经典型热射病多见于老人、嬰

幼儿、孕产妇，以及患有慢性病、体质虚弱的人群。这类人群体温调节能力弱，即便没有剧烈活动，长期处于闷热不通风的室内，也可能缓慢发病，症状隐蔽，容易被家属忽略。劳力型热射病则多发于青壮年，建筑工人、环卫工人、户外骑手、高温下剧烈运动的人群是高危群体，发病迅猛，短时间内即可出现重症症状。

区分普通中暑和热射病，是保命的关键。普通中暑表现为头晕乏力、口干出汗、恶心心慌等症状，及时转移到阴凉处、补充水分、休息后，短时间内即可恢复。而热射病有典型特征：超高热、皮肤干热无汗、意识障碍。患者会出现意识

模糊、胡言乱语、肢体抽搐、嗜睡昏迷等症状，病情进展极快，几乎无法自行缓解。

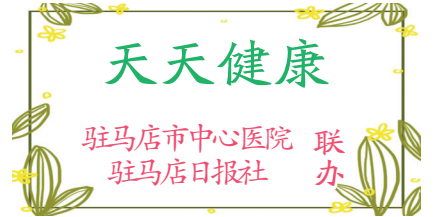
遇到热射病患者，正确急救至关重要。发现疑似患者，需立刻将其转移至阴凉通风环境，脱去厚重衣物，用凉水擦拭全身并借助风扇、空调加速散热，快速降温是首要原则。切勿盲目喂水、喂药，防止患者因呕吐引发窒息，同时需立即拨打120，争取黄金救治时间。

预防大于救治，日常防暑不能松懈。高温正午尽量避免外出劳作、运动；密闭房间及时开窗通风、开启降温设备；坚持少量多次饮用温水或淡盐水，补充

流失电解质；重点关注老人、小孩等高危人群，避免长时间闷热独处。

高温无小事，防暑保平安。认清热射病的危害，掌握科学的预防和急救知识，才能有效规避夏季高温风险，守护自身和家人的生命健康。

(市中心医院急诊科 王振)



遇到隐翅虫千万不要拍打

本报讯(全媒体记者 刘金霞)近日，市民刘女士发现脖子一侧发红且轻微瘙痒，以为是皮肤过敏，并未在意。然而几天过去，发红部位不仅面积扩大，还出现了粗糙起皮、糜烂渗液的情况。苦不堪言的王女士赶忙前往市中心医院皮肤科就诊，被接诊医师确诊为隐翅虫皮炎。

“当隐翅虫被拍打或碾碎时，

毒液瞬间释放接触皮肤，便会引发剧烈的急性炎症反应。”据接诊医师隋克毅介绍，隐翅虫外形类似蚂蚁，具有趋光性，夜间常围绕灯光飞行。虽然这种虫子不咬人，但其体内含有强酸性毒液。

入夏以来，该院皮肤科每日都会接诊多名类似患者，皮损多发于脖颈、面部及四肢等部位。由于初期症状与普通过敏、湿疹

相似，不少患者自行涂抹药膏，反而加重病情，甚至愈合后留下难以消退的色素沉着。

医生给出防护与急救妙招：关好纱窗，睡前检查床铺，减少在路灯、草丛旁逗留。若隐翅虫落在身上，切忌拍打，应吹气驱赶或用纸巾掸落。不慎沾染毒液时，立即用肥皂水冲洗10分钟以中和酸性，随后冷敷缓解灼痛。

中年胰岛素抵抗 或增加老年记忆力下降风险

新华社赫尔辛基6月30日电(记者 朱昊晨 徐谦)芬兰图尔库大学等机构开展的一项20年随访研究显示，中年出现胰岛素抵抗不仅与老年情景记忆力下降有关，还可能与阿尔茨海默病等脑部疾病有潜在关联。这一发现为老年脑部疾病的早期检测和预防提供了新思路。

据图尔库大学日前发布的新闻公报，胰岛素抵抗是指机体对胰岛素的敏感性下降，不能有效控制血糖。而情景记忆力主要指人们对个人经历和具体事件的记忆能力，是老年认知功能变化的重要指标之一。

共有43名志愿者参与了这项研究。他们在中年时接受了胰岛素抵抗情况以及空腹血糖、胰岛素水平等指标测试；分别在约70岁和75岁时接受了包括情景记忆力在内的认知能力测试。此外，有42名参与者在约70岁时，通过正电子发射断层成像(PET)检查了脑内β淀粉样蛋白沉积情况。β淀粉样蛋白在大脑中的异常沉积被认为是阿尔茨海默病的病理特征之一。

研究结果显示，与中年未出现胰岛素抵抗的人相比，中年出现胰岛素抵抗的人在老年时更容

易出现情景记忆力下降，这种影响作用可能是通过老年大脑中的β淀粉样蛋白沉积发生的。

研究人员表示，此前已有研究将胰岛素抵抗与认知功能下降、痴呆症等联系起来。此次长期随访研究进一步提示，中年出现胰岛素抵抗可能与老年脑健康和记忆功能、阿尔茨海默病等存在关联。研究表明，预防和治疗中年出现的胰岛素抵抗，可能有助于降低老年记忆力下降和相关脑部疾病风险。

相关研究论文已在线发表在《国际学术期刊《衰老神经生物学》》上。

健康饮食或有助降低老年痴呆风险

新华社赫尔辛基6月30日电(记者 朱昊晨 徐谦)斯德哥尔摩消息：一个国际科研团队近日宣布，他们发现健康饮食与老年人痴呆风险降低有关。即便一些血液检测指标已提示阿尔茨海默病相关风险较高，这种关联依然存在。

瑞典卡罗琳医学院日前发布公报介绍，该校人员参与的科研团队以居住在瑞典的1865名60岁及以上、研究开始时未出现痴呆症状的成年人作为研究对象，对

他们进行了最长15年的随访。研究内容包括受访者的饮食习惯以及相关血液生物标志物水平。

阿尔茨海默病是导致痴呆的主要原因之一。公报中说，患者通常会经历多年病情发展后才出现痴呆症状。例如，阿尔茨海默病相关的血液指标等变化可能在痴呆症状出现前很久已经发生。

新研究发现，越长期坚持健康饮食习惯，发生痴呆的风险越低。而且，在血液检测已显示阿尔茨海默病风险较高的研究对象

中，长期坚持抗炎饮食的人痴呆风险最高可降低30%。

研究人员表示，这表明健康饮食尤其是抗炎饮食，对血液指标已提示相关风险的人群预防痴呆具有重要意义。

研究人员同时强调，这项观察性研究并不能证明饮食可以预防痴呆，但它表明，即使早期预警信号已经出现，生活方式仍然可能影响疾病发展进程。后续仍需开展更多研究，并明确哪些食物或营养素有助预防痴呆。

理性看待含奥拉氟的牙膏

科技日报记者 朱虹

近期，多款含奥拉氟的儿童牙膏热销，备受家长追捧。其单支售价高达30元至40元，部分产品售价接近60元。然而，有关部门调查发现，多款热门产品存在添加含量标注模糊、夸大功效等问题。针对被商家冠以“氟中黄金”的奥拉氟的实际效用，哈尔滨医科大学附属第一医院口腔修复科主任刘鑫在接受科技日报记者采访时指出，奥拉氟确有优势，但这种优势并非不可替代，防蛀关键在于机械清洁，家长应理性选购，切勿完全听信营销宣传。

刘鑫介绍，传统含氟牙膏通过释放氟离子增强牙釉质耐酸性，但氟离子附着较弱，易被唾液冲刷，对牙缝、后牙窝沟等隐蔽部位防护效果不佳。奥拉氟是一种新型有机氟化物，属于有机氟表面活性剂。它能够在牙齿表面形成一层氟化物保护膜，该膜延展性强，可以快速包裹牙齿表面与隐蔽缝隙。此外，它还具有抑菌和抗黏附的功效，而传统含氟牙膏则没有这一功能。“不过，这种优势并非碾压式，传统含氟牙膏在氟含量达标的情况下，同样能达到防蛀效果。”他说。

调查显示，在40款含奥拉氟的儿童牙膏中，超半数将奥拉氟列入成分表的“其他微量成分”中，属于概念性添加，且多数品牌不标注具体含量。刘鑫给出临床参考标准：奥拉氟的有效氟含量(以氟离子计)不应低于0.05%，理想区间为0.08%至0.12%；低于0.05%则防蛀作用甚微，基本可判定为营销噱头。

“目前，我国仅对牙膏总含氟量设上限，尚未制定奥拉氟专属含量标准。这给部分商家留下‘营销空间’。”刘鑫说，家长在选购时应重点查看成分表排序，如果奥拉氟排在氟化钠、单氟磷酸钠之后，说明其并非主要防蛀成分，“高纯奥拉氟”宣传可能名不副实。

刘鑫介绍，机械清除牙菌斑和食物残渣是预防龋齿的关键，牙膏仅起辅助作用。“家长不应将防蛀的希望完全寄托于某个牙膏成分，更不能以使用奥拉氟牙膏替代认真刷牙。”他说。

(转自6月30日《科技日报》)

拍卖公告

受委托，我公司定于2026年7月11日10时在蓝天世贸中心B座21楼2103A开标厅公开拍卖驻马店驿城区平上矿区覆盖层土方共50万吨。有意竞买者，请于2026年7月10日17时前提交有效证件并向我公司缴纳50万元竞买保证金(收款户名：河南鹏程招标采购有限公司，开户银行：中国银行股份有限公司驻马店分行，账号：254604816515。保证金以实际到账为准，不成交者无息全额退还)，并办理竞买手续。竞买人资格要求及其他未尽事宜详见拍卖文件。

展示时间、地点：自公告之日起在拍卖标的所在地现场展示。咨询电话：13703967599。报名地点：驻马店市区金雀路502号。

河南鹏程招标采购有限公司
2026年7月3日