



疾控微课堂

■通讯员 徐迪伟

随着夏季到来,高温天气也随之而至。我们常常听到关于高温的警示和防护措施,但你是否了解高温的科学原理以及如何更好地应对它呢?本文将为你揭秘高温的一些科学知识,并结合真实案例,更深入地了解高温的危害与防护要点。

首先,我们来了解高温的原理。高温是指环境温度超过正常范围的天气现象。在高温天气下,人体容易受到热应激,体温调节系统会被激活以保持体温的稳定。然而,当环境温度过高或湿度过大时,人体散热困难,导致体温过高,那么,高温中暑究竟有哪些危害呢?

1. 高温中暑会导致体温调节失常。在正常情况下,我们的体温由身体内部的调节系统维持在一个稳定的水平。然而,在高温天气下,身体散热能力减弱,导致体温升高。当体温超过正常范围时,就会引发中暑。

2. 高温中暑会引起脱水。在高温下,人体通过出汗来调节体温,从而导致大量水分流失。如果不及及时补充水分,就会导致脱水症状,如口渴、口干、尿量减少等。严重的脱水可能导致血液浓缩、心脏负担加重,甚至影响器官功能。

3. 高温中暑还可能引发电解质紊乱。随着大量出汗,我们体内的电解质如钠、钾等也会流失。电解质的平衡对于维持身体

正常功能至关重要,而电解质紊乱可能导致神经、肌肉和心脏等多个系统的异常。

让我们通过一个真实案例来了解高温的危害。在2013年夏季,中国东部地区多个城市的气温连续几天超过40摄氏度。在浙江省某市,一名长时间暴露在高温环境下的中年男子在户外工作时突然晕倒。由于没有及时得到救助,他的体温不断升高,出现昏迷和呼吸困难的情况。最终,被紧急送往医院进行抢救,但不幸的是,他在抵达医院后不久不治身亡。这个案例提醒我们高温天气的危害不容忽视,而科学的防护措施至关重要。

那么,我们该如何预防高温中暑呢?
以下是一些有效的防护要点:

1. 保持良好的室内通风和降温:在高温天气中,室内也可能变得闷热。因此,及时开窗通风、使用电扇或空调等措施可以帮助降低室内温度,提供一个舒适的环境。

2. 衣着合理透气:选择宽松、透气性好的衣物,以利于身体散热。棉质和麻质衣物是不错的选择,避免穿着过于紧身或厚重的衣物。

3. 饮食健康与适度补水:保持均衡的饮食,摄入足够的水分和营养物质,特别是富含维生素和矿物质的食物,如水果、蔬菜和全谷类食物。避免大量摄入咖啡因和含糖饮料,因为它们可能加剧脱水。

4. 避免高温时段户外活动: 尽量避免在气温最高的中午时段进行剧烈运动或

长时间暴露在阳光下。如果需要户外活动,选择清晨或傍晚时段,温度较低。

5. 定期休息与避免过度劳累:在高温天气下,身体容易疲劳,因此要合理安排工作和休息时间。定期休息,并避免长时间的剧烈运动,给身体充分的恢复时间。

6. 关注身体信号与互助:要时刻留意身体的信号,如头晕、恶心、乏力等。如果自己或他人出现中暑症状,应立即转移到阴凉处,用湿毛巾降低体温,并寻求及时的医疗救助。

通过科学的认识和有效的预防措施,我们可以更好地应对高温天气,降低中暑的风险。让我们共同关注身体健康,遵循防护要点,度过一个安全而舒适的夏季!

健康知识普及行动

劳动者要了解工作岗位和工作环境中存在的各种危害因素,遵守操作规程,注意个人防护,避免职业伤害。

劳动是每个人的基本需要,但有些工作岗位和工作环境中存在有害因素,会对健康产生影响,甚至可能造成疾病。常见的有害因素包括有毒有害的化学物质,如粉尘、铅、汞、苯等;有害的物理因素,如噪声、振动、高低气压、电离辐射等;有害的生物因素,如布氏杆菌、炭疽杆菌、森林脑炎病毒等。

劳动者过量暴露于上述有害因素,会对健康造成损害,严重时会引起职业病,如矽肺、煤工尘肺、铅中毒、苯中毒等。工作中过量接触放射性物质则会引起放射病。

劳动者必须具有自我保护意识、自我防护知识和技能,要主动了解工作岗位和工作环境中可能存在的职业危害因素,积极采取防护措施,避免职业损害。

劳动者必须严格遵守各项劳动操作规程,树立安全意识,掌握个人防护用品的正确使用方法,在工作期间全程、规范使用防护用品,例如防护帽或者防护服、防护手套、防护眼镜、防护口(面)罩、防护耳罩(塞)、呼吸防护器和皮肤防护用品等。要熟悉常见事

故的处理方法,掌握安全急救知识。一旦发生事故,能够正确应对,正确逃生、自救和互救。

长期接触职业有害因素,必须定期参加职业健康检查。如果被诊断得了职业病,必须及时治疗,避免与工作环境继续接触,必要时调换工作。

从事有毒有害工种的劳动者依法享有职业保护的权利。

《中华人民共和国职业病防治法》明确规定,劳动者依法享有职业卫生保护的权利。保护劳动者免受不良工作环境对健康的危害,是用人单位的责任。

用人单位应当为劳动者创造符合国家职业卫生标准和卫生要求的工作环境和条件,并采取措施保障劳动者获得职业卫生保护。

职业保护的主要保障措施包括：用人单位必须和劳动者签订劳动合同，合同中必须告知劳动者其工作岗位可能存在的职业病危害；必须按照要求配备符合要求的职业病危害防护用品和个人防护用品；必须对作业场所职业病危害的程度进行监测、评价与管理；必须按照职业健康监护标准对劳动者进行职业健康检查并建立劳动者健康监护档案；对由于工作造成的健康损害和患职业病的劳动者给予积极治疗和妥善安置，并给予工伤待遇。

劳动者要知晓用法律手段保护自己应有的健康权益。



南京银行
BANK OF NANJING

南京银行最新存款、理财产品推荐

产品名称

整存整取储蓄存款

个人美元存款

个人大额存单

期限

3年

3个月

1年

1年

2年

3年/5年

3年/5年

年利率

3.30%

2.2%

5.0%

2.20%

2.70%

3.25%

3.30%

认购起点金额

1万元

17万美金

20万元

30万元
(新客新晋专享)

备注

产品到账时按综合网点,请以办理时实际执行利率为准

现钞/票汇

产品到账时按综合网点,请以办理时实际执行利率为准

可转让

认购期如遇人息存款利率调整则提前终止发行。
额度有限,售完即止。认购期,请以办理时实际执行利率为准

新客、新晋客户,全行(不含以下持卡客户及上月日均金融资产小于100元的持卡客户;新晋客户:购买第一只金融资产时点起)自上月日均提升20万(含)以上的持卡客户。

产品名称

个人结构性存款
人民币产品

期限

一个月(二层结构)

三个月(三层结构)

六个月(三层结构)

一年(三层结构)

预期年化收益率

1.65%或2.80%或3.10%

1.65%或2.85%或3.15%

1.85%或2.85%或3.15%

2.05%或2.85%或3.15%

认购起点金额

1万元起,
1000元递增

备注

本金保证
收益保底

结构性存款不同于一般性存款,具有投资风险,请充分认识投资风险,谨慎决策。结构性存款嵌入金融衍生品,具体产品信息详细请阅读产品说明书及风险提示书! 结构性存款不同于一般性存款,不可提前支取。预期年化收益率等要素要以当期产品说明书为准。

☆南银理财(元)起售☆

南银理财有限责任公司是经中国银保监会江苏监管局批复于2020年8月成立的南京银行股份有限公司全资子公司。风险提示:以下产品由南银理财有限责任公司发行和管理,南京银行作为代销机构,不承担产品投资风险,只承担和风险管理责任。

产品名称·代码

鑫逸德增强两年56期-C份额 Y42056

期限

749天

募集期

7月5日-7月11日

风险等级

中风险

业绩比较基准

5.0%

鑫逸德增强系列业绩比较基准测算依据:本理财产品业绩比较基准是管理人基于过往投资经验,对产品存续期间投资标的和相应投资市场预期的预设投资目标。本理财产品投资于固定收益类资产的比例不低于80%,投资于非标准债权类资产的比例不高过50%,投资组合中单一资产投资的非标准债权类资产,投资组合的收益和波动水平,在本理财产品约定的投资策略基础上,管理人设定了本理财产品投资周期内的业绩比较基准。

产品名称·代码

鑫逸德两年30期-B份额 所有客户 Y61030

期限

749天

募集期

7月5日-7月11日

风险等级

中低风险

业绩比较基准

4.2%

鑫逸德两年30期-C份额 新客、新资金代发 Y62030

749天

7月5日-7月11日

中低风险

4.3%

注:新客是指购买当日客户等级为“新客”的客户(客户2023年无理财交易的客户)。新资金是指金融资产余额较上月日均增长1万元及以上的客。投资是指90天内有投资记录的客户(不含例行代发、批量代发、提升客群)提升客群23年3月末或22年末月理财余额下降1万元及以上客户。

鑫逸德系列业绩比较基准测算依据:本理财产品业绩比较基准是管理人基于过往投资经验,对产品存续期间投资标的和相应投资市场预期的预设投资目标。本理财产品投资于固定收益类资产的比例为100%,投资于非标准债权类资产的比例不高过50%,投资组合中单一资产投资的非标准债权类资产,投资组合的收益和波动水平,在本理财产品约定的投资策略基础上,管理人设定了本理财产品投资周期内的业绩比较基准。

风险提示:1.业绩比较基准测算依据:本理财产品业绩比较基准是管理人基于过往投资经验,对产品存续期间投资标的和相应投资市场预期的预设投资目标。本理财产品投资于固定收益类资产的比例为100%,投资于非标准债权类资产的比例不高过50%,投资组合中单一资产投资的非标准债权类资产,投资组合的收益和波动水平,在本理财产品约定的投资策略基础上,管理人设定了本理财产品投资周期内的业绩比较基准。2.理财产品过往业绩不代表其未来表现,不等于理财产品实际收益,投资须谨慎。3.具体产品要素要以南京银行发行每理财产品说明书为准,详阅各产品及9302。4.理财非存款,产品有风险,投资须谨慎。

萧山支行:萧山区市心中路808号(开元名都大酒店裙楼) 电话:82337097、82335289

江东小微企业专营支行:义蓬镇义南大街519号 电话:22872725、22872718

房屋租赁权拍卖公告

SQPM2023001

受委托,定于2023年7月13日上午9时30分在所前镇党群服务中心3楼开标室(所前镇缪家村大治桥南17号)举行拍卖会。

一、拍卖标的物:位于萧山区所前镇天乐商贸中心三楼部分房屋租赁权,建筑面积约1675.00平方米(尚未办理不动产权证),面积仅供参考,拍卖以现场实际情况为准。标的目前均为毛坯和空置状态,租期五年,自2023年8月1日至2028年7月31日止,租金一年一付,先付后租。年租金起拍价21万元,拍卖保证金20万元。采用有保留价的增价拍卖方式,价高者得。

二、竞买人资格要求:食品加工类的企业(符合环保、能耗、消防、安全生产等要求)。

三、展示及咨询报名:即日起至2023年7月12日15时止接受咨询、报名、展示并提供相关资料,标的展示在现场(展示时间:7月7日和7月10日上午9:00-11:00、下午13:00-15:00 联系人:袁小姐 82773426)。报名时间2023年7月11-12日(上午9:00-11:00、下午13:00-15:00),有意竞买者须在2023年7月12日15时前,向浙江萧然拍卖有限公司账户(开户行:浙江萧山农商银行城厢支行;账号:201000011229248)交纳保证金后,凭营业执照及复印件、法人身份证及复印件、公章和保证金银行进账单凭证,办理报名竞买手续(以上手续如委托他人代办的,须出具授权委托书原件、代理人身份证原件及复印件)。竞买保证金(不计息)须确保2023年7月12日15时前到账。

报名地址:杭州市萧山区金城路78号,联系方式:82729929、82816862、82717700。详情关注:www.hzxrpm.com(萧然拍卖)和萧然拍卖微信公众号。

浙江萧然拍卖有限公司
2023年7月6日

拍卖公告 编号:CQPM-20230703

受委托,本公司将于2023年7月13日下午14:30在杭州市公共资源交易中心萧山分中心404号开标室举行租赁权拍卖会。

一、拍卖详情
杭州市萧山区广宁、广泽小区、广浦、广聚、广道公寓等45处商铺的5年租赁权拍卖,详见我公司网站<https://www.ytpai.com/?app=news&act=article&id=738>;参拍保证金1万元/份,仅限成交一个标的,多买多交,其他事项详见拍卖资料。

二、报名资格:凡具有完全民事行为能力且无严重失信记录的法人或自然人。

三、展示咨询及报名:即日起接受咨询、展示,报名时间为:2023年7月10日至7月11日9:00-16:00时。

四、咨询电话:13567125685 裘经理。

浙江机动车拍卖中心有限责任公司
2023年7月6日

公示	杭州政道置业有限公司拟在萧山区市北单元内(东至规划宁安路,南至规划纬三路,西至市中心北路绿化带,北至前解放河绿化带)建设杭政储出(2023)4号地块项目。现将优化调整后设计总平面图,主要立面图予以公示,广泛征求意见,可登录杭州市规划和自然资源局网站(http://ghzy.hangzhou.gov.cn/),或在萧山经济技术开发区管委会1楼及项目现场查询。 公示时间自2023年7月6日至2023年7月15日,如意见或对公示内容有不明确的,请于公示期间内来电或书面意见邮寄至萧山经济技术开发区管委会(萧山市心北路99号)506室,邮编311215。涉及重大利害关系的,利害关系人如需申请听证,请在公示结束后五个工作日内提出申请。 杭州市规划和自然资源局萧山分局 联系电话:0571-83530626 建设单位名称:杭州政道置业有限公司 设计单位电话:13758157645 设计单位名称:浙江绿城六和建筑设计有限公司 设计单位电话:13588855069 (注:如果对公示内容有不明确的,请向建筑单位咨询)		
金点子婚介 13735826379 82655749 万名青中老各阶层有公务员、事业、国企、教师、白领、医生、	工程师、上门女婿等。 萧山供电公司电力设备检修预告 7月7日 8:00-17:30 检修	修萧山区北干街道武警经适房周边一带;8:00-17:30 检修萧山区靖江街道靖南村一带;8:00-17:30 检修萧山区所前镇	三泉王村一带。 ●遗失 王海浪西南科技大学毕业证,证号:106197201605101269,声明作废。

注销清算公告

杭州市萧山区萧然人教育培训学校经理理事会表决通过
决定注销办学许可证,清算组已成立。请债权人自接到本公司书面通知之日起30日内,未接到通知书的自本公告之日起45日内,向公司清算组申报债权登记,逾期未申报债权的视为放弃债权。

清算组电话: 18967142311

萧山区 潮汐预报	位置	7月6日 晚潮时间	高潮位(米)	7月7日 早潮时间	高潮位(米)
	萧山观潮城	15:30	4.65	02:40	5.35
	下沙大桥	15:49	4.60	02:56	5.32
	城市阳台	16:50	4.45	03:51	5.20
	潮水涌高等级	危险	备注:受多因素影响,该预测仅供参考。		

A green-themed poster about energy conservation and electricity saving. The main title "珍惜能源 节约用电" (Value Energy, Save Electricity) is at the top in large white characters. Below it, a sub-header "空调设置为26度" (Set Air Conditioning to 26 degrees) is in blue circles. The text "夏季空调温度设定每调高1℃, 其耗电量会降低7%—10%。" (In summer, for every 1℃ increase in air conditioning temperature setting, electricity consumption will decrease by 7%—10%) is in the center in white. On the left, a cartoon man in a blue shirt and tie holds a remote control, with an air conditioner unit above him showing "26℃". On the right, there are white line-art illustrations of a wind turbine and plants. The background features a faint world map.