

6月8日
市区天气

22°C

湿度 60%~95%

晴间多云,有轻雾,东南风
3~4级,最低气温20°C,最高
气温24°C。

崂山	晴间多云,东南风3~4级,最低气温19°C,最高气温25°C。
黄岛	晴间多云,东南风3~4级,最低气温19°C,最高气温26°C。
城阳	晴间多云,东南风3~4级,最低气温19°C,最高气温31°C。
即墨	晴间多云,东南风3~4级,最低气温19°C,最高气温31°C。
胶州	晴间多云,东南风3~4级,最低气温19°C,最高气温29°C。
平度	晴间多云,东南风3~4级,最低气温19°C,最高气温33°C。
莱西	晴间多云,东南风3~4级,最低气温18°C,最高气温32°C。

6月9日 阴转小雨,东南风3~4级,20°C~23°C。

6月10日 小雨转晴,南风3~4级,20°C~24°C。

6月7日
空气质量

58

监测站点	PM2.5日均浓度	质量指数	质量等级
市南区东部	0.024mg/m ³	52	良
市南区西部	0.024mg/m ³	53	良
市北区南部	0.034mg/m ³	60	良
市北区北部	0.027mg/m ³	58	良
李沧区北部	0.036mg/m ³	69	良
李沧区南部	0.027mg/m ³	53	良
李沧区东部	0.025mg/m ³	74	良
崂山区西部	0.029mg/m ³	54	良
崂山区中部	0.022mg/m ³	59	良
黄岛区东部1	0.029mg/m ³	56	良
黄岛区东部2	0.026mg/m ³	56	良
黄岛区西部1	-	-	-
黄岛区西部2	0.022mg/m ³	52	良
城阳区北部	0.034mg/m ³	83	良
城阳区南部	0.027mg/m ³	107	轻度污染
即墨区1	0.029mg/m ³	103	轻度污染
即墨区2	0.034mg/m ³	122	轻度污染

6月7日19时发布

6月8日
海洋预报

0.8m

8日滨海浪高0.8米,浪向南,水温18.4°C。

第一次高潮在06:04,潮高4.60米;
第一次低潮在00:30,潮高0.30米;
第二次高潮在17:56,潮高4.40米;
第二次低潮在12:52,潮高1.35米。

6月9日滨海浪高0.7米,水温18.5°C。
6月10日滨海浪高1.1米,水温18.4°C。

即墨区人民医院一天接诊3例猝死病人,医生提醒: 气温骤升,谨慎运动

□半岛记者 华敬方 通讯员 杨京华

近日,一位女士在公园晨练时,突然晕倒在地。记者了解到,当天,即墨区人民医院急救中心一连接诊3例猝死病人。医生提醒,随着夏季到来,气温忽高忽低,人体新陈代谢显著加快,心脏负荷加重,心率加快,运动时一定要谨慎。

晨练时突然晕倒在地

近日,即墨墨河公园里一位跳舞晨练的女士突然晕倒在地,当时已经没有了呼吸和心跳,周围市民立即拨打了120急救电话。从此经过的即墨区人民医院麻醉科医生周明宝和骨科医生李永德两位医生立即轮流进行胸外心脏按压。

虽然两位医生拼尽全力救治,120也很快赶到现场,但是,还是没能挽回这位女士的生命。

值得注意的是,这并不是偶然出现的病例。据了解,事发当天,即

墨区人民医院共接诊3例此类猝死病例。对于高发原因,医生介绍,当天的气温突然骤升,再加上近段时期气温忽高忽低,昼夜温差也较大,这种天气容易诱发猝死。

医生介绍,研究证实,当气温超过33°C时,人体新陈代谢显著加快,心脏负荷加重,心率加快;气温达到35°C时,人体主要通过出汗来散热,为了排汗,心脏要加大工作量以促进汗腺代谢。当负担超过了机体所能承受的极限时,心脏就会“罢工”。因此,夏季是心脑血管疾病高发的季节。

出现这些症状要警惕

医生介绍说,在目前的天气条件下,当出现莫名出汗、心跳加快、经常心慌等症状时,一定要有足够的警惕。

“当心脏出现异常时,身体会大量出汗,即使在平静的状态下,也会感觉到后背、头皮、手脚心有很多的汗液。”医生介绍说,出现这种情况,

要停止自己的一切活动,保持在平稳的状态,及时用药,并到医院排查病情,“心脏病在发作前会出现无缘无故的心跳加快,在这种情况下会出现心搏过速,一些患者在短时间内会出现猝死现象。”同时,心慌也是一种比较常见的症状,“出现这些信号都是心脏在‘求救’。”

保持良好生活习惯很重要

医生提醒,不管是年轻人还是中老年人,平时一定要注意多休息,长时间的休息不足会引起心脏供血受影响,增加心血管疾病的发生几率。

在炎热的夏季绝对不要贪凉,而且也要注意室内的温度,不可太低。老年人最好不要吃冷冻的食品。

健康的体重能够有效的预防心血管疾病,而控制体重离不开合理膳食。日常饮食应当保持清淡口味,远离高脂肪、高热量食物。

持续压力大往往会诱发心脏疾病。一些年轻人猝死,和他们长期承受巨大心理压力有一定关系。

封顶

□半岛记者 郭振亮 报道

6月6日,随着最后一车混凝土浇筑完成,地铁4号线李家下庄站主体结构顺利封顶。李家下庄站是青岛地铁4号线第16座车站,为地下三层明挖岛式站台车站,全长155米,标准段宽21.90米,共设3个出入口及3组风亭。李家下庄站车站采用明挖法施工,站址紧邻张村河,开挖风险大;周边邻近住宅区,作业要求高。面对诸多难题,施工单位科学组织,按期完成节点任务。



放鱼

□半岛记者 李红梅 报道

6月7日,在全国放鱼日和世界海洋日来临之际,中国水产科学研究院黄海水产研究所、青岛市海洋发展局等联合在崂山开展仙胎鱼增殖放流活动,共放流崂山仙胎鱼约2000尾。据了解,崂山仙胎鱼作为崂山十大特色产品之一,是生长在崂山水系的一种珍贵鱼类,野生资源近年来急剧减少。本次活动是保持水生生物多样性、改善崂山水域生态环境的重要举措。



开奖

排列3(20109期)

3、1、7

排列5(20109期)

3、1、7、4、0

七星彩(20047期)

7、8、8、5、4、1、9

福彩3D(2020110期)

4、5、0

双色球

(2020047期)

红球:04、10、17、19、28、32;

蓝球:01