

艳阳“撒欢”，未来一周“高烤”持续

别忘了，高温作业者有津贴领：每人每月最低150元，从7月起连发三个月

本报7月14日讯 三伏天开启，“烧烤模式”来袭。昨日，我省共计32个县市最高气温达到或超过35℃。省气象台预计，未来一周，省内大部地区以晴热高温天气为主。

在忍受高温炙烤的同时，可别忘了应得的高温津贴。今天，记者从省人力资源和社会保障厅获悉，湖南今年高温津贴将按照每人每月最低150元标准发放，从7月1日起到9月30日止。

【天气】艳阳“撒欢”，高温持续

昨日，湖南艳阳“撒欢”。实况监测统计显示，13日08时至14日08时，最高气温湘西32℃-34℃，其他地区34℃-36℃，张家界、衡阳等32个县市最高气温达到或超过35℃，其中资兴、汉寿两地最高气温达36.5℃。

省气象台预计，未来一周，除湘西、湘南有分散性阵雨外，省内其他地区为晴热高温天气，其中湘东35℃以上高温时段长，后期高温范围扩大。预计14日至16日，湘西、湘南有分散阵雨；18日至20日，副高边缘湘西多阵雨。

省气象台提醒，未来一周湖南大部地区以晴热高温天气为主，公众要注意防暑降温，避免在午后高温时段外出，同时常备藿香正气水等防中暑药物。

【福利】

连发3月，高温作业有津贴

记者从省人社厅获悉，我省今年高温津贴发放标准为每人每月最低150元，发放时间为7月1日至9月30日。

高温津贴是为保证炎夏季节高温条件下经济建设和企业生产经营活动的正常进行，保障企业职工在劳动生产过程中的安全和身体健康，决定适当提高职工夏季清凉饮料费发放标准。

2014年，高温津贴已经正式纳入《湖南省劳动合同条例》，用人单位未按规定发放高温费属于违法行为。根据《湖南省劳动合同条例》，用人单位安排劳动者从事高温作业的，应当在7、8、9三个月向劳动者发放高温津贴，并纳入工资总额；因高温天气停止工作、缩短工作时间的，用人单位不得扣除或降低劳动者工资。

根据规定，从事室外作业和高温作业人员，原则上每人每月不低于150元，如需按天数折算的，则每人每天6.9元。

■记者 王智芳 丁鹏志 通讯员 张倩 实习生 高捷冰 尹霜 吴静梅

提醒

没有高温津贴 可拨打12333投诉

在建筑工地做事，老板不发放高温津贴或者以发放人丹和藿香正气液等防暑物资替代，劳动者可以拨打12333进行投诉，或向用工所在地县级以上人力资源社会保障主管部门投诉。

省人社厅强调，用人单位还应当从事露天工作和室内高温工作的劳动者免费提供符合食品安全标准的清凉饮料，但提供的清凉饮料不能抵高温津贴。高温津贴不计入最低工资，用人单位不得因高温停止工作、缩短工作时间而扣除或降低劳动者工资。



7月13日，长沙市入伏第二天，在长沙火车站、中山亭、黄兴广场等地标，温度计显示当时温度接近40摄氏度。当天下午，省气象台发布高温预警，多地最高气温超过35摄氏度。

记者 郭立亮 通讯员 李宇霞 摄

高温·防范

高温酷暑“最强时段”将来 警惕心脑血管疾病突发

本报7月14日讯 头伏已至，长沙市即将迎来高温天气“最强时段”。接连几日，老人心脑血管疾病频发，医生专家提醒，夏季人体大量排汗，导致水分流失较多，若不及时补水，血液黏度就会升高，容易诱发各类血栓形成。同时，高温闷热天气容易使人心烦燥、情绪波动大，也成为心脑血管疾病的发病诱因。

今日早晨7点多，开福区英祥春天小区，74岁的刘爹爹和往常一样打完乒乓球后坐在凳子上休息，却突然倒地猝死。记者从解放军163医院了解到，刘爹爹此前患有冠心病和高血压，意外情况很可能是由于脑

溢血或心肌梗塞造成。

无独有偶，7月10日清晨，家住岳麓区的张焕驰在田间劳作时突发意识障碍倒地，入住湖南航天医院时，无心跳、呼吸，血压、血氧饱和度均测不到，瞳孔散大，诊断为心源性猝死。经过90分钟的持续抢救，成功获救。

记者从长沙市气象局获悉，12日起长沙市迎来晴热高温天气，最高温37℃。根据以往大数据，心脑血管等急症病例在高温天气时有发生。记者从湖南航天医院急诊科了解到，该院每个月接诊院前呼吸心跳骤停进行抢救的患者为20例左右，大多为心源性猝死与意外事故。

仅7月12日，就收诊了6名心脑血管疾病患者。

“心脑血管疾病原本是在冬季高发，但持续高温闷热的天气，也成为该类疾病的诱发因素。”湖南航天医院急诊科主任黄扩军说，一些心脑血管疾病患者在夏天会感到症状减轻，便自行减药、停药，这种做法比较危险。“保持良好的饮食起居习惯，对心脑血管疾病患者非常重要。”黄扩军建议，心脑血管疾病患者尽量不要进行剧烈运动，以减少心脏负荷，降低心肌耗氧量，防止心肌缺血发作；高温酷暑时段少独自外出。

（感谢王先生提供线索）

■记者 张洋银 通讯员 刘锦文 实习生 李诗瑶

健康连线

宝宝总是发热不退？可能患了“暑热症”

本报7月14日讯 酷暑来袭，不少家长发现宝宝总是身上热热的，莫名发烧，精神和食欲也不好，又烦躁爱哭闹，上医院检查但各项指标却没什么异常。医生透露，这很有可能是得了“暑热症”。

省儿童医院感染科主治医师谷芬表示，天气越来越热，正是小儿“暑热症”多发的阶段。“暑热症”是婴幼儿时期一种特有的疾病，常见于0-3岁的宝宝，主要原因还是宝宝还小，没有发育成熟，因此身

体经受不住炎热的环境。一般在得了这种病后，孩子通常会长时间发热不退、精神欠佳，出现食欲不振、心烦、口渴、便多、汗少等症状。

虽然“暑热症”通常可以不治而愈，但是对于幼小的孩子来说，如果处理不当，可能会连续几年都得这种病，还会影响宝宝的生长发育。因此，还得靠家长们来帮助宝宝预防这类疾病。

首先，大人们要保持宝宝饮食营养的均衡；其

次，宝宝要穿着相对轻便、柔软、宽松的衣服；第三，还可以给宝宝们吃一些降暑祛热的食物，如西瓜汁、绿豆汤等。

如果宝宝得了“暑热症”怎么办？谷医生说，要注意饮食清淡可口，多关注孩子体温的变化，可以用温水给孩子洗澡擦身。此外，不能够滥用抗生素，特别是忌服鱼肝油和钙片。高温时记得保持室内空气的流通，但也不能长时间吹电风扇或使用空调。

■记者 李琪 实习生 王琳 黄佳艺 邓美华

高温·消费

宁夏中卫硒砂瓜长沙上市 选购好吃“沙漠瓜” 专家教你挑正品

本报7月14日讯 随着长沙迎来高温酷暑天气，西瓜销售也迎来了高峰。今天，宁夏中卫市政府在长沙举办硒砂瓜品牌推介会，宣布今年的宁夏中卫硒砂瓜正式在长沙上市。由于中卫硒砂瓜声名在外，市场上出现了不少贴牌假冒伪劣产品，专家在现场教大家如何挑到正品。

“石头缝里长出来”的西瓜

宁夏中卫硒砂瓜选用的品种是金城5号西瓜，也就是大家俗称的“沙漠瓜”。在中卫市生长出来的沙漠瓜，有一个独一无二的特點：中卫市年降水量不足200毫米，蒸发量在2000毫米以上，是全国最干旱的地域之一，当地群众在这种条件下创造出了一种旱作种植模式——压砂栽培技术。“在干旱的坡地上，覆盖一层厚度为10-15厘米的颗粒砂石，利用砂砾铺压，最大限度地发挥砂地节水、增温和保墒的作用。”中卫市中宁县农牧局党委办公室主任闫永祥介绍，“可以说，中卫硒砂瓜是从石头缝里长出来的。”

由于海拔高、光热充足、昼夜温差大，当地所产的硒砂瓜个大肉鲜、果汁丰富，糖分含量能达到13.8%。2008年，中卫市建成了环香山百万亩硒砂瓜产业带，“香山硒砂瓜”成为全国驰名商标。

挑选正品西瓜有技巧

“近年来，一些消费者反映硒砂瓜品质下降，我们走访调查发现，有很大一部分原因是宁夏周边省份的一些西瓜种植区都在大量种植金城5号西瓜，然后在市场上假冒香山硒砂瓜出售。”闫永祥介绍，只要掌握一些小技巧，市民其实是可以很容易挑到正品的，“硒砂瓜是在石头上生长的，西瓜底部会发白，并有微微凹陷的印记，这是枕着石头生长的独特印记，西瓜每年的上市时间只在7月初到9月下旬。”

为保护硒砂瓜品牌，中卫市今年推出了二维码防伪溯源标识，并在北京、上海、广州、长沙等12个城市大型批发市场设立专销区，在长沙是与红星大市场达成了合作。

“中卫硒砂瓜已经在长沙销售十几年了，绝对是西瓜里的明星产品。目前，市场上的西瓜品种不下10个，红星水果批发市场每年的西瓜销售量约30万吨，其中中卫硒砂瓜的销量占到了10万-20万吨。”红星水果批发市场经理张剑波说。

■记者 潘显璇