

極端高溫每日逾百人送院 對公共醫療衝擊堪比重重大天災 日增設「最嚴重」中暑病徵級別

香港文匯報訊 日本近日受熱浪侵襲，多地氣溫飆升至接近攝氏40度，單是東京都周三(7月9日)錄得106人中暑緊急送院，11人死亡。日本急性醫學協會周三警告，專家會在現時衡量中暑病人嚴重程度的三個級別基礎上，新設最嚴重級別，強調極端高溫令當地醫療服務面臨巨大壓力，甚至對公共衛生系統造成衝擊，與重大自然災害相若，敦促民眾非必要避免外出。



◆日本民眾購買消暑用品。 彭博社



◆日本多地氣溫飆升至接近攝氏40度。 路透社

日本急性醫學協會將中暑程度分為三類，最低級的「輕度」病徵包括頭暈、大量出汗和肌肉疼痛等，第二級的「中度」主要病徵為嚴重頭痛、疲倦和嘔吐，屬現時最高級別的「嚴重」級別病人，可能失去意識，出現抽搐等情況。協會計劃新設的「最嚴重」級別，對象為體溫超過攝氏40度、無法正常溝通的病人。

全年中暑死亡個案20年翻逾倍

《每日新聞》引述協會解釋，協會收集日本各地醫療資料發現，在屬於第三級「嚴重」的患者中，核心體溫超過攝氏40度的病人死亡率更高，他們送院後能及時急救降溫比例僅有63.9%，院內死亡率高達37%。協會還強調，日本全年中暑死亡個案已從20年前的每年約數百宗，增至2022年約1,500宗，「如此多的死亡人數表明，熱浪帶來的安全威脅與重大自然災害不相上下。」

日本多地日前受到大範圍太平洋反氣旋覆蓋，高溫與高濕度極易導致中暑。當局統計從7月1日至7日的一周內，日本合共9,105人因中暑送院，是此前一周的4倍有餘，其中65歲以

上長者佔比達60%，未成年人佔比亦有10%。截至當地時間周三下午4時，關東地區錄得196人中暑送院，其中東京都人數最多，達到53人，年齡介乎22歲至93歲之間，一名80歲長者在於家中昏迷，送院後情況嚴重。東京都周三晚間有雨，氣溫稍微回落至約攝氏30度。

靜岡40度 民眾避免非必要外出

日本放送協會(NHK)報道，日本多地近日氣溫攀升，靜岡縣靜岡市上週日錄得攝氏40度高溫，和歌山縣新宮市周一最高氣溫達攝氏39.6度，東京都府中市達攝氏39.2度，宮崎縣日向市周二最高氣溫也達攝氏38.5度，均遠超日本氣象廳定義最高暑熱級別猛暑日的攝氏35度標準。日本氣象廳與環境省已向東京都及25個縣發出警報，提醒民眾盡量避免非必要外出和運動，長者和兒童尤其需注意防中暑。

東京都消防部門亦表示，當氣溫在攝氏25度至35度或更高、濕度在50%至80%之間，救護車接到的中暑病人求救個案明顯增加，當局呼籲民眾照顧好自身健康，緊急情況下才呼叫救護車。



◆東京民眾在水涼噴霧下消暑。 路透社

公園滑梯灼傷孩童 商住設施玻璃開裂

香港文匯報訊 日本多地連日高溫，許多戶外娛樂設施在高溫炙烤下表面溫度飆升。東京都多摩市當局周一(7月8日)在官方網站警告，當地有兒童遊樂場滑梯表面溫度達攝氏46.7度，用於遊玩的車軌橡膠表面溫度更達攝氏60.5度。亦有許多住宅和商業設施使用的鐵線玻璃在高溫下開裂，增加安全隱患。

遊玩輪胎溫度達53度

東京都當局警告稱，公園等地的遊樂設施表面溫度極高，不慎接觸或會灼傷。富士新聞網記者周一前往東京都大田區一座輪胎公園，園內有許多疊在一起的輪胎。記者即場用熱成像儀測量，數據顯示，輪胎表面在成像儀中呈現高溫的橙色，溫度達攝氏53度，稍微靠近便感到熱浪逼人。

東京八丁堀皮膚科院長平山真奈受訪時表示，近日有許多兒童在玩滑梯、單槓時受傷。平山稱往年8月份最為酷熱的時期，醫院平均每周收治約10名在戶外不慎被燙傷的兒童，但單是上周末，院方便收治6名兒童。平山建議家長為兒童穿上防曬衣物，若被燙傷需盡快用水沖洗傷口，避免用濕毛巾冷敷，導致傷口表面皮

膚腫脹、傷口擴大。日本靜岡縣等多地出現熱到爆玻璃的情況。玻璃維修企業受訪解釋，部分玻璃採用夾絲工藝，將鐵線嵌入玻璃內達到防震、防碎裂效果，但在高溫下，這些鐵線等金屬線會過度拉伸並斷裂，導致玻璃出現裂痕。東京都有維修企業本月以來，每天都收到約100宗玻璃維修請求。

熱浪下許多室外地盤溫度攀升，記者使用熱成像儀檢測一個正在施工的屋頂發現，整個屋頂呈現高溫的紅色，中心部分區域更變成白色，說明其表面溫度已達到攝氏60度水平。



◆多地住宅和商業設施玻璃出現裂痕。 網上圖片

專家：中暑風險滯後 非隨降溫消失

香港文匯報訊 美國中西部多個州份近日氣溫高達約攝氏43.3度，氣象專家預計即使降溫，短期內氣溫也會維持在約攝氏37.7度。醫學專家警告稱，中暑風險並非伴隨降溫而消失，反而伴隨時間推移、熱量在人體內積聚，會持續增加中暑及其引發的心臟病等疾病的風險。

人體累積熱量成風險因素

美國史丹福醫學院兒童健康中心兒科醫生帕特爾解釋，高溫帶來的醫療風險，通常稍微滯後於氣溫變化，通常情況下，熱浪造成的中暑等死亡個案，並非在最熱的那一天達到峰值，會滯後約一到兩天。帕特爾稱，熱浪現時持續時間很長，「人體內累積的熱量是很大的風險因素，長者和長期病患者特別需要注意。」

美國全國廣播公司(NBC)報道，在美國，熱浪是與天氣相關的主要死亡原因之一，由於中暑導致心臟病、呼吸道疾病或腎臟疾病惡化，在統計數據中，熱浪對人體健康的影響有時會被低估。統計顯示從本月初以來，在加州、亞利桑那州和內華達州等中西部州份，當地因高溫相關疾病就醫的人數按月增加一倍。

俄勒岡州波特蘭上週六(7月6日)氣溫超過攝氏37.7度，當地摩特諾瑪縣衛生官員布魯諾指出，波特蘭今年上半年炎熱天氣較少，當地居民的身體或尚未適應高溫，「我擔心音樂節和體育賽事等戶外活動，人們長期處於室外，很少有遮蔭避暑的設施並補充水源，未必意識得到高溫的風險。」

加州死亡谷週日錄得攝氏54.4度高溫，有人在谷內駕駛電單車遊玩時中暑身亡。亞利桑那州立大學永續發展學院氣象專家瓦諾斯指出，這種極端高溫已經超出部分人群的生存極限。例如身體健康的長者在這一溫度環境下，若無法使用冷氣，即使身處遮蔭的室內，也很可能在6小時內中暑身亡，「長者的身體較為脆弱，或根本無法在這種氣溫下保持正常體溫。」

◆統計數據顯示，熱浪對人體健康影響被低估。 網上圖片



熱浪對人體影響及應對方法

◆中暑常見病徵

人體在高溫環境下，體內溫度調節系統會增加排汗及呼吸頻率，導致血壓降低、水分流失加快。輕微中暑病徵包括身體痠痛、四肢腫脹、頭暈頭痛等。若血壓持續降低會引發熱衰竭病徵，包括噁心、疲倦、肌肉痙攣、大量排汗導致脫水等。嚴重中暑會導致人體溫度調節系統失靈、體溫上升至超過攝氏40度，加劇心臟病的發作風險。

◆加劇中暑風險藥物

部分藥物可能增加患者中暑風險：例如治療心臟疾病的利尿劑，可能增加身體排汗量，在高溫環境下增加人體脫水、體內礦物質失平衡風險。抗高血壓藥物在高溫環境下，可能導致人體血壓急劇下降。治療帕金森症及癲癇的部分藥物會減少排汗量，導致身體在高溫下更難調節體溫。專家建議患者在高溫天氣期間，遵照醫囑正常服藥，並及時補充水分、盡量留在室內、避免過度運動。

◆中暑高風險群體

長者、長期病患者和幼童的體溫調節能力較健康成年人偏弱，需要注意降溫。部分心智障礙人士無法意識到高溫環境影響、或無法準確表達高溫引發的身體不適，需要照顧者留意其身體反應。

◆高溫環境應對方法

在全天陽光照射最強的上午11時至下午3時，應當盡量留在室內、多補充水分、避免飲酒或進行大量體能鍛煉、保持身體涼爽。

◆中暑應對方法

發現有人中暑後，應當及時將中暑者轉移至蔭蔽環境，協助他們躺下並稍微抬起雙腳、有助血液循環。中暑者需及時補充大量水分，並用凍水或酒精為皮膚降溫。如果中暑者在半個小時內沒有恢復正常體溫、或出現意識不清醒情況，需要盡快送院。

加州監獄如「焗爐」 女囚疑熱死惹恐慌

香港文匯報訊 美國加州中部城市喬奇拉日前氣溫升至約攝氏43.3度，位於當地的加州中部女子監獄(CCWF)一名女囚上週六(7月6日)疑似因中暑死亡。當地傳媒報道，事發監獄未有安裝冷氣，在夏季高溫期間形同「焗爐」，事件令監獄內其他女囚恐慌，擔心缺乏避暑設施會影響她們的健康。

每人僅獲兩杯凍水降溫

慈善組織加州女囚聯盟稱，該女囚的女兒多次表示，母親被囚期間一直抱怨監獄內熱浪逼人，她的身體很不舒服。事發監獄CCWF關押2,000多名女

囚，監獄內人滿為患，多名女囚都表示，獄方未有給她們提供足夠的凍水或避暑設備，減輕她們的痛苦並降低中暑風險。一名女囚表示，她所在囚室溫度計顯示室溫達攝氏39.4度，她因過於炎熱經常感到噁心且頭痛。

該女囚還稱，在多名獄友投訴後，獄方周二為她們提供凍水降溫，但每名女囚僅獲得兩杯水，「我親眼看到有獄友在熱浪中昏倒，這種待遇是不人道的。如果我們是動物，他們(指獄方)會對我們更好。」加州女囚聯盟批評CCWF避暑措施不足，女囚中暑死亡理應完全可以避免。