

阳光“躲猫猫” 最高温仍有20℃+ 明天夜里又要下雨了



紫藤开了,引得游人驻足拍照
现代快报/现代+记者 赵杰 摄

南京三日天气

今天 白天多云转阴,夜里阴,部分地区有零星小雨 东南风4到5级阵风6级 12~23℃

明天 白天多云,夜里多云转阴有阵雨 东南风3到4级 14~25℃

后天 白天阴有阵雨并渐转阴,夜里阴到多云 偏东风3到4级 15~22℃

现代快报讯(记者 徐红艳)随着南方雨势增强,4月10日起江苏云系将有所增多,阳光也变得“收敛”,不过最高气温仍在20℃出头。预计11日夜里淮河以南地区又将迎来一场明显降水过程。

4月9日清晨,部分地区出现浓雾,随着阳光强势回归,浓雾飞快散去。午后江苏最高气温:东部沿海地区普遍19~20℃,其他大部分地区22~23℃,西北部超过25℃。

随着华南地区雨势再次增强,江苏的阳光将时隐时现。根据省气象台预报,10~11日白天全省以云系变化为主,11日夜里开始,淮河以南地区有一次降水过程,届时淮河以南地区阴有雨,其中沿江和苏南部部分地区雨量中等,其他地区多云到阴。

受云系和雨水的压制,气温变化相对

平稳。10日最高温度:西北部地区24~25℃,其他地区21~22℃;11日最高温度:西北部地区25~26℃,其他地区23℃左右;12日最高温度:淮北地区25~26℃,其他地区21~22℃。

以南京来看,10日~11日白天云系增多,以多云到阴为主,局部会有零星小雨。11日夜里开始,由于雨带偏南,降水主要集中在南部地区,会有小到中雨,而中北部地区以阴天为主,局部有阵雨。12日白天天气逐渐好转,但随着暖湿气流再次增强,13日后期南京将再次迎来较明显的降水。

气温方面,虽然没有冷空气影响,但由于云系较多,气温稳定,南京最高气温都在23℃到24℃,最低也在15℃上下。12日受降雨影响,气温会有小幅下跌。

“江苏最美青年”刘凯: 铁脚板跑出乡村振兴“青春加速度”



现代快报讯(通讯员 徐路 记者 毛晓华)“是刘凯站长吗?我家的羊突然不吃食了,想请你看看……”夜里11点,接到辖区养殖户的求助电话,披上衣服,拿起防疫箱,泰兴张桥镇畜牧兽医站副站长刘凯骑着电动车就出门了。等他忙完回来,妻子孩子早已入睡。15年来,刘凯坚守农村,为1340多个养殖户提供畜牧兽医技术服务,成为全镇8万畜禽的“守护人”。近日,江苏省委宣传部、共青团江苏省委授予刘凯“江苏最美青年”称号。

2009年,大学毕业的刘凯回到家乡泰兴张桥镇,考入畜牧兽医站。张桥镇有1340多个养殖户,刘凯要精准掌握每家每户的情况,就用铁脚板一家一户走访。每年春秋防疫期间,他都要在一周内跑遍所有养殖户,平均每天40多公里,防疫生猪近300头。

由于长期在猪圈羊圈工作,刘凯的身上总有一股刺鼻的味道,而作为医院护士的妻子陈月红是个爱干净的人,“说实话,一开始很不适应,也接受不了。”然而,慢慢地,通过几件事,陈月红开始理解丈夫的工作。

“有一次大年初二,有个养殖户家的羊生病了,刘凯接到电话后,饭都没吃就赶去对方家中。”陈月红清楚地记得,丈夫前后忙碌了几个小时才处理完。“我看到养殖户的眼泪在眼眶里打转,非要留我们吃饭,那时觉得丈夫是在做一件有意义的事。”

还有一次,夫妻俩出门时正巧走到一个养殖户家门前,对方远远地打招呼,还拿出一筐自家种的菜非要他们带回去,感谢刘凯平时的帮助。“我终于理解了,丈夫身上的味道其实就是他的军功章。”

这些年,刘凯没有停下学习的脚步,不但考上扬州大学的研究生,还经常参加技能大赛。2020年,在泰兴市农业农村局的推荐下,刘凯参加了省农业行业职业技能大赛,并通过层层选拔,在全省13个设区市区



刘凯给猪仔防疫 现代快报/现代+记者 毛晓华 摄

代表团中脱颖而出,成功入选全省技术比武精英团队,作为三名省代表之一参加第三届全国农业行业职业技能大赛。经过60多天的专业技能提升培训,他凭借精湛的业务能力和极强的动手能力,以近乎满分的成绩,荣获“全国农业技术能手”称号。

15年来,刘凯坚持把科学技术送村入户,平均每年到养殖圈舍提供技术指导和服务2600多次以上。

针对村民黄某养殖过程中遇到二元母猪配种率低的难题,刘凯数十次上门免费进行技术指导,并帮助争取贴息贷款20多万元。如今,该猪场已扩大到年上市2500多头,黄某也实现了养猪致富梦。

刘凯将黄某的成功经验作为典型事例推广,并通过科技入户等项目服务累计带动200多个养殖户提高养殖效益,促进增收600多万元。

身份在转变,但初心不变。如今,刘凯正用自己所学,为家乡的畜牧业贡献一份力,也希望能借此将畜牧业发展成富民产业,带动村民走上致富路。

36岁游戏主播确诊中风,啥原因

专家:常熬夜、缺乏运动导致中风呈年轻化趋势

“现代人缺乏运动,身体健康问题不容忽视。运动起来吧,多运动少生病!”……4月8日晚,36岁的前英雄联盟职业选手、主播孙亚龙确诊中风的话题一度冲上微博热搜第一。孙亚龙表示:“医生说我这毛病都是50岁以上人得的,我得就离谱,大概是因为疲劳过度、常熬夜、心力憔悴。”

中风是中老年人专有的疾病?该如何预防中风?4月9日上午,现代快报记者采访了相关专家。

现代快报/现代+记者 王菲

36岁知名游戏主播确诊中风

公开信息显示,孙亚龙出生于1988年3月24日。2008年代表中国队征战《地下城与勇士》亚洲争霸赛韩国站和中国站的比赛,在WCG《地下城与勇士》中国区团队赛中夺得亚军,后转战《英雄联盟》,加盟IG战队,担任辅助位,“琴女”是他招牌英雄之一。

4月6日,孙亚龙发微博表示,“双眼看东西重影,舌头左脸发麻。就很突然,5分钟左右,第一次这样。”

4月8日,孙亚龙再发微博称:“我居然是中风!医生要求我立马必须住院!一星期左右!还好发现的早。越早治好越好。”

4月8日晚上,话题#孙亚龙确诊中风#一度冲上微博热搜第一。

一些年轻人因为孙亚龙前英雄联盟职业选手、游戏主播的身份,以及自己或身边人爱打游戏的习惯,纷纷留言,“大家以后千万别熬夜打游戏了。”“一直坐着玩游戏不太好啊。”“少打游戏,多起来运动运动!”

有年轻网友由于工作生活压力导致身体亚健康,看到中风热搜后也心有戚戚,“我今年32岁,工作12小时两班倒,一星期一换。血压也高。已经吃药一年多了。”“现代人缺乏运动,身体健康问题不容忽视,运动起来吧,多运动少生病!”“真没想到年轻人也会中风,我以后要戒烟酒、不熬夜。”……

“年轻人不会得中风这种观念是错误的,现在越来越多的年轻人出现中风。”盐城市卒中协会理事长、盐城市第三人民医院神经内科主任侍海存介绍,人的血管在18岁之后开始受血压、血脂等干扰,可能会出现血管内膜的增厚、斑块的形成。“在我们治疗

的病人里,有个小伙子不到30岁就出现严重的血管狭窄。患者很胖,平时血压高,不吃药,他抽烟、常熬夜、喜欢喝碳酸饮料,结果突然某天一侧肢体活动不灵,言语不清,幸亏就及时,经过溶栓治疗,得到恢复。”

年轻人要培养健康的生活习惯

什么是中风?中风是脑卒中的俗称,是由于脑部血管突然破裂引起出血,或因血管阻塞导致血液不能流入大脑引起缺血的一种疾病。脑卒中具有发病率高、复发率高、致残率高和死亡率高及经济负担高的“五高”特点,是威胁我国国民健康的主要疾病之一。

根据《中国脑卒中防治报告(2023)》,我国40岁及以上人群脑卒中现患人数达1242万。

侍海存表示,脑卒中绝不是中老年人特有的疾病,已呈现年轻化趋势。“年轻人在日常生活中,要注重培养健康的生活习惯,注意劳逸结合,减少熬夜,不要仗着年轻,过度消耗自己的身体。发现高血压、血脂异常、高血糖也不要不以为然,应注意加强对上述指标的监测以及异常的处理,定期体检,远离脑卒中。”

“高血压是目前常见的慢性疾病,是我国心脑血管疾病的最主要危险因素之一。但在临床上询问患者既往病史时,一些人压根就不把高血压当回事,明知自己有高血压却不进行服药控制,这是非常危险的,因为高血压可能引起脑溢血、脑梗、心梗、高血压肾病等。”侍海存提醒,脑卒中是可防可治的疾病,万一出现中风症状,应尽早到有救治条件的医院就诊。如果是脑梗死,应尽早进行静脉溶栓,仍有恢复希望。

2023年10月30日媒体报道
当前,第一批“90后”已成为中风高发人群,相关识别、干预工作刻不容缓



视觉中国供图