

今年首个超强台风“轩岚诺”来了

可能对我市有较强大风影响



晚报讯 今年首个超强台风“轩岚诺”来了。市气象台昨天发布重要天气报告,11号台风“轩岚诺”可能对我市有较强大风影响。

今年第11号台风“轩岚诺”昨天16时中心位于距离台湾省台东市东偏南方向约475公里的洋面上,中心附近最大风力达17级以上(65米/秒,超强台风级),中心最低气压为910百帕。预计,“轩岚诺”将以每小时5公里左右的速度向南偏西方向缓慢移动,强度还将有所增强。今天将在台湾以东洋

面停滞或回旋,强度变化不大;明起将转偏北方向移动,强度虽然缓慢减弱,但仍保持超强台风级,并在东海中部海面北上,逐渐向朝鲜半岛南部到日本九州岛一带沿海靠近。

根据最新气象资料分析,受南下弱冷空气和“轩岚诺”外围环流的共同影响,预计2日至5日我市多云到阴有分散性阵雨,沿海地区局部雨量大,6日多云。2日至4日前期我市海区以东北风为主,风力6~7级阵风8级;4日后期至6日前期我市风力进一步增大,偏北风最大风力陆上5~6级阵风7~8级,沿江江面6~7级阵风8~9级,海区7~8级阵风9~10级,海区的东部可能达11级以

上,请注意防范。

市气象部门同时提醒,受冷空气、副热带高压和热带扰动多重因素影响,“轩岚诺”移动路径的不确定性较大,不排除近海北上,对我市造成更强风雨影响。市气象局将加强监测,及时报告最新情况。

【今明后三天天气预报】

2日:多云到阴,局部有短时阵雨,东北风4-5级逐渐增大到5级阵风6-7级,气温23℃~29℃;**3日:**多云到阴有分散性阵雨,东北风5级阵风6-7级,气温24℃~28℃;**4日:**多云到阴有分散性阵雨,偏北风4-5级阵风6级逐渐增大到5-6级阵风7级,气温24℃~28℃。

记者俞慧娟

(合作单位:南通市气象局)

通扬运河南通市区段疏浚保通工程完工

晚报讯 记者8月31日从市交通运输局获悉,通扬运河南通市区段(通桥河口一通吕运河五岔河口)疏浚保通工程近日顺利通过交(竣)工验收。该工程完工后,将在新江海河航道双桥枢纽工程9月断航施工期间保障沿线企业五级单线的通航服务。

为保障中天绿色精品钢项目及通吕运河启海和通海片重点物资内河运输需求,南通港航结合新江海河双桥枢纽的工程序时进度安排,特制定了近期和远期保通方案。该疏浚保通工程作为近期保通方案的一部分,自7月28日开始,对10.5公里航道进行了整治,累计完成疏浚土方6110立方米,清障块石

485立方米,拔除暗桩12根,新建航标及内河安全标志2座。

工程施工过程中,南通市港航事业发展中心高度重视,积极克服唐闸大桥钢便桥工程中两座老桥拆除、四副钢便桥搭设带来的影响,多次召开专题会议,合理编排施工计划,科学制定施工方案,狠抓安全、质量、环保、进度管理,协调执法支队、市政园林局等相关单位加快推动工程建设,工程提前一周交(竣)工。

下一阶段,市港航事业发展中心将继续做好通扬运河南通市区段(通桥河口一通吕运河五岔河口)护岸加固工程勘察设计相关工作,为内河航运服务畅通提供更优质、便捷的航运保障。

通讯员蔡勇鹏 蒋锋

记者严春花

我市颁发改版后首张营业执照

新版不再记载“经营期限”“合伙期限”等信息项

晚报讯 “营业执照和以前不一样啦,没有经营期限了。”昨天上午11时,南通龙锋商贸有限公司法人代表张华雷,在市政务服务大厅领取了营业执照。这是营业执照调整后,我市颁发的首张营业执照。

根据市场监管总局办公厅相关通知要求,9月1日起,市场主体营业执照正副本照面事项做相应调

整。我市积极响应国家政策,及时为经登记机关准予设立、变更登记以及补发营业执照的各类市场主体,颁发调整版式后的营业执照。据悉,新版营业执照中,公司、非公司企业法人、合伙企业、分支机构等类型市场主体的营业执照不再记载“营业期限”“经营期限”“合伙期限”信息项,合伙企业、个人独资企业营业

执照增加“出资额”信息项,部分类型市场主体营业执照的事项名称及事项位置进行相应调整。

而关于原版营业执照是否需要更换,市行政审批局相关负责人表示,之前存续的各类市场主体,可以直接申请换发新版营业执照。

通讯员王婷

记者何家玉

患病就不能正常运动?

专家:不能一概而论



读者葛颖彤来电(0513-85110110)咨询:平日有健身习惯,最近身体有些小毛病,请问还能保持正常运动吗?

南通市体育科学研究所助理研究员、南通市体育科学学会理事冯泉慧对此问题进行了解答。

冯泉慧说,不少人认为,休息是最好的疾病康复方式。这种说法有一定道理,但并不全面。“当疾病处于急性期,人的身体极度不适,这时候坚持锻炼肯定是违反科学的,甚至有生命危险。需要强调的是,患有一些疾病的朋友是不能进行剧烈运动的,有运动习惯的患者一定要在

医生的指导下进行取舍。”

“有些患者,坚持运动反而会促进身体的恢复。”冯泉慧说,运动是促进健康最为重要的手段,特别是对高血压、糖尿病、脂肪肝、肥胖、骨质疏松等慢性病患者来说,运动是预防、治疗、康复的核心手段之一。研究已经证明,运动对提高心肺耐力、改善血脂、调节血糖、增加骨密度、改善心理状态等诸多好处。

冯泉慧说,随着康复理念的发展,现在很多疾病指南不再支持患者卧床休息,而是需要早期介入康复,长期卧床休息会导致心肺功能衰退、血容量减少、深静脉血栓形成风险增加、肌肉萎缩、关节活动障碍等许多问题。越早运动起来,身体机能的恢复越好,这已形成了共识。

本报记者王全立

关爱胆囊从规律饮食开始

医生提醒:胆囊结石与不良的生活习惯有关



晚报讯 昨天是全国第六个“胆囊健康日”,今年的活动主题是“健康胆囊向未来”。市一院肝胆外科副主任、主任医师臧宏提醒:胆囊结石大部分与我们不良的生活习惯有关系,关爱胆囊健康请从规律饮食开始。

臧宏介绍,胆囊位于人体右上腹部,通常情况下肝脏产生的胆汁会通过胆管排出,再储存在胆囊里面。在进食高脂饮食、高胆固醇饮食的情况下,人体的胆囊就会收缩,把胆汁通过胆管排到肠道,帮助我们消化吸收,这就是它的主要功能。

他强调,胆囊结石的病

人如果合并一些严重的基础疾病,比如严重的心脏病、肺功能的障碍、经常反复发生呼吸道的感染、糖尿病,甚至有中风脑梗塞病史等,这样的一些病人胆囊结石可能会引起急性发作胆囊炎,急性发作严重的情况下又会影响到基础疾病的加重,从而带来危险。“对于这样的病人,我们建议要在胆囊炎不急性发作的情况下进行胆囊摘除手术。如果胆囊结石病人反复发生急性或慢性炎症,甚至短时间内一个月发作几次,就会严重影响到生活和工作了,我们也主张进行胆囊摘除手术。”臧宏表示,另外一些病人由于胆囊结石比较大,胆囊慢性炎症导致胆囊壁增厚,有胆囊癌变的风险;胆囊呈“瓷化”胆囊,胆囊内几乎没有胆汁储存,就是一颗大的结石,甚至

胆囊萎缩,这些情况也需要进行胆囊切除。

“形成胆囊结石、胆囊息肉的原因比较复杂,往往很难做到精准的预防,如果仅仅去除结石、去除息肉而保留胆囊,还是不能预防它再次发生。”臧宏解释,胆囊结石主要与不良的生活习惯有关系,比如进食高脂饮食高胆固醇饮食,或者养成了长期不吃早饭的习惯,胆汁在胆囊里面储存时间过长造成了胆汁浓缩,就容易形成结晶、结石;还有一些患者不喜欢运动,也可能导致胆囊结石的发生。

市一院肝胆外科特别提醒:胆囊切除后的病人也有一部分可能会出现胆管结石的复发。因此,对于胆囊切除的病人,仍要遵从医嘱,定期到正规医疗机构的肝胆外科门诊进行复查。

通讯员钱益 记者冯启榕

更俗剧院

最新演出信息

动画《雀斑公主》
动画《新神榜:杨戬》
动画《小黄人大眼萌:神偷奶爸前传》
王千源、谭卓主演《世界上最爱我的人》
沈腾、马丽、常远主演《独行月球》
维克多·多勃朗拉夫主演《忠犬帕尔玛》
9月16日19:30——绍兴小百花越剧团《何文秀》
9月17日19:30——绍兴小百花越剧团《狸猫换太子》
9月24日19:30——爱乐之城一金文彬钢琴独奏音乐会
扫二维码关注更俗剧院微信公众平台,获取更多电影演出信息。
更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>
售票热线:85512832 服务监督:85528668