

# 通城本周继续晴多雨少

## 周五起气温明显下降,最低7℃~8℃



**晚报讯** 一转眼,十月份已进入尾声。最近一段时日,雨水好似成了稀罕物,大多数时候通城都维持着秋高气爽的天气格局。上周,雨水短暂光临我市,周三、周四出现小雨、局部中雨,周日局部出现小雨,一定程度上缓解了连日的干燥。

从市气象台发布的一周天气趋势来看,预计新的一周我市仍以云系变化为主,

其中10月31日有一次弱降水。具体预报:10月31日阴有时有小雨转多云,11月1日多云,11月2日多云到晴,11月3日多云,11月4日多云到阴,11月5至6日多云。若要用四个字来总结本周的天气,那便是“晴多雨少”。市气象台提醒,晴朗干燥天气下,气象火险等级高,广大市民一定要注意用火用电安全。

霜降时节,通常冷空气活跃频繁。这不,消停了多日的冷空气终于憋不住要到天气舞台上表演一番了。受冷空气影响,11月1日和4日我市风力较大,陆上4-6级、沿江江面5-7级、海区6-8级。气温方

面,新一周平均气温14℃~15℃,接近常年。但从气温走势图来看,前期气温还算平稳,最高气温在20℃上下徘徊;自11月4日起气温将会出现明显下降,最高气温16℃~17℃,最低气温7℃~8℃。怕冷及体质弱的市民可能又得添衣御寒了。

**【今明后三天天气预报】10月31日:**阴有时有小雨转多云,东北风4级左右,气温13℃~21℃;**11月1日:**多云,东北风4-5级阵风6级,气温13℃~21℃;**11月2日:**多云到晴,东北风4级左右,气温10℃~19℃。

记者**俞慧娟**  
(合作单位:南通市气象局)

## 美味大闸蟹你吃对了吗?

### 南通疾控建议:每人每次不要超过4两



**晚报讯** 眼下,正是大闸蟹上市的季节。26日,南通疾控发布健康提醒:因吃螃蟹而发生过敏、食源性疾病的事件时有发生,市民在享受美味的同时也应注意规避风险。

在挑选螃蟹时,市民要看蟹壳背,如果蟹壳背呈黑绿色,带有光泽,则说明螃蟹肉厚壮实;看尾端,如果蟹脐凸出来,且蟹脐两旁会透出红色,这样的螃蟹一般膏肥脂满;看蟹足,如果蟹足上绒毛丛生则说明螃蟹体质强健,蟹足无绒毛则说明螃蟹体软无力。

同时,要注意烧熟煮透,现做现吃。专家指出,螃蟹中有时会检出致病性大肠杆菌、霍乱弧菌、副溶血性弧菌、单核细胞增生李斯特菌等常见食源性致病菌,还可能携带并殖吸虫等寄生虫。相比醉蟹而言,清蒸螃蟹更靠谱。蒸制螃蟹时,至少高温蒸制30分钟,降低食源性疾病发生的风险。建议每次吃螃蟹按量烹调,现做现吃,时间放久了,很容易被细菌侵袭,如果一餐

没有吃完,及时冷藏,下次食用前彻底加热。

此外,市民还要注意营养均衡、适量食用。专家介绍,螃蟹味道鲜美,但也是一种高蛋白、高嘌呤、高胆固醇的食物。据中国居民膳食指南推荐,一次吃水产品的合适数量是40克~75克(可食部分),建议每人每次吃螃蟹不要超过4两。一次少吃点,既不会造成蛋白质过量,也不会增加消化系统的负担。吃螃蟹的时候搭配谷物和蔬菜,保证营养均衡。

需要提醒的是,螃蟹是一种很容易造成过敏的食物。对于螃蟹过敏和不耐受人群,食用后很容易引起恶心、呕吐、腹痛、腹泻,有的还会引起荨麻疹、哮喘等。对于婴幼儿来说,身体中的脏器都处在发育阶段,螃蟹属于一种高蛋白食物,很容易增加肝脏、肾脏的代谢负担,同时婴幼儿的消化系统较弱,并不适合食用。蟹黄含有较多的脂肪和胆固醇,建议患有高血压、冠心病、胆囊炎等疾病的人群尽量少吃或者不吃。另外,螃蟹中含有较高的嘌呤,会增加痛风的风险。

通讯员**谭维维**  
记者**冯启榕**

## 心理治疗下月起可医保支付

### 专家提醒及早就医

**晚报讯** 11月1日起,全省范围内将“心理治疗”项目纳入医保支付范围,个人先行支付比例为20%,实际收费超过医保支付标准以上的部分由患者负担。南通四院精神科医师提醒:由精神科医师或取得心理治疗专业技术资格的卫生技术人员诊治心理疾病才可医保报销。

全国心理卫生学术大会相关数据显示,中国患有不同程度精神或心理障碍需要专业人员干预的人数估计达到1.9亿人。因此,将心理治疗纳入医保,能有效减轻精神或心理障碍人员的经济负担,有力推动

他们主动积极就医,降低常见精神心理障碍向严重精神心理障碍的转化率。

南通四院精神科副主任医师、南通市心理咨询中心副主任施佳佳介绍,心理治疗通常一周一次,患者往往需要连续多次治疗。我市很多精神心理障碍人员曾在上海、苏州等地接受过心理治疗或者咨询服务,加上车旅费,每次费用高达数千元,这对他们而言经济负担较重,因此很多心理障碍人员不得不中途放弃治疗。

“心理治疗能消除或缓解患者心理障碍,干预越早,效果越好。”施佳佳表示,心理治疗

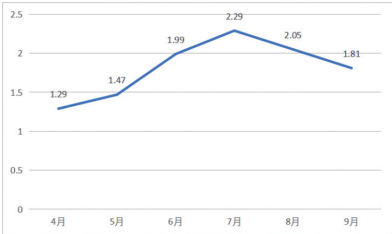
除了应用于抑郁症、强迫症、焦虑症、恐惧症、癔症、神经性厌食、神经性贪食等,也适用于人格障碍、适应障碍、儿童青少年情绪与行为障碍、成瘾行为等。

“将心理治疗项目纳入医保,除了降低患者费用外,同时,也向社会传递出正视心理疾病和心理治疗的鲜明信号,表明了心理疾病和感冒、发烧一样,都是常见病。”施佳佳提醒,患者切莫讳疾忌医,应该尽早接受治疗,在心理问题没有达到严重程度之前,将病情消灭在初始状态。

通讯员**朱小平** **钱晨城**  
记者**冯启榕**



昨天,市市场监管局通报了9月全市电梯安全综合监管平台运行情况。当月,南通市电梯应急救援处置中心共处置电梯困人故障总计455起,处理故障投诉5起,解救被困人员总计714人。



近六个月内全市电梯困人率变化趋势图  
注:全市电梯困人率=每月电梯困人次数÷(每月96333系统在用电梯数量÷10000)÷每月天数

9月,全市共有15台电梯发生2次及以上困人故障,其中3台电梯发生3次困人故障。当月市电梯应急处置中心处置的455起困人故障中,救援人员到达现场平均用时13.4分钟,现场实施救援平均用时1.6分钟。启动签约维保单位实施救援452起,启动网格救援站点实施救援3

起。经核查,3起网格救援均为维保单位变更后未及时在系统中进行信息更新造成的,属地市场监管部门已对相关维保单位进行约谈。

电梯能否安全运行,与维保专业能力密不可分。一家签约维保单位在维电梯仅14台,却在9月内发生了2次困人情况,市场监管部门已对该公司进行行政约谈。目前,市市场监管局正结合“助企纾困、质量会诊”服务行动,在全市范围内开展维保单位星级评定工作,助力各维保单位完善资源条件、质保体系,重点提升各单位维保人员专业技能及安全意识,规范南通电梯维保行业秩序。

除了维保单位,电梯使用单位也应尽责。近日,浙江一89岁老太被困电梯后按报警铃无反应,物业没有及时发现,导致老太被困两小时。无独有偶,广西一13岁女孩独自乘坐电梯时遇电梯故障被困,这期间不断按响紧急按钮求救,但物业以为误报置之不理,直到其家长出门寻找才发现孩子被困。

市场监管部门提醒,委托物业服务单位管理的电梯,物业服务单位是电梯的使用单位。作为使用单位,应当建立岗位责任、隐患

# 9月全市应急处置电梯困人故障455起

### 市监部门提醒:维保单位、使用单位务必尽责

#### 9月发生3次困人故障的电梯

辖区	使用单位	高发困人地点	困人处置量
海门	南通奥美林物业管理有限公司	东江嘉园11幢1单元北	3
崇川	南通市崇城物业管理有限公司	天一学士府39#楼东单元西	3
启东	启东市恒安物业管理有限公司	申港城23#楼西单元	3

#### 9月困人率前十的签约维保单位

排名	签约维保单位	困人次数	电梯数	困人率
1	北京燕园图新电梯自动化技术有限公司南通分公司	2	14	47.62
2	南通锦祿电梯有限公司	1	16	20.83
3	江苏大东建设有限公司	1	23	14.49
4	江苏九盛机电工程有限公司	3	82	12.20
5	江苏大生电气工程有限公司	1	34	9.80
6	南通中明电梯科技有限公司	5	177	9.42
7	江苏美森电梯工程有限公司	4	178	7.49
8	江苏天旺楼宇设备工程有限公司	3	145	6.90
9	三星电梯有限公司	5	258	6.46
10	南通俊阳电梯工程有限公司	11	697	5.26

排查治理、应急救援等安全管理制度,配备足够数量的安全管理人员,开展电梯使用日常巡查,加强对电梯改造、修理和维护保养工作的监督,确保居民乘梯安全。

**特别提醒:**96333因资源有限,仅负责电梯困人故障的应急处置;其他电梯咨询、投诉等问题,请与辖区市场监管局联系。

王玮丽