

江海晚报

2023年11月2日
星期四
农历癸卯年九月十九

今日16版
总第10811期



主管:中共南通市委
主办:南通日报社
出版:江海晚报社

身边有新闻 欢迎您报料



热线: 85110110

邮箱: jhwbtg@163.com

民之所盼是否受到重视 民之所难是否得到解决
本报开设专栏为您“一追到底”

>>04

鼻吸能量棒 越吸越上瘾?

专家提醒:有危害,不建议使用

近期,一种名为“鼻吸能量棒”的东西在学生中流行起来。
南通六院耳鼻喉科主任刘健提醒:

- 反复使用,可能损伤鼻腔黏膜,破坏其屏障保护作用。
- 往鼻孔里反复塞异物,可能引发细菌感染,导致鼻窦炎。

>>05



在学习生活中
该如何提神醒脑 ?

医生
建议

家长应通过指导孩子养成良好、科学的生活习惯,帮助
孩子更好地集中注意力、提高学习效率,如保持充足睡眠、合
理作息、均衡饮食、适当运动等。

制图:肖竹益

菊花展首日吸引近万人观赏
近300种名品、数十种新品竞相争艳

>>02

28.9°C! 通城热得不一般
昨天气温打破11月份历史最高纪录

>>05



天气
预报

今天夜里到明天多云,明晨最低温度16°C左右,明天最高温
度28°C左右。
咨询热线:96121

国内统一刊号:CN32-0093 邮发代号:27-88 零售价:每份1.00元
值班编委:晨曦 管颤生 编辑:陈黎 组版:刘白皓 校对:李蔚