

“让这座城市尽快恢复如初”

——海口市台风后救灾见闻

新华社记者 陈凯姿 许仕豪 赵玉和

8日的海口市，终于迎来艳阳天。大街小巷的救灾重建画面，一扫台风带来的阴霾。

超强台风“摩羯”所到之处，许多大树被连根拔起，但鲜见椰子树倒下。海口市三联社社区渔民王友春笑着对记者说：“我们就像椰子树一样吹不倒！”

台风登陆海南之前，王友春看着自家的船、网，有些焦虑。台风过境后，虽然船只和房屋有些许破损，他却表情轻松：“该做的准备都做了，损失降到了最低。”这两天，渔民们开始刷洗靠岸停泊的渔船，从低洼地区转移安置的居民也陆续回到了家，大家齐心协力清理杂物和垃圾，准备下一次出海。

作为海口市东西走向的繁忙道路，台风过后的滨海大道万绿园段，不少树木倒伏横在路边，交通一度堵塞。台风刚离开海口，万绿园管理中心的工作人员就深夜冒雨现场勘察，掌握需要清理的树木底数。

“7日一早，我们组织了200多名职工一起清理路障。”该管理中心主任李雯一边动员工人锯树，一边对接清运车辆，两部手机电话没断过。而在不远处，几名交警早已就位，指挥车辆通行。仅半天时间，这里就不再拥堵。

7日，天刚蒙蒙亮，不少居民开始“重整家园”。记者在临近海口秀英港的几个小区看到，街道办、社区居委会干部与业主、物业管理人员齐心协力，将公共区域逐渐清理完毕。与住宅楼相连的商铺中，生鲜、五金、理发等店面均已开门营业。商店老板周崇生说：“早点开店，主要还是帮大伙儿应急，货品价格一分不涨。”

海口市国贸附近的大润发超市，则化身为一座“便民服务站”，为周边居民提供避雨和免费充电服务。



今年第11号超强台风“摩羯”9月6日16时20分在海南文昌沿海登陆，造成海南多地大量树木倒伏，道路中断等。目前，各项灾后重建工作正有序进行。图为9月8日，海口市金贸中心幼儿园芙蓉分园的老师合力拉起学校倾斜的围栏。

新华社记者 张丽芸摄

务。超市各区域货物架上，物资供应齐全。

7日一大早，海口市教育幼儿园园长丁颖就带领着返岗的老师们搬运树枝、冲洗地面。一些居住在周边的家长见此情形，也自发加入，“希望尽快将校园整理好，随时准备复课”。幼儿园里，被风吹断的树干，已经被工作人员截成一个个木桩。在丁颖看来，它们可以制作成

小板凳给孩子们坐，不失为一种“特色”教育方法。

“摩羯”的超强风力，让海南电力基础设施和通信基站受到不小影响。除本地电网组织应急队伍抢修外，南方电网调配广东、广西、贵州一万余人抢修力量驰援。

从台风登陆晚间“逆行而行”的面孔，到翌日四处清障抢险的身影，海口市长秀路消防站指战员们彻夜

不眠，在十几个小时内完成20车次、120余人次的出警救援。

“这次台风的破坏力很大，我们需要共同面对困难、克服困难。”该消防站政治指导员郑海角说，“在灾后重建过程中，消防员会努力出现在更多需要帮助的身边。最重要的是，大家一定要齐心协力，让这座城市尽快恢复如初。”

(新华社海口9月8日电)

“摩羯”为1949年以来登陆我国最强秋台风

新华社北京9月8日电(记者黄鑫)记者8日从中国气象局获悉，今年第11号台风“摩羯”成为1949年以来登陆我国的最强秋台风，其在超强台风级别维持时间长达64小时，给多地造成严重灾害。

“摩羯”先后在菲律宾吕宋岛、我国海南省文昌市、广东省徐闻县，以及越南广宁省登陆。为何会四次登陆？主要原因是“摩羯”生成后走向以偏西为主，偏北角度较小，导致其路径会穿过我国海岸线及多个岛屿或沿海国家。中央气象台首席预报员张玲说，进入9月偏北风开始

增强，一定程度上压制了“摩羯”向北移动的幅度，导致其登陆次数较多。

专家介绍，多因素罕见叠加使“摩羯”刷新登陆我国最强秋台风纪录。

“目前南海季风非常活跃，维持了一条东西向赤道辐合带，为‘摩羯’能量维持提供了十分有利的条件。特别是在9月4日，‘摩羯’两侧的热带低涡系统为其注入了大量水汽。”张玲说，同时9月以来赤道气流持续增强，携带大量水汽为“摩羯”的强度维持提供了充足能量。

此外，“摩羯”进入南海后遇上南下的弱冷空气，导致台风眼区附近垂直运动增强，发展更加迅速。南亚高压南界靠北，为“摩羯”营造了一个垂直切变较小的环境场，也有利于其稳定发展。

8日17时，中央气象台对“摩羯”停止编号。专家表示，“摩羯”虽已减弱，但残余环流影响仍不可小觑。据中央气象台预报，广西南部、云南海南受“摩羯”残余环流影响，仍将出现暴雨到大暴雨。

“台风本身是海洋水汽的集合体，当它登陆减弱后只是风变弱

了，但海洋输送水汽的通道仍存在，一般位于残余环流东侧。”中央气象台首席预报员张涛介绍，持续的水汽输送在陆地上遇到地形抬升或触发对流系统，仍然会产生强降雨，受影响地区要注意防范强降雨带来的城乡积涝和山洪、滑坡、泥石流等次生灾害。

中央气象台首席预报员钱永兰建议，农区雨后及时查田，渍涝地块及时排出田间积水，清洗扶正禾苗、甘蔗等倒伏作物，及时清理果树断枝残叶，损毁农田及时改种、补种，以减少损失。

全力以赴降低损失

——“摩羯”海南登陆地救灾一线直击

新华社记者 罗江 吴茂辉 刘博

7日，黎明来临前，最后一根横亘在路上的大树被锯断、搬离，文昌市铺前镇通往外界的两条主干道均被打通，着急等待回去查看灾情的村民们顺利通行，消防队员们则马不停蹄前往其他路段清障。

时隔十年，继“威马逊”之后的又一个17级超强台风“摩羯”在海南文昌登陆。当地干部群众第一时间展开救援和灾后重建工作，争取尽快恢复生产生活秩序，降低“摩羯”造成的损失。

在铺前镇，狂风骤雨造成大量树木倒伏，多条道路阻断，电力、通讯也先后中断，这里成了“孤岛”。6日晚11时，趁着风势、雨势转弱，20多名消防队员兵分两路，努力打通铺前镇到海口市、铺前镇到锦山镇方向的道路。

“这两条路是通向外界的主干道，清除障碍才能让救援力量和物资快速进入，也能让转移避风的水产养殖户返回养殖场尽快恢复生产、减少损失。”文昌市消防救援支队防火监督科助理员符传德介绍说，为了实现快速响应，“摩羯”来临前，海南省消防救援总队就安排了其他市县消防部门人员增援文昌，并与文昌当地消防队员一同提前进驻翁山镇、铺前镇等预计受灾较严重地区。

7日，记者进入“摩羯”登陆的翁

山镇，发现主干道已基本完成清障。在大福村委会，留守的党支部副书记韩吉畴说，村委会下属10多个自然村仍然无法开车进入，驻村干部、村两委干部已赶赴各自然村，组织群众清理路障。

记者随韩吉畴穿过重重倒伏的树木进入大福自然村，看到一座挖机正在清理路面，多名村民在清扫家门前的枯枝、落叶。与此同时，部分农户住宅屋顶的瓦片被吹落损毁，正在加紧修缮。韩吉畴表示，屋顶瓦片被破坏面积较大，短时间内无法修复的，会安排农户投靠亲友或到集中安置点居住。

大福村村民韩天定说，“威马逊”台风过后，在当地政府扶持下村民纷纷对瓦房进行修缮加固。此次台风后住人房屋没有出现严重损坏，但有部分村民用于存放物品的瓦房年久失修，出现墙体垮塌、屋顶大面积破损。

据统计，截至2023年底，文昌全市水产养殖面积17万亩，是海南省重要的水产养殖基地之一。作为文昌农民重要的增收产业，东风螺、鱼、虾等水产品养殖产业遭受重创。

在大福村村民符石攀的东风螺养殖场，五六名工人冒着大雨忙碌着，有的抢修顶棚和抽水、排水管道，有的给养殖池施放维生素和葡



图为9月7日，在海南省澄迈县一条被台风刮倒的大树阻塞的道路上，澄迈县消防救援大队救援人员进行清障作业。

新华社记者 蒲晓旭摄

萄糖。“目前看，我估计至少有10%到15%的损失。”符石攀说，“还好第一时间抢救，也多亏了乡亲们来帮忙。”

记者从海南省防御台风“摩羯”应急指挥部获悉，超强台风“摩羯”

造成全省大部分地区不同程度受灾，部分基础设施、工农业等受损，群众生产生活受影响。截至9月7日15时，“摩羯”共造成全省因灾死亡4人，受伤95人。

(新华社海口9月7日电)

胡乱「贴秋膘」

当心「第四高」

新华社记者 马晓媛

“秋风到，贴秋膘。”暑去秋来，不少地方流行“贴秋膘”的习俗，要多吃点肉，把夏天掉的“膘”补回来。但专家提醒，盲目进补、大吃大喝可能会引发高尿酸血症。

近年来，高尿酸血症的患病率明显趋高，被称为继高血压、高血糖、高血脂“三高”之后的“第四高”。什么是高尿酸血症？哪些人群易患高尿酸血症？如何预防？记者就此采访了相关专家。

容易被忽视的“第四高”

随着秋季来临，不少地方流行“吃炖肉、贴秋膘”，专家提醒，摄入过多肉类会增加高尿酸血症的风险，特别是很多人原本就尿酸偏高，更要注意均衡饮食，不能盲目“进补”。

高尿酸血症，是指血液中尿酸水平超过正常范围的一种代谢性疾病。

从事销售工作的李先生平时应酬较多，常常在外喝啤酒、吃海鲜和烧烤。最近一段时间，他感觉自己的关节时不时会有些疼痛，尤其是大脚趾关节，偶尔还会红肿和触痛。到医院一查才发现，血液中的尿酸水平达到510微摩尔/升，超过了420微摩尔/升的正常范围，被诊断为高尿酸血症。

“尿酸是身体代谢嘌呤时产生的一种废物，嘌呤存在于许多食物中，比如红肉、海鲜等，我们的身体也会制造一些嘌呤。”山西省人民医院肾内科主任周晓霜说，正常情况下，尿酸会通过肾脏过滤后，随尿液排出体外，但当尿酸生成过多或排出不足时，血液中的尿酸水平就会升高。

近年来，随着生活方式和饮食习惯的改变，高尿酸血症的患病率呈现上升趋势。根据《中国高尿酸血症相关疾病诊疗多学科专家共识(2023年版)》，我国高尿酸血症患病率逐年增高，已成为仅次于糖尿病的第二大代谢性疾病，且呈年轻化趋势；2018年—2019年中国慢性病及危险因素监测数据表明，我国成人居民高尿酸血症患病率为14%，男性与女性患病率分别为24.5%和3.6%。

东南大学附属中大医院内分泌科副主任医师殷汉告诉记者，由于高尿酸血症和痛风患者日益增多，医院开设了专病门诊。“过去来就诊的高尿酸血症患者多数是中老年人，但现在60%以上是20—40岁的青壮年。”殷汉说。

“越来越多的青少年也出现在诊室里。”周晓霜说，刚刚过去的暑假就接诊了不少十几岁的孩子，十八九岁的居多，年龄最小的只有14岁。

“吃”出来的病？

周晓霜介绍说，很多被诊断为高尿酸血症的患者，一谈起饮食，都是经常喝啤酒、点外卖、吃火锅、大鱼大肉；一些年纪小的患者习惯喝饮料，从小把饮料当水喝。

“高嘌呤食物的摄入，如红肉、海鲜和啤酒，会增加体内尿酸的生成，导致血尿酸水平升高，而含糖饮料不仅会让身体产生更多尿酸，还会干扰代谢，影响尿酸的排泄。”他说。

除了饮食，其他一些不健康生活方式也是导致高尿酸血症的重要原因。殷汉举例说，他的患者中有不少是IT从业者，像这样的人群工作压力大、生活不规律，经常久坐、熬夜，而且运动少、喝水少，也不注意控制体重，容易被高尿酸血症“找上门”。

此外，高尿酸血症的发生还与遗传、性别、年龄、肥胖状况、药物使用等多因素相关。

专家表示，一些人可能因为遗传原因而有较高的尿酸水平；男性比女性患病率更高；随着年龄增长，高尿酸血症的发生率可能会增加；肥胖会增加尿酸的生成，并且可能会减少尿酸的排泄；某些药物，如利尿剂、阿司匹林、某些降压药等，可能会影响尿酸的排泄，导致高尿酸血症。

“有高尿酸血症或痛风家族史人群，久坐、高嘌呤高脂饮食等不良生活方式人群，肥胖人群、代谢异常疾病患者、心脑血管疾病以及慢性肾脏病患者，都属于高尿酸血症的高危人群，应当予以高度关注。”周晓霜说。

危害不止“痛痛痛”

很多人将高尿酸血症与痛风划等号，但实际上，痛风只是高尿酸血症的“冰山一角”。

专家指出，血液中尿酸水平超过正常值时，尿酸盐会在血液中结晶析出，沉积在关节，导致痛风。尿酸盐结晶还会沉积在骨骼、肾脏、血管等不同部位，产生不同的临床表现，因此长期的高尿酸血症还会增加心血管疾病、2型糖尿病、肾脏疾病等多种疾病的发病风险。

预防和治疗高尿酸血症的关键在于控制血尿酸水平。周晓霜建议，高尿酸血症患者和高危人群要减少高嘌呤食物的摄入，多吃新鲜蔬菜和水果，多喝水，限制含糖饮料和酒精；同时保持健康规律的生活方式，适量运动、避免熬夜、做好体重管理。

殷汉表示，高尿酸血症可以分为无症状阶段和有症状阶段，很多高尿酸血症患者可能长期无症状，从而忽视了对疾病的干预，直到关节疼痛了才来就诊，就耽误了早期治疗的时机。事实上，如果体检发现尿酸水平过高，即便没有出现痛风等症状，也应当及时干预治疗。

受访专家还提到，一些患者缺乏科学治疗的认识，疼痛发作时就吃消炎药或输液止痛，疼痛缓解后就一切照常，不去规范治疗，导致病情加重；还有一些患者在服用降尿酸药过程中不遵医嘱，疼就吃、不疼就不吃，都会影响治疗效果，高尿酸血症患者应当定期就诊，遵医嘱科学治疗。

(新华社太原9月8日电)

一张“孝心卡”串起32项养老服务

新华社记者 陈席元

9月6日上午10点半，江苏省泰州市姜堰区罗塘综合为老服务中心的爱心食堂里，10多位老人排队打饭。今年80岁的姜宝云选了两个鸡翅、一份番茄肉炒蛋、一份麻婆豆腐，定价10元的套餐，因为有“孝心卡”和政府补助，她个人只需支付6元。

“这里离我家很近，走路5分钟就到，刷脸消费就行，比自己买菜做饭方便多了，子女也放心。”姜宝云说。当天中午，记者在姜堰区养老服务指导中心智慧养老平台看到，全区32个城乡助餐点共有826位“孝心卡”持卡老人用餐。

泰州市统计数据显示，截至2023年末，当地60周岁以上老年人超过137万，占常住人口的30.50%。

“一方面，老年群体还在扩大，对养老服务的期待也在提升；另一方面，养老服务供需两端信息不对称的问题仍然突出。”姜堰区民政局副局长蒋兆国说，很多老人不了解身边有哪些养老服务站点，可以享受哪些优惠政策；养老服务企业也很难找准潜在市场，摸清养老需求。

“因此，‘孝心卡’就像一个平台，聚合了政府、市场、家庭等各方资

源。”蒋兆国介绍，去年10月，泰州市在姜堰区试点开展养老服务体制机制改革，本着“企业让一点、政府出一点、公益补一点、老人出一点”的思路，设立包含政府补助、个人充值、公益赠予3个账户的“孝心卡”，鼓励老年人持卡消费，享受餐饮、陪护、家政等8大类32项养老服务。

姜堰区养老服务指导中心运营主管刘爱萍告诉记者，夏季不少老人来电预约清洗空调、油烟机。清洗一台油烟机的市场价要200多元，商户对持“孝心卡”的老人只收150元，老人自己支付100元，剩下50元从公益赠予账户出。

记者了解到，为保证政府补助资金精准到人，“孝心卡”无需老人随身携带实体卡，城乡养老服务场所均支持人脸识别的支付方式。改革举措实施近一年，姜堰全区已有5200多位老人用上“孝心卡”，15分钟养老服务圈聚合商户近500家。

“构建高质量的养老服务体系，需要政府支持、市场调节和慈善补充‘三轮齐转’，我们将持续培育养老服务市场主体，强化质量监管，让更多老人享受更专业、更便捷的养老服务。”泰州市姜堰区民政局党组书记、局长张承说。

(新华社南京9月8日电)