

# 气温湿度一起“荡秋千”

## “春捂秋冻”不是让您盲目“秋冻”

### 空气报告

#### 秋高气不爽 空气有点呛人

□快报讯(记者 孙兰兰)晴朗的天空,凉爽的微风,感觉上,这真是一个令人心旷神怡的秋日,很适合出游。可惜,昨天的呼吸质量可不那么让人放心。

玄武湖二氧化硫轻度污染,指数103;瑞金路可吸入颗粒物接近污染,指数94。全市平均污染指数也有83。这样的状况实在有点出乎意料。这两天,由于气温适宜、阳光明媚,一直给人以秋高气爽的感觉,可昨天,污染指数却悄悄地爬了上来。弥漫在空气中的桂花香,似乎也带了一点躁动,没有了前两天的纯净,倒多了点呛人的灰尘味道。

专家介绍,之所以空气变脏,是温差较大容易产生逆温现象造成的,高空不再像夏天那样“剧烈运动”了,静止的大气就像棉被一样,罩住污染物。从昨天的监测数据来看,不仅是二氧化硫、可吸入颗粒物比较高,二氧化氮的数值也不低。今天瑞金路地区的二氧化氮就很有可能接近轻度污染,而玄武湖二氧化硫也可能还是处在污染等级。全市的平均指数在71~90之间,主要污染物仍然是可吸入颗粒物。

**东星航空**  
EAST STAR AIRLINES  
武汉、沈阳  
全航线—24小时订票:95151  
所有民航售票处均可购买

### 天气早知道

今天 晴转多云 18~28℃  
明天 阴转多云 19~27℃  
后天 多云到晴 19~28℃

天气变好了,早晚凉,中午热,湿度也随着气温“荡秋千”。昨天中午,湿度降到了37.5%以下,市民需提防秋燥、上火,多喝水多吃水果。

#### 中午热,湿度低

由于北方没有明显冷空气南下,今后三天南京天气不会有太大变化,维持早晚凉、中午热的天气形势,同时白天的湿度很低,需注意饮水补充水分。根据预报显示,今天白天晴转多云,今天夜里多云到阴,全市偏北风3~4级,今晨最低温度18~19℃,今天最高温度27~28℃;明天阴转多云,最低温度19~20℃,最高温度27℃左右。

右;后天多云到晴,最低温度19~20℃,最高温度27~28℃。

#### “秋冻”不可盲目要有度

“春捂秋冻”是经典的气象谚语,南京近两天中午气温爬升快,许多市民因此早晚都穿了一件短衫。专家说,对于“秋冻”的理解,不应仅限于“不忙添衣”上,还应从广义上去理解。比如要加强耐寒锻炼,经常用冷水洗脸洗鼻,加强运动,增强机体适应寒冷气候的能力。

当然,“秋冻”不是人人都适合,要有个度。人与人的年龄不同,性别不同,体质不同,出门的时间段不同,有的人身体健康,有的

人患有疾病,每个人对寒热的感受力也各有差异。因此,要根据天气的变化和自身的感受随时加减衣服,切勿盲目“秋冻”。

#### 早上洗头不可取

很多女生喜欢早上洗头,其实这是不可取的。进入秋季后,南京早晨气温较低,一般都在20℃以下,晨起洗头,头发还没有干,而头部毛孔还开着,很容易受寒。除此之外,由于空气中缺乏水分的滋润,人易出现鼻咽干燥、声音嘶哑、干咳少痰、口渴便秘等一系列燥症。中医认为秋天气候干燥易伤肺气,因此秋天首当保养肺脏。

快报记者 刘峻



#### “小天使”

昨天,南京天气晴朗,阳光灿烂。两位“小天使”在南京紫金山的草地上尽情玩耍,在大自然的怀抱中享受着愉快心情。  
快报记者 施向辉 摄

### 服务资讯

#### 六合“茉莉花”节 即将上演“美食盛典”

□快报讯(通讯员 金世凯 吕道峰 记者 钟晓敏)六合“茉莉花”文化旅游节组委会获悉,作为本届“茉莉花”美食文化单元的“重头戏”——“第六届龙袍蟹黄汤包暨六合美食月”将于9月21日上午在南京双门楼宾馆“惊艳开

场”,届时以龙袍蟹黄汤包为代表的六合特色美食将会令广大市民大饱口福。

#### 今日有两场招聘会

□快报讯(记者 项凤华)今天上午,江苏省人才市场在广州路213号举办营销、管理、文秘、财务、外贸、物流、宾馆、旅游等相关行业专场交流会。同时,南京市人才市场在北京东路63号人才大厦举办综合性人才招聘会。

### 公共信息

#### 停气通知

9月20日9:30至18:00下列地区停气:首蓿园东街部分用户。9月20日21:00至次日10:00下列地区停气:金陵饭店(锅炉)、中心大酒店(锅炉)、大洋百货(锅炉)、新街口东方商城地下餐厅、南京富城房地产开发公司、东方商城负一楼、招商银行、新街口东方商城锅炉、中国银行江苏省分行(锅炉)、金鹰国际(锅炉)等一片。港华

根、十三中分校、建设新村、许府巷内、江西路等。6:00-9:30停虹泰线,范围:九龙泵站等。10:00-13:00停康居里线,范围:路灯管理处、美达房产、同创房产、九龙泵站等。6:30-17:30停洪龙线部分,范围:雄州镇招兵桥、农行宿舍、六合城建开发公司等。7:00-10:00铜井变:新济线部分停。

#### 有线电视数字化 整体转换小区安排

9月20日,南京有线电视数字化整体转换小区为仙鹤里、胭脂巷、集庆路部分、仙鹤街、仁义桥部分、双塘24号、双塘里、太平街4号、太平桥部分、太平苑、撮箕巷8号、来凤街、毛家苑、来凤里、五福街部分、金粟佳园、来凤新村、殷高巷、集庆路部分、磨盘街、钓鱼台部分。咨询热线96296。各小区现场办理结束时间为16:00。  
南京广电网络公司

#### 停电信息

9月20日7:00-11:00停花红园线,范围:东南大学高层及部分宿舍等。6:30-10:30停玄武线、电车线,范围:长江电器集团、金贸花园、芦席营82#、公交公司;长江厂宿舍、油嘴油泵厂、廖家巷、凤凰置业、许府巷、南汽宿舍、古都饭店、易发大厦、中央路、许府巷地铁、新立基大厦、玄武湖湖西隧道、后大树

报网联动  
全新服务  
www.lifenanjing.com.cn  
24小时新闻热线:96060

南京建国男科医院  
JIANGUO ANDROLOGY'S HOSPITAL OF NANJING  
——男人自己的专家医院——



### 找到根源 方能精确打击

# 男性生殖感染

专家提示:科学的检测和治疗同等重要  
GPH基因康复技术 辩证施治泌尿生殖感染

### 实力铸就健康

第八届、第九届全国人大副委员长,中国科学院、中国工程院院士,男科学泰斗李俊平院士为我院亲笔题写院名!

- ◇全国十佳男科医院
- ◇中国性学会男科科研基地
- ◇中国名家协会理事单位
- ◇中国医药管理协会理事单位
- ◇南京市卫生局注册批准的专业男科医院
- ◇天津怡泰生殖健康研究所协作单位
- ◇全国男科疑难病症远程会诊中心
- ◇江苏省社会学学会婚恋家庭咨询中心

《中国感染病学指导手册》指出:随着生殖感染疾病传播人群增多,各类顽固性病毒不断变异,出现极强的耐药性与易复发性。根据南京建国男科医院临床病例研究结果显示,准确系统检测与针对性用药破坏细菌、病毒DNA复制链的方法治疗生殖感染,是科学有效的方法。

#### 哪些疾病应该看男科?

- ☑ 前列腺增生(肥大)
- ☑ 包皮炎龟头炎
- ☑ 慢性前列腺炎
- ☑ 包皮、包茎
- ☑ 附睾炎
- ☑ 阳痿
- ☑ 睾丸炎
- ☑ 早泄
- ☑ 精囊炎
- ☑ 性功能障碍
- ☑ 包皮龟头炎
- ☑ 阴茎癌
- ☑ 尿道炎
- ☑ 性交疼痛
- ☑ 精索静脉曲张
- ☑ 男性不育
- ☑ 睾丸鞘膜积液
- ☑ 各类男科手术等

想了解更多男性健康知识,请关注:  
每晚22:30-01:00,南京交通台(FM102.4)  
《男人夜话》节目

门诊时间:8:00-21:00(无假日医院)  
网上医院:www.njgnk.com

男性健康热线:025-52238888 | 地址:南京市长乐路238号  
(龙蟠中路路口,武定门公园旁)  
乘车路线:市内乘23、43、63、81、87、88、103、301、305、812路车到武定门下  
46、47、58、60、104、808路车到白鹭东苑下(院内大型停车场免费停车)

HYT 对讲机  
领先的专业无线通讯设备供应商  
强力推荐  
郑重提醒:请到HYT指定经销商处购买HYT原装对讲机及配件,以防假冒。  
经销网:南京个创电子科技有限公司  
地址:南京市月凤南路大石村29号1楼  
电话:025-83192900 83191800

现代快报 便民网 24小时服务电话:96060  
特别推荐:家庭装修 环境检测 搬家、开锁  
移空调找快报 质优价廉 值得信赖  
家电维修:彩电:21英寸以下(含21英寸)50元,25-29英寸国产60元,进口90元,34英寸140元;背投260元(特殊配件除外);冰箱、冰柜:30元起;空调维修:60元起;移机:50元起;充氟:80元起;清洗:30元起;中央商用空调:价格面议。  
办公设备:电脑维修:软硬件30元起;笔记本电脑维修:70元起;显示器维修:55元起;传真机维修:60元起;打印机维修:65元起;复印机维修、一体机维修;硒鼓加粉  
家政服务:房屋清洁:1.2元/平米(建筑面积)60元起做;管道疏通:马桶28元起,次管道30元,主管道40元起;水工、电工:30元起;水钻打孔:30元起;微波炉、消毒柜:维修30元  
电饭煲维修:15元;油烟机:清洗25元起,维修20元;灶具:维修15-28元,清洗20元;饮水机:维修15元;卫生间清洁 厨房清洁 地毯清洁 大理石打蜡 沙发清洗 管道改造 屋面防水 室内防水 家庭除螨  
其他服务:简易装修、家庭装修;室内环境检测(成套检测合格)后送10万元保险;家电维修(彩电、空调、电脑等)开、换、修锁20元起;搬家、货运120元起(所报价格均不含材料费,详细价目表可向服务人员查看)