

宁波近年入秋时间表

年份	入秋日期	年份	入秋日期
2024年	10月2日	2017年	10月12日
2023年	10月6日	2016年	10月8日
2022年	10月5日	2015年	10月2日
2021年	10月16日	2014年	10月1日
2020年	9月18日	2013年	10月13日
2019年	10月13日	2012年	9月18日
2018年	10月1日	2011年	9月19日

晴热还将延续！ 宁波高温为何 “超长待机”？ 何时能凉下来？

这个国庆假期，宁波人除了感受到人流如织的“挤”，更切身体会到历史罕见的“热”。今年以来，全市平均高温日达55天，打破历史纪录；国庆期间平均气温28.3℃，较常年偏高7℃。

这场“超长待机”的高温背后，究竟隐藏着怎样的气象密码？记者就此采访了宁波市气象服务中心公众服务部高级工程师方艳莹。

“这个夏天，宁波仿佛被高温‘锁定’了。”方艳莹在接受采访时表示，截至10月8日，今年我市平均高温日数已达55天，比常年同期偏多32天，刷新历史同期最高纪录。此前的纪录为2024年的50天。

国庆假期的高温更是“变本加厉”。数据显示，今年10月1日至10月8日，全市平均气温高达28.3℃，打破历史同期最高纪录，比常年同期的21.3℃偏高7℃。

市区（鄞州站）在10月5日和6日分别录得35.1℃和36.6℃的高温，这是有气象记录以来，市区10月份首次出现高温天气。

为何寒露节气已过，天气却依然“热情似火”？方艳莹形象地解释道：“这背后，‘罪魁祸首’是副热带高压的‘迟迟不离场’。”

她进一步分析，正常年份，从9

月开始，副高逐步南退，冷空气时不时显威。但今年副高偏强且南退滞缓，如今已是寒露前后，它还像盛夏时一样强劲霸屏，如同堵在南方的一堵“暖墙”，持续着长江以南的高温。

“副热带高压还是过于强大了，北方冷空气只能渗透下来一点，却无法从根本上撼动它。”方艳莹指出，“接下来它又会再度发展加强，本周接下去的日子还是又晴又热，35℃的高温也将继续现身。”

不过，她也提到，唯一值得安慰的是，早晚气温在24℃到25℃，至少不会一天到晚都热。

由于副热带高压异常强盛，近期我市降水也“少得可怜”。方艳莹表示，目前来看，未来几天仍将持续炎热干燥，宁波的入秋进程将因此一拖再拖。

面对市民普遍关心的“何时才能凉快”的问题，市气象台预报10月10日至13日，我市以晴到多云天气为主；14日起，将多阵雨或雷雨。气温方面，10日至14日，最高气温仍维持在34℃-36℃；15日起，随着冷空气活动，最高气温将回落至28℃-31℃，最低气温则在20℃-25℃之间。

“目前看，下周后期有一股比较强的冷空气，届时会凉快下来的。”方艳莹表示。

回顾历史数据，宁波最晚入秋日期是2006年10月23日。纵观近些年，2021年于10月16日入秋，2019年与2013年则在10月13日完成夏秋转换，这意味着目前尚未到最晚的入秋时间。

记者 孙肖
通讯员 唐燕玲

54个作品获奖 这场药学科普大赛 结果揭晓

近日，由宁波市药学会主办，宁波市药学会医院药专业委员会和宁波晚报承办，宁波市市场监督管理局药品检查中心、宁波市药品检验所指导的宁波2025年全国药品安全宣传周科普短视频大赛获奖名单正式出炉，54个兼具科普性、创新性和地域特色的优秀作品脱颖而出，分别获得特等奖、一等奖、二等奖、三等奖和优秀奖。

自今年8月底大赛启动以来，吸引了多家医疗机构、医药企业参与。经过作品征集、网络投票和专家评审等多个环节，此次大赛最终评选出特等奖作品1个、一等奖作品3个、二等奖作品5个、三等奖作品8个、优秀奖作品37个。获奖作品中，特等奖作品《今日说药直播间大话药品不良反应》将脱口秀搬到“今日说药直播间”，蒋帆药师化身主播围绕药品不良反应“开麦”；一等奖《道路千万条，药驾不能要》通过真人演绎的方式，将痛风发作的原因、症状和治疗药品的服用方式一一讲透……

此次大赛不仅切实提升了社会公众的药品安全认知水平，将“精准用药”的理念转化为视听化的知识图谱，有效破解了公众对用药误区认知的信息差，也彰显出宁波在药品安全科普领域创新方面的积极探索与成果。

记者 陆麒麟
通讯员 王瑛 常颖 金秋霞

宁波到溪口增加1趟列车

10月11日起，全国铁路将施行新的列车运行图。新图实行后，目前铁路宁波站经甬金铁路开往义乌的C631次将新增溪口站停靠，始发终到时间不变，因此宁波站、奉化站每天开往溪口站的列车均由目前的每日1趟增加到每日2趟，目前车次调整后车票已通过铁路12306发售。

调图后的C631次时刻为：每天9:38从宁波站始发，10:02到奉化，10:20到溪口，10:47到嵊州新昌，11:44终到义乌，全程2小时6分钟。

其中，宁波到溪口全程42分钟，二等座22元；奉化到溪口全程16分钟，二等座9元。

此前，宁波站每天仅有C695次这1趟列车开往溪口站，每天早晨7:05从宁波站始发，7:30到奉化站，7:48到溪口站。

C631次调整后，每天上午时段将有2趟列车开往溪口站，丰富了旅客的出行选择。

回程方面，溪口到宁波每天2趟。C696次12:21从溪口出发，13:01终到宁波；C698次18:29从

溪口出发，19:17终到宁波。

另外，在货运方面，甬金铁路在此次调图后，还将新增开北仑（穿山）港至义乌（苏溪）国际枢纽港间货物列车4对。

铁路部门工作人员提醒，新的列车运行图施行后，部分列车开行时刻可能会有一些微调，旅客可通过铁路12306网站、客户端、微信等渠道，或关注各地火车站发布的动态信息及公告，了解查询列车准确开行时间，以免耽误行程。

记者 范洪 沈莉

福彩开奖信息

双色球第2025116期：

02 04 08 24 28 31 09

3D第2025268期：6 7 4

15选5第2025268期：

01 04 08 09 11

快乐8第2025268期：

05 12 16 18 19 26 31 33 38 39

41 42 49 54 59 64 65 70 73 77

体彩开奖信息

20选5第25268期：03 07 08 12 14

排列5第25268期：3 2 1 3 9

（均以公证开奖结果为准）

眼前黑影挥之不去，看直线变弯？六旬阿姨这个部位“裂了”

“杨院长，我左眼看东西中间总有个黑影，这段时间视力越来越差，连家人的脸都看不清了！”宁波鄞州眼科医院诊室里，65岁的刘阿姨心中满是焦虑。带孙子本是她退休后最大的乐趣，然而日渐下降的视力却让这些事变得困难重重。儿女放心不下，特意帮她挂了黄斑病、眼底病专家杨柳院长的号。

刘阿姨焦急地说：“一开始以为是老花镜度数不够，换了两副眼镜都没用。后来黑影越来越大，看直线都变弯了。上周去社区医院检查，医生说我不是简单的老

花眼，让我赶紧来专科医院看看。”杨院长了解完刘阿姨症状后，先让她做了视力检查——左眼视力仅0.15，较右眼的0.8差距明显。通过眼底光学相干断层扫描（OCT）检查，能清晰看到刘阿姨左眼黄斑区存在直径约300微米的裂孔，确诊为特发性黄斑裂孔（2期）。

“您这是黄斑裂孔，黄斑是眼睛看东西最关键的部位，裂孔会导致中心视力下降，再拖下去可能发展到3期、4期，手术难度会更大。”杨柳院长指着OCT图像，耐心解释病情。

刘阿姨听到“手术”二字，顿时紧张起来：“手术有风险吗？术后能恢复到以前的视力吗？”杨柳院长耐心安抚她：“目前常用的玻璃体切割联合内界膜剥除术，技术已经很成熟了。我们会在术中填充气体，帮助黄斑裂孔闭合，只要术后按要求保持体位，大部分患者视力都能提升。”结合刘阿姨的身体状况，杨柳院长为她制定了详细的手术方案，并安排一周后手术。

手术当天，杨柳院长带领团队精准操作，顺利完成手术。术后恢复期间，

医护人员多次指导刘阿姨保持面向下体位，定期复查。两周后复诊时，OCT显示黄斑裂孔已闭合，刘阿姨左眼视力逐渐恢复，黑影和视物变形的症状也彻底消失。

杨柳院长提醒广大中老年朋友：黄斑裂孔虽不罕见，但贵在早发现、早治疗。一旦出现眼前有固定黑影、看东西变形、视力快速下降的症状，千万不要简单归咎于老花眼，一定要及时到正规医院进行眼底和OCT检查。

记者 陆麒麟 通讯员 刘笑言