

# 台风“沙德尔”步步逼近

预计明天有中到大雨部分暴雨个别大暴雨

据市气象台的“沙德尔”由超强台风级昨日减弱为强台风级，并在昨日夜里进入东海，随后向浙闽沿海靠近，将于8月27日夜间到8月28日上午在浙江象山到福建福清一带沿海登陆。

昨天17时，台风“沙德尔”中心距离宁波东南方向850公里，中心附近最大风力14级（45米/秒），中心最低气压950百帕，七级风圈半径350公里~400公里，十级120公里~150公里，十二级50公里~60公里。

浙江省气候中心高级工程师毛燕军介绍，目前各方对于“沙德尔”在浙闽登陆的预报已基本达成一致，但对于具体登陆的地点以及登陆之后的移动路径依然存在分歧。和前期相比，关于“沙德尔”的预报路径有所北调，登陆浙江的概率也有所上升。

未来，“沙德尔”将以15公里~20公里时速向西偏北方向移动，强度变化不大，昨天夜里进入东海后转偏西或西偏南方向移动，向浙闽沿海靠近，将于27日夜间到28日上午在浙江象山到福建福清一带沿海登陆。

对宁波而言，风雨影响将从明天起逐步显现。

大风方面，我市沿海海面明天风力逐渐增强，明天夜里可达8级~10级，后天进一步增强到10级~12级，个别13级；后天沿海地区和高海拔山区9级~11级，内陆平原7级~9级。

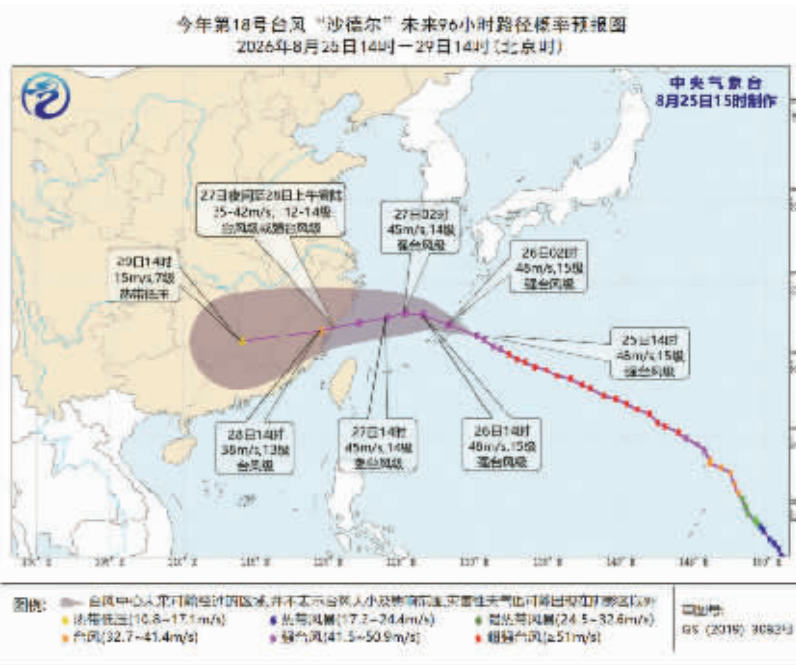
海上风更大。昨天白天东海东部海域风力已逐渐增强到9级~11级；昨天夜里到后天，舟外、鱼外、温外、闽外、江外、鱼山、温台、闽东渔场自东向西将有13级~16级大风，舟山渔场11级~13级，其余渔场10级或以下，台风中心经过的附近海域风力可达17级以上。

降水方面，今天夜里到28日，全市有阵雨或雷雨，其中27日有中到大雨，部分暴雨，个别大暴雨；28日中雨，南部和西部山区中到大雨，局部暴雨。

气象部门提醒，受“沙德尔”影响，今天到28日东海海域风力明显增强，海上船舶、海水养殖、渔业捕捞、滨海旅游等领域需做好大风防范；今天夜里到28日雨量大，且与前期强降雨区重叠，需重点防范可能引发的次生灾害风险。

由于大气环流形势复杂，“沙德尔”后期路径存在较大不确定性，请大家密切关注最新信息，提前做好防御措施。

记者 徐嘉胤



## 台风应急响应提升至Ⅲ级

根据《宁波市防汛防台抗旱应急预案》，经会商研判，市防指决定于8月25日20时将防台风应急响应提升至Ⅲ级。请各地各有关部门密切关注台风动态，按预案要求全力做好相关防御工作。

# 青春期月经乱、疯狂冒痘？

上海红房子医院专家扎根奉化  
中西医调理守护青春期健康

月经两三个月不来、莫名闭经，还伴随爆痘发胖、烦躁失眠等症状，如今不少青春期女孩正被这类月经问题困扰，既打乱日常学习生活，也给身心发育埋下隐患。

三年前，奉化区妇幼保健院与上海市红房子妇产科医院开启深度合作，先后设立宫颈疾病、盆底康复、中西医结合妇科、妇科内分泌不孕不育四大诊疗中心，把上海优质妇科资源引入本地。合作落地后，上海市红房子妇产科医院专家曹琦定期前来坐诊。长期深耕妇科与内分泌领域的她，擅长中西医结合温和调理，目前已帮助多名受月经问题困扰的少女重新唤醒自身卵巢功能，恢复规律经期。



曹琦在奉化义诊。

16岁女孩一用药就来月经不用就停？  
精准调理助青春期女孩恢复自主月经

“我孙女现在不仅月经规律了，脸上冒痘也少了！多亏了曹医生。”记者采访当天，天天（化名）的奶奶正陪着孙女来到曹琦的诊室复查。

天天今年16岁，是一名高中生，平日里对自己要求很高，学习压力大，常常熬夜刷题。时间一长，她的月经开始“闹脾气”，后来干脆连续好几个月没来，脸上还反反复复冒痘。

家人带着天天辗转多家医院，曾使用激素药物治疗。吃药时月经会按时来潮，可一旦停药，月经又立刻停止。听说曹琦定期在奉化区妇幼保健院坐诊，奶奶便带着孙女前来求治。

曹琦问诊评估后判断，天天属于压力诱发的瘦型多囊卵巢综合征。青春期女孩调控月经的性腺轴尚未发育成熟，长期精神紧绷、熬夜、情绪内耗，直

接打乱体内激素水平，单纯依靠激素换来的只是药物性月经，治标不治本。

考虑到天天住校，不方便煎服中药，曹琦为她量身定制了调理方案：以中药固本为主，搭配少量西药平稳激素，同步指导作息、饮食与情绪调节，假期集中调理，上学期间则精简方案巩固效果。

调理半年以来，天天脸上的痘痘明显减少，情绪也平稳许多，不用再依赖药物，月经已经可以自主来潮，目前仍在定期随访。

同样遭遇闭经困扰，另一名15岁初中生的发病原因却截然不同。这名女孩酷爱奶茶、甜食，平时很少运动，短时间内体重快速上升，月经也随之彻底停摆。起初家长并未放在心上，迟迟不见生理期后才焦急求医。

曹琦分析，大量糖分摄入、缺乏运动，引发肥胖和胰岛素抵抗，进而扰乱内分泌，造成闭经。她建议以中药调理代谢为基础，配合控糖、减重、运动进行

综合干预。在家属的积极配合下，女孩逐步调整生活习惯，体重稳步回落，激素水平得到改善，月经也恢复了正常。

青春月经异常不能硬扛  
及时干预守护长期生殖健康

很多家长并不了解，女孩初潮后的两年内，内分泌系统还未发育成熟，月经周期在21天~45天之间波动，大多属于正常生理现象，无需特殊干预。可一旦出现月经两个月以上不来、经期淋漓不尽、经量明显增多，或是痛经严重到影响上课学习，就要及时带孩子就诊。

为什么不少青春期女孩会月经紊乱，甚至发生闭经？

曹琦介绍，除去个体体质差异，多数都和日常生活状态密切相关。长期熬夜睡眠不足、学业压力过大、精神高度紧绷，再加上常喝奶茶甜食、短时间急剧减重，都会扰乱内分泌。

在治疗上，曹琦推崇中西医结合、

急慢分治的思路。遇上大出血这类急症，先通过西药快速控制病情；病情稳定之后再用药固本，重点修复性腺轴功能，帮助青春期女孩恢复自主排卵。

她特别提醒家长，青春月经异常千万不能一味硬扛。“持续不排卵会诱发胰岛素抵抗等代谢问题，子宫内膜得不到周期性脱落，存在过度增生的隐患，也可能为成年后排卵障碍、备孕困难埋下伏笔。”她说，青春期及时规范干预，本质上就是保护女孩的卵巢功能与长远生殖健康。

奉化区妇幼保健院院长吴静南表示，借助与上海市红房子妇产科医院的合作平台，曹琦等专家定期下沉奉化坐诊，将中西医结合调理生殖内分泌的诊疗理念引入本地。专家出诊既让周边患者在家门口获得优质医疗资源，也带动院内妇科医生更新诊疗思路，推动医院生殖内分泌亚专科水平不断提升。

记者 庞锦燕 通讯员 孙银洁 文/摄