

本报记者探访4岁女童失踪现场

“野海滩”游玩 致命危险被低估

海边禁区成网红景点

事发地南汇新城海滩，是临港两大著名“野海滩”之一，目前正在开展生态修复施工。虽然相关部门明令禁止进入施工区域，却不能阻挡市民游客对于“赶海”的热情，“野海滩”成了远近闻名的“网红景点”。

每逢天气适宜的节假日，成百上千的市民穿过围栏走下堤坝，在沙滩嬉水、散步、捉螃蟹、挖泥螺，整个海滩到处都是人。相比之下，堤坝上三三两两来回巡逻，反复劝阻提醒市民的安保人员则显得势单力薄。

南汇新城海滩的入口位于海基五路，主要通道已被施工单位封闭，用铁门挡住去路。但前来赶海的市民硬生生从主干道旁“踩”出两条通道，突破了铁丝网栏杆直达堤顶公路。再通过堤坝上的一个入口就能进入沙滩，这就是女童失踪的区域，沿路张贴着多张寻找女童的启事。

在堤坝上，安全提示标志以及禁止进入滩涂的标牌随处可见。在三块已经被破坏撕毁的安全提示

10月4日，上海4岁女童黄元芯在浦东南汇新城海滩游玩时失踪。

昨天下午5时，记者在女童失踪海滩看到，附近海域风大浪急，对于搜救行动的开展非常不利，但救援人员仍不断向现场集结，用各种设备沿海岸线寻找女童的踪迹。

女童的失踪，让“野海滩”背后的安全隐患成为焦点，但此类意外其实并不罕见。今年浦东消防已经处置海滩险情三十余起，营救六十余人。消防部门表示，“野海滩”并不像看上去那样平静安全，其危险性往往被严重低估。

天都不一样，市民的确很难掌握，但基本的常识还是要有，比如涨潮退潮是沙滩最危险的时候。”艾先生表示，涨潮撤离不及时，会被困在沙滩上，而退潮时如果离岸边太远，就有可能被海浪卷走。

“越是了解大海，越是感到敬畏，我们现在带着孩子只敢在沙土硬一些的地方玩，再靠近大海的区域肯定不敢去，而且大人一定要看好孩子，绝对不能离开视线。”艾先生说，在“野海滩”上游玩本质上和户外旅行性质是一样的，要做好功课，了解每一片海滩的特点，而不是盲目“赶海”，将自身置于危险之中。

记者在现场看到，目前两大“赶海地标”——南汇新城海滩，以及南汇嘴观海公园，已经加强了安保措施，并启用喇叭不断提醒市民游客禁止进入海滩施工区域。消防部门也提醒市民，海边游玩还是要去正规安全的场所，“野海滩”没有安全保障，一旦发生危险很难施救，极易造成严重后果。

本报记者 李一能 曹博文

海滩暗藏着夺命陷阱

昨天上午10时，这里的沙滩已经因为临近涨潮而关闭，有安保人员守在入口处，不断劝返试图进入的市民。此时在沙滩上只能看到搜救人员的身影，他们每隔数百米设置岗位，拿着望远镜眺望海面，天空中不时有无人机飞过。

此时有不少市民也在堤坝上翘首眺望，希望能够为救援提供协助，

带着妻儿前来的艾先生就是其中之一。他告诉记者，他们就住在附近，对于这片海滩非常熟悉，夏天几乎每天都来游玩。“海滩看上去很安全，但其实很多危险大家不知道。”

艾先生告诉记者，由于海滩正在施工，沙土环境和以前相比已经发生很大改变。有时前脚踩下去还是硬的，下一脚就陷入泥沙之中，还有许多隐藏在水下的暗坑，若不慎掉入立刻会被海水淹没，而且周围的人很难察觉发现。

“我有一次在沙滩走着走着，突然半个身体就陷下去了。”艾先生说，当时离他几米就有人，却爱莫能助，稍有不慎救援者也会陷入危险，最

后他靠着求生知识脱险。“这种事情成年人遇到都心惊胆战，何况儿童。”

艾先生表示，平时带着孩子前来戏水游玩的家庭非常多，满沙滩都是孩子在奔跑嬉戏，一般情况下家长都在附近照看，但如果家长走开，孩子也没有哭闹等，很容易被周围人忽视。而危险来临往往只是一个瞬间，有时连呼救的时间都没有。

盲目“赶海”或自置险境

在沙滩入口处，记者看到一份截至9月的潮汐表，记录着海潮涨退潮时间，提醒市民一定要小心。但对许多市民而言，这份潮汐表太专业，容易被忽视。“涨退潮时间每

上海入秋冲刺 是否成功看9日

天气

降幅更大，雨水进一步减少。今年的寒露开篇就有点“寒”。这几天，上海受弱冷空气和台风外围的双重影响，偏北风阵阵，气温步步下跌。今天早晨，全市气温普遍偏低，市区最低气温只有17℃左右，郊区在15~18℃之间。天空云层厚实，挡住了太阳的“热情”，白天气温升温缓慢，最高气温只升到了23℃附近。

寒露寒风起，申城的秋天是否已经到来？从目前的数据来看，10月5日到7日的日平均气温

已经低于22℃，今天白天最高气温徘徊在23℃上下，早晨气温也不高，今天的日平均气温不足22℃的概率很大。下周上海的天气形势调整不大，仍以多云或阴的天气为主，气温略有起伏，最低在17~20℃之间，最高气温在23~25℃之间。市气象局首席服务官郭锐表示，按照气象意义入秋标准，此轮入秋冲刺的关键就看9日了。如果9日的日平均气温低于22℃，那么今年的入秋日就是10月5日，和常年入秋时间持平。



红柿丰收时 秋风至此凉

寒露节气，最有诗意的秋季正在靠近。这几天，在金山区朱泾镇的乡间，大片的柿子林已经由青变红，果农们享受着丰收的喜悦。

今天上午，走进大茫村的柿子园里，满目金黄的柿子从里到外透着喜气，远远望去，像一盏盏

灯笼挂满枝头，映衬出沪郊乡村别样的秋韵，果农们正穿梭柿园间采摘，忙得不亦乐乎。

据悉，柿子的收获期在9月—10月，此时正是它大量上市的季节，在寒露时节吃柿子还有着“事事如意”的寓意。

本报记者 陶磊 摄

暖足很重要 吃蟹有禁忌

养生

今迎寒露节气。自此，露气重而稠，稠而将凝，再过半月，将凝为霜降。上海岳阳医院消化内科主任医师周秉舵说，节气进入寒露，则标志着天气由凉爽向寒冷过渡，市民朋友要注意养生保健，避免疾病找上门。

寒露时节，天气渐寒，尤其是“素体阳虚”的市民朋友更要注意根据气温变化，及时添加衣被，以保暖御寒，增强免疫力。在保暖方面，足部的保暖相当重要。周秉舵介绍，足部较易受寒邪影响，如受侵袭，则脏腑、经络的气血循环受阻，郁滞不畅，从而产生疾病。寒露时节，热水泡脚、药浴沐足、足底按摩都是有效的养生保健方法，大家要做到“寒露脚不露，足暖心也暖”。

寒露时节，秋燥当令，人们往

往有口咽干燥、鼻燥干咳等症状，而这些都是燥邪影响、脾胃阴虚所引起。周秉舵建议市民，饮食在平衡五味的基础上，适当多食甘、淡、滋润的食物，如豆制品、菌类、芝麻、核桃、山药、蜂蜜、海带、紫菜等，既可益脾胃，又能润肺燥；水果如梨、葡萄、提子、荸荠、山楂、香蕉等，蔬菜如胡萝卜、冬瓜、番茄、莲藕、银耳、百合等都是不错的选择。但要注意少食辛辣刺激、煎炸炙烤类食品，它们容易加重秋燥的症状。

“九月团脐，十月尖”，寒露时节亦是菊黄蟹肥，黄膏丰腴的品蟹佳季。河蟹蛋白质、钙、磷、铁和维生素A的含量较高，其中清蒸大闸蟹最原汁原味，营养价值也最高。不过，河蟹味咸性寒，脾胃虚寒的市民切忌大量食用，还要多搭配黄酒、姜汁等以中和其

寒性，另外女性经期以及素有寒性痛经者慎食。

寒露时节，周秉舵建议市民可以做一些如慢跑、骑行、游泳、太极拳、瑜伽等运动，以微微疲劳又能较快恢复为度，不提倡过多出汗、疲劳健身。在运动的时间选择上，以晨起餐前或午后傍晚为宜，不宜在饱餐或饮酒后立即进行大量剧烈运动，以免引起腹痛、腹胀、胃下垂等症状。此外，周秉舵提醒：市民在运动时注意补水，防寒和防霾。寒露寒露，有寒有露，若温度较低、雾霾阴霾较重，则不适合户外运动，容易引起心脑血管和呼吸系统疾病。运动后也要及时补充水分，适当补充香蕉等水果以补充丢失的电解质，迅速恢复体能。

本报记者 郗阳



中医现场传授养生之道

今天上午，上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院第十九届中医养生节在鲁迅公园拉开序幕。活动现场有传统的中医养生咨询、中医体质辨识、科普讲座

等，并推广演示了推拿功法易筋经、骨质疏松保健操等中医养生保健操。图为中药师给现场市民讲解常见中药饮片

本报记者 徐程 摄