

明确“开门杀”“好意同乘”责任划分、引导电动自行车强化规则意识…… 这些交通案例值得关注

新华社北京10月30日电 道路交通安全关系人民群众切身利益。最高人民法院10月30日发布6个交通事故责任纠纷典型案例，引导交通参与人安全出行、文明出行，构建良好交通秩序。

日常生活中，车内人员疏于观察，贸然打开车门与他人发生碰撞造成交通事故，俗称“开门杀”。在一起案例中，辛某某驾驶机动车载客，未紧靠道路右侧停车，乘客陈某某开门时也未充分注意，与骑电动自行车的周某某发生碰撞，造成周某某受伤，车辆受损。

人民法院认定驾驶人和乘车人同属机动车一方，乘客开车门造成他人损害属于机动车一方责任，保险公司应予赔偿，超出保险赔付部分由侵权人承担。最终判决：保险公司赔偿周某某各项损失共计24万余元，辛某某赔偿周某某4200元，陈某某赔偿周某某1800元。

该案裁判既充分发挥保险保障作用，及时救济受害人，又强化驾驶人、乘车人安全责任意识，警示驾驶人、乘车人均应谨慎注意，避免小疏忽引发大事故。

交通事故责任纠纷不仅涉及车辆驾驶人、受害人，还可能涉及乘车人、保险公司、网约车平台公司等多方主体。

在“赵某诉钱某机动车交通事故责任纠纷案”中，钱某驾驶机动车搭载赵某回村途中，车辆撞到路中的障碍物，失控撞向路边灯柱发生交通事故，造成赵某受伤。公安交管部门认定，钱某负事故全部责任。

审理法院认为，民法典第一千二百一十七条规定“好意同乘”情形下应减轻机动车一方的赔偿责任。本案中钱某不存在故意或重大过失，赵某在车辆后排乘坐但未系安全带对损失的扩大也有过错，最终判决钱某对赵某的损

失承担70%的赔偿责任。

近年来，网约车已成为社会公众日常出行的重要选择。网约车平台公司作为承运人，是否应当保障乘客的乘车安全？

在“陈某某诉某科技公司公路旅客运输合同纠纷案”中，网约车司机唐某某在驾驶过程中因操作不当，导致车辆撞向路边护栏，造成乘客陈某某右手粉碎性骨折。公安交管部门认定唐某某负事故全部责任。

人民法院认定，乘客和网约车平台公司之间成立运输合同关系，依法判决网约车平台公司对乘客损害承担承运人责任并进行赔偿，既合理认定事故责任，保障受害人救济权利，也督促网约车平台规范管理，共同守护安全底线。

近年来，电动自行车以其轻便、快捷、自由度高的优势，逐渐成为人们的重要出行选择。同时，电动自行车因违规行驶造成的交通事故也时有发生，这种情况下是“谁弱谁有理”吗？

在“贺某诉李某机动车交通事故责任纠纷案”中，李某驾驶电动自行车逆向行驶，与贺某驾驶的二轮摩托车（系机动车）发生碰撞，造成贺某受伤。公安交管部门认定，李某负事故全部责任，贺某无责任。司法鉴定意见认定贺某误工期100日，营养期45日，护理期30日。贺某诉至法院，请求判令李某赔偿各项损失。

审理法院综合考虑贺某过错程度、损害后果以及机动车、非机动车的危险程度、避险能力等因素，最终判决：李某赔偿贺某各项损失共计1.9万余元。案件审理法官表示，判令电动自行车驾驶人对机动车驾驶人的人身损害承担赔偿责任，有利于引导电动自行车驾驶人强化规则意识与风险意识，对构建权责清晰、安全文明的道路交通治理格局具有参考意义。

“超级月亮”等将亮相11月天宇

新华社天津10月30日电（记者 周润健）年度最大满月、月掩昴星团、狮子座流星雨极大、天王星冲日、土星环再度“消失”……11月“天象剧场”好戏连台，不容错过。

“超级月亮”来了。11月5日21时19分月球将达到满月的状态，这是全年最接近地球的状态，因此也是年度最大满月。“当晚，如果天气晴好，喜欢赏月的朋友不妨走到户外好好欣赏一番。”中国天文学会会员、天津市天文学会理事杨婧说。

11月6日，月球将会从明亮的疏散星团——昴星团正前方经过，遮蔽昴星团中的若干恒星。当晚，感兴趣的公众可尝试使用望远镜观察和拍摄。

11月13日日出前，月球和恒星轩辕十四将会近距离相伴，届时只要天气晴好，我国所有地区都能欣赏到这幕“星月对话”。

有着“流星雨之王”美誉的狮子座流星雨将于11月18日凌晨迎来极大，没有月光干扰，喜欢流星雨的公众可尝试观赏。“此时已经

进入冬季，晚上比较寒冷，尤其是后半夜，观测流星雨时一定要注意防寒保暖。”杨婧提醒说。

11月21日，天王星冲日。在天气晴好的条件下，感兴趣的公众在双筒望远镜和星图帮助下，可尝试观赏这颗明亮的淡蓝色星球。

11月24日，土星环倾角极小，给天文爱好者带来一次观察土星环几乎“消失”的好机会。从地球上看来，每年土星环的倾角都不相同。平均每隔15年左右，土星环会以最大倾角朝向地球，此时的土星环能被我们更清晰地看到；同样每隔15年左右，当土星环侧面正对地球时，最小倾角是0度，我们会看到土星环“消失”。

“今年3月24日，土星环侧面正好对着地球，土星环就‘消失’了。彼时土星距离太阳太近，这使得土星隐匿在太阳的光辉中，难以被观测到。今年11月24日，土星环的倾角再次接近0度，光环再次‘消失’。此时土星距离太阳较远，天黑后高挂在南方，整个前半夜可以从容观测。”杨婧说。

经常做这种梦 可能与抑郁有关



现代社会中，“睡不着”正在成为近半数中国成年人的共同问题。《2025年中国睡眠健康调查报告》显示，我国18岁及以上人群中存在睡眠困扰。日常生活中，是不是没睡够8小时就属于失眠？经常做梦是否代表没休息好？

睡前刷手机会加重失眠

“睡眠障碍绝不是忍忍就好的小问题。”北京大学第六医院院长岳伟华在接受记者采访时强调，睡眠障碍是与心理健康、心血管、代谢、免疫等多系统密切相关的公共健康问题。

复旦大学特聘教授、药理学系主任黄志力教授分析，当前睡眠障碍发生率居高不下，主要源于社会竞争加剧、工作压力增大等社会因素。同时，信息化社会带来的不良生活方式也严重影响睡眠质量，“特别是睡前长时间使用手机等电子设备，导致大脑处于高度兴奋、焦虑状态，直接干扰了睡眠质量。”

他指出，睡眠问题与焦虑情绪常常互为因果，形成恶性循环。

常见四大睡眠误区

在应对睡眠问题时，许多常见观念并不科学。岳伟华针对四个最具代表性的误区进行了澄清：

误区一：睡不着就是失眠
真相：偶尔因熬夜、时差或紧张导致的睡不着并非临床失眠。越是担心“我是不是失眠了”，越容易陷入焦虑和失眠的恶性循环。

误区二：每天必须睡满8小时
真相：“8小时”只是一个统计平均值。有约2%的人属于“短睡眠者”，每天只需睡4-6小时；也有约2%的人是“长睡眠者”，需要10小时以上。判断睡眠是否充足，关键要看

白天是否精力充沛、情绪稳定、思维清晰，而不必死抠睡了几个小时。

误区三：打鼾是睡得香

真相：很多人以为打鼾代表睡得沉，其实恰恰相反。如果鼾声巨大、不规律、中间有明显停顿（像呼吸被憋住），很可能是“睡眠呼吸暂停综合征”的信号。如果还伴有夜间被憋醒、早晨口干、白天不分场合秒睡等情况，务必及时就医。这种情况会导致身体反复缺氧，显著增加高血压、血糖异常和心脏病的风险。

误区四：做梦代表没休息好

真相：每个人每晚都会做梦，这是大脑在处理信息、巩固记忆的自然过程。真正需要警惕的是那些让人频繁惊醒、伴有心慌或盗汗的噩梦，这可能与焦虑、抑郁等情绪问题相关，而不应简单归咎于“做梦导致没休息好”。

这些信号提示需要就医

岳伟华提醒，当以下情况每周出现3次以上，持续超过3个月时，建议及时前往睡眠门诊、精神心理科或神经内科就诊：

夜间症状：入睡困难（卧床30分钟以上无法入睡）、睡眠浅易醒（夜间醒来2次以上且难再入睡）、早醒（比平时早醒30分钟以上且无法再睡）。

白天表现：疲倦乏力、注意力不集中、记忆力下降、情绪不稳定。

岳伟华指出，睡眠障碍需根据严重程度采取分级治疗方案。轻度症状以心理支持和睡眠卫生教育为主，包括健康生活方式指导和基础心理咨询；中度症状可采用冥想、正念等心理治疗方法；重度症状则需考虑药物治疗或其他专业治疗方案。

“通过系统规范的治疗，绝大部分患者的症状能够得到显著改善。”岳伟华表示。 据中新网