



## 今日天气

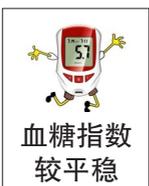
今天阴天转零星  
小雨,有中到重度霾,  
东北风2级左右,1℃  
到5℃。

**特别提醒**  
天气预报早知道  
请拨打12121



许昌移动用户  
编写11发送到10658121即可订购

许昌联通用户  
编写121发送到10620121即可订购



# 熬过今天的阴雨 明天有阳光相伴



近日,大雾在天地之间弥漫,好像从天上降下了一个宽大的窗帘。雾中,小桥若隐若现,整个画面犹如一幅水墨画。 晨报摄影 黄浩强 摄

本报讯(记者 王婵)这两天不仅气温低,而且有雾霾。在这样的天气里,你是不是和我一样想念暖阳?不要着急,熬过今天的阴雨,明天阳光就会重回我们身边。但是,请大家珍惜有阳光的日子,因为它只是与我们短暂相伴。

### 今日阴雨,体感寒冷

许昌市气象台的最新气象资料显示,今天阴天转零星小雨,有中到重度霾,东北风2级左右,1℃到5℃;明天多云到晴天,-2℃到6℃。

整体来说,这次的冷空气没有把气温拉得很低。

阴雨相伴,湿冷加剧。在冷空气的影响下,人们体感较冷,甚至不想在室外多待一分钟。

算上今天,2019年只剩下7天。看到这里,你是不是和我一样忍不住感叹时间过得好好快?

每到年底,人们很容易陷入“忧

郁”。一些人将这种现象称为“年末综合征”。最近,网友总结了“年末综合征”的“症状”——烦闷、心情低落、忧郁、不想上班、不想看书、脾气暴躁、睡不着……

你有没有发现身边有类似的例子?根据医院统计的数据,每到年底,的确有肝病、颈肩综合征等患者数量明显攀升的情况。

专家认为,职场上常见的年终总结、业绩考核、来年计划等让不少上班族压力增大,所以“年末综合征”容易缠上上班族。临床上,“年末综合征”常表现为无心工作、焦虑迷茫、头痛失眠等。

最近,阴雨天气比较多,很容易让人心情不佳。所以,我们要多运动,多做让自己高兴的事,高高兴兴地把2019年过完。

### 冷空气再度“出手”

昨天,一股冷空气抵达我省。随

着冷空气的到来,最“接地气”的抗冻“神器”、人类冬天最温暖的“伴侣”——羽绒服将大面积解除“封印”。

中国天气网首席气象分析师称,今明两天,冷空气继续向南推进,最南将影响到华南地区等地,中东部地区的最高气温将陆续跌至本轮降温过程的最低点,多地将迎来今年下半年的最冷天。

天冷要靠羽绒服护体,挑选羽绒服时要注意以下几个方面:第一,含绒量是决定羽绒服保暖性能的重要指标。一般来说,含绒量在70%以上较好。第二,充绒量代表羽绒服中羽绒的总重量。羽绒越重,保暖效果越好。第三,同样重量的羽绒,蓬松度越高,包含的隔热空气越多,保暖效果越好。这是一些轻型羽绒服虽然薄但保暖效果好的原因。第四,羽绒服的长度、人的体质等会影响羽绒服的保暖效果。

## 你知道古人是如何御寒的吗?

本周,冷空气频繁影响我国北方地区,东北地区的小伙伴们被冻得“瑟瑟发抖”,恨不得“里三层、外三层”。自古以来,各有各的保暖妙招儿。古人有哪些保暖方法?

### 出现频率颇高的取暖设备 火盆

《雍正行乐图》由清代御用画家郎世宁创作。画中,雍正皇帝与文人雅士围炉而坐,取暖御寒。

其实,“围炉而坐”是古代非常普遍的冬日景象,有条件的用精致点儿的火盆,没条件的用泥盆,不过是“精装版”“简装版”的区别。因此,不管是在诗词中还是在书画中,火盆的出现频率都非常高。

### 古代的暖手宝 手炉

“绿蚁新醅酒,红泥小火炉。晚来天欲雪,能饮一杯无。”诗中,白居易道出了两个御寒方法——喝酒和火炉取暖。

喝酒御寒是古人常常采用的方法,虽然不一定科学。

火炉的形状、大小有很大的区

别,大的重数百公斤,高1米多,看上去很华贵;小的如西瓜大小,随手可提。

到了唐代,人们将铜制成手炉。手炉呈椭圆形,里边放着尚有余热的灶灰。炉外加罩,可以放在袖子里面暖手。脚炉比手炉大,可放在脚下暖足。

此外,还有暖足瓶,俗称汤婆子,里边灌上热水,晚上放在被窝里。宋代黄庭坚写道:“千钱买脚婆,夜夜睡天明。”其中的“脚婆”指的就是这种暖具。

### 有创意的取暖工具 暖椅

在室内取暖,古人有专用的“暖炉”。皇宫里多用铜质暖炉,这种暖炉做工精致。民间多用陶土暖炉或铁质暖炉,更看重实用功能。唐代诗人白居易的诗句“暖阁春初入,温炉兴渐阑”说的正是暖炉。

无论是在家里还是在办公室里,当暖炉满足不了需求时,更有创意的取暖工具——暖椅就此诞生。

清代典籍《闲情偶寄》的作者李渔专门讲述了自己设计暖椅的经历。他在椅子下面设计了一个抽屉,

用来放炭炉。人们坐在这样的椅子上会感到全身暖和。

### 川味儿十足的“暖房” 椒房殿

花椒只能当香料?其实不然。古书《三辅黄图》中记载,汉代在未央宫中设有椒房殿,以花椒和泥涂在墙壁上做保温材料,“取其温而芬芳也”。

以花椒为保温材料的方法为后人所效仿。《世说新语》中记载,西晋石崇“以椒为泥涂室”,南朝庾信有“香壁本泥椒”的诗句。这样的房间川味儿十足。

### 古代的“中央空调” 火墙

古时,帝王们取暖有“中央空调”般的体验。能工巧匠们将宫殿的墙壁砌成空心墙。这种墙俗称“火墙”。通热入墙即可取暖,比如秦代咸阳宫遗址的火墙。

这样的设计可以使宫殿中的人们感到温暖如春,特别像现代的中央空调。

(晨综)



历史上的今天  
TODAY IN HISTORY

### 1935年12月25日 中共召开瓦窑堡会议

1935年12月25日,中共中央政治局在陕北瓦窑堡召开了扩大会议,出席会议的有毛泽东、张闻天、周恩来、博古、邓发、凯丰、李维汉、张浩、杨尚昆、郭洪涛等人。

会议讨论了建立抗日民族统一战线的必要性和可能性,决定采取建立抗日民族统一战线的策略。会议批判了党内长期存在的“左”倾错误和革命的“急性病”,决定将苏维埃工农共和国改称苏维埃人民共和国。会议改变了对小资产阶级、知识分子、民族资产阶级、富农、抗日的国民党军官以及华侨的政策,通过了《中央关于目前政治形势与党的任务决议》。

这次会议是遵义会议的继续,标志着中共政治路线的重大转变。

(晨综)