



今日天气



今天多云, 偏东风 3 级左右, 17℃ 到 26℃。

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



感冒指数
易发



洗车指数
适宜



打伞指数
不需要



运动指数
适宜



紫外线指数
一般



穿衣指数
秋装

今日日出时间: 6 时 17 分
今日日落时间: 18 时 13 分



历史上的今天
TODAY IN HISTORY

1974年9月28日 中国第二大油田胜利油田建成

1974年9月28日,我国在渤海湾地区建起了又一个油田——胜利油田。

作为我国第二大油田,胜利油田幅员辽阔、资源丰富,距离我国工农业生产的主要地区比较近,海陆运输方便。它的开发建设对于高速发展我国的石油工业、改变我国的燃料构成和燃料工业布局、促进我国国民经济发展,具有重要的意义。

胜利油田在华北这片被认为“不可能有油”的地方建成,丰富和发展了我国油田勘探、开发的理论,对加速我国同类地区油田的勘探、开发有很大的意义。

(晨综)

金风送爽,长假将到

本报讯(记者 张大弓)随着秋分节气的到来,冷空气日渐活跃,气温下降的速度明显加快,大家要准备好秋装,以防感冒。

秋分分为三候,其中“二候蛰虫坯户”,意思是说,过冬的秋虫开始张罗住处,在土里给自己造一个安乐窝。我想,蛰伏的动物一定都盼着秋分,这样它们就可以“度假”了。就像许多朋友一样,一想到马上到来的国庆假期就非常兴奋。

金风送爽,本周先晴后雨

气象部门预报,我市本周前半段以多云天气为主,后半段或有雨水光顾,带来明显的降温。本周日最高气温将降至 17℃,市民要注意及时添加衣物,谨防感冒。

具体预报为,我市今天多云,17℃ 到 26℃;明天多云间阴天,18℃ 到 25℃。

从秋分时节开始,天气预报中的风向将逐渐从东南风、偏东风转成北风、西风。我国古人琢磨出了一套给四季风归类、命名的方法。《警世通言》中说:“一年四季,风各有名:春天为和风,夏天为熏风,秋天为金风,冬天为朔风。”所以,写秋天的文章里常见“金风送爽”。

金风不仅送来了舒爽,还送来了桂花香,只是桂花易被风吹落。别担心,赏菊的时节马上要到了。南宋诗人郑思肖在金秋时节写下了“宁可枝头抱香死,何曾吹落北风中”。接下来的一段时间,花信越来越少,物候将逐渐走向“冬藏”。

秋天天气转凉,穿什么衣服既有型又御寒?如果只能选一件,我愿意把票投给风衣。出门在外,冷的时候可以用它御寒,热的时候可以披在身上。那么,打算出游的你要不要给自己准备一件风衣呢?

赏花时要防范花粉过敏

国庆假期将至,不少人计划外出游玩,享受秋日的花海。秋天盛开的花有菊花、桂花、雁来红、美人蕉、蜀葵、玉簪、一串红、蝴蝶兰、月季等。不过,随着昼夜温差的增大,加上野花花粉的刺激,秋天成为过敏的高发期。

秋风刮起时,直径 20 微米至 30 微米的花粉颗粒会随风飘入眼睛和鼻孔,引起鼻炎、结膜炎、哮喘。一些不起眼儿的野花花粉最易引起过敏。因此,大家赏花时要记得戴口罩。

此外,秋季防过敏要注意适度保暖。早晨起床后,可以用温热的毛巾轻捂口鼻呼吸数分钟,刷牙、洗脸也宜用温水。专家指出,日常对鼻部进行按摩,能在一定程度上减轻过敏症状。另外,容易过敏的人要戒烟、戒酒,平时注意生活环境的清洁,定期把被褥、枕头拿到太阳下晒一晒。



绽放

虽已入秋,但花儿依旧热情地绽放着,为城市带来美丽。

晨报摄影 杨望祥 摄



吃月饼有哪些讲究?

月饼的口味之多、分类之复杂,在中华美食界是数一数二的。月饼的口味有甜味、咸味、咸甜味。月饼的饼皮有浆皮、混糖皮、酥皮。按地域分,月饼有广式月饼、京式月饼、苏式月饼等。月饼的馅料有五仁、莲蓉、豆沙、鲜肉等。如果说粽子的口味是咸甜争霸,那么月饼江湖是各路豪杰大混战。

月饼口味南北差异大

简单地以口味划分,北方大部分地区的传统月饼是以枣泥、果仁、豆沙为主的甜口月饼。而以广式月饼为代表的咸甜味月饼占据了南方大半江山。近些年,江浙沪一带的鲜肉月饼声名鹊

起。每年快到中秋节时,就会出现上海、杭州等地市民排队买鲜肉月饼的新闻,非包邮区的人才知道月饼还能吃现烤的。

月饼和茶是好搭档

赏月、品月饼是中国的传统习俗,但月饼属于糖油混合物,富含大量油脂、糖分,不宜过量食用。那么,我们如何健康吃月饼?

1. 月饼品种繁多,有咸、甜之分,建议选购几种爱吃的月饼,切成几份,一家人分食。这样既可以品尝多种风味,也不会过量食用。

2. 月饼高糖、高油,吃月饼会增加

胃酸分泌。老人、小孩儿、肠胃不适者享用月饼要适量。“三高”等慢性病患者尽量不吃或少吃。月饼中的糖、油脂等会使血糖快速上升,增加血液黏稠度,加重心脏缺血,甚至可能诱发心肌梗死。

3. 月饼和茶是好搭档。热茶水可以解油腻、助消化,普洱茶、绿茶、茉莉花茶、菊花茶都是不错的选择。

4. 不要将月饼当成正餐,最好在两餐之间食用。

晚上应少吃或不吃,“三高”等慢性病患者尤其要注意这一点。

(晨综)