



今日天气



今天阴天有小雨,偏北风3级,13℃到17℃。

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



晨练指数
不适宜



洗车指数
不适宜



血糖指数
较稳定



钓鱼指数
不适宜



紫外线指数
一般



打伞指数
需要

日出时间	日落时间
6时28分	17时53分



历史上的今天
TODAY IN HISTORY

1884年10月13日
格林尼治国际标准时间诞生

1884年,国际天文学家代表会议决定,以经过格林尼治的经线为本初子午线,作为计算地理经度的起点,也是世界标准时区的起点。

1884年10月13日,格林尼治时间正式被采用为国际标准时间。

格林尼治时间是以地球自转为基础的时标。后来,人们发现地球的自转有逐渐变慢的趋势,因此1979年末在日内瓦举行的世界无线电行政大会通过决议,确定用世界协调时取代格林尼治时间,作为无线电通信领域的国际标准时间。这一发展反映了当今世界科学技术的迅猛发展。

(晨综)

降温、降雨齐至,注意保暖

本报讯(记者 王桦)从今天起至10月15日,受冷空气影响,我市降温明显。今天,我市最高气温18℃,而本周四的最高气温仅有12℃,大家要注意添衣保暖,谨防感冒。

未来几天以阴雨天为主

据许昌市气象台发布的最新天气预报,接下来几天,我市继续以阴雨天为主,气温也会下降。具体预报为,今天阴天有小雨,偏北风3级,13℃到17℃;明天阴天有小雨,11℃到15℃。当然,随降温、降雨一起来的还有冷风。

不过,秋季的天气有时也会“任性”一下,长时间的周预报只是个参考,大家还是要关注实时的天气预报。当然,最“保险”的做法就是无论下不下雨,出门都带着一把伞。

需要提醒的是,秋季昼夜温差拉大,在降水间隙容易出现大雾天气。驾车外出的市民要多关注气象部门的大雾预警信息,注意交通安全。

今年会是冷冬吗?

“今冬将现60年来最寒冷冬天、最严重降雪。”“2008年以来的最冷一年。”最近,这种夺人眼球的帖子在朋友圈里广为流传。今年真的会是冷冬吗?

“进入10月,北方及中东部大部分地区虽然气温较常年偏低,但这个季节也该到冷的时候了,出现初霜冻、降雪等也属正常。今年国庆长假我市气温相对往年来说要低。国庆长假期间突如其来的降温让人感受强烈,从而让谣言越传越广。但冷冬是有标准的,今年是否为冷冬还言之过早。网上还有说这一切都是拉尼娜引发的。但实际上,此次降温过程是天气过程,主要受到大尺度大气环流异常影响,与拉尼娜没有必然的联系。而我市上半月气温相对往年仅偏低1℃左右。”许昌市气象台高级工程师王东平说。

拉尼娜状态是什么?

虽然拉尼娜与今年10月上旬的降

温过程没有必然联系,但毫无疑问,要想解锁今冬气候如何,它将是受瞩目的高频词之一。

拉尼娜状态指的是赤道中、东太平洋海水表面温度与常年同期相比出现大范围偏冷,并且强度和持续时间达到一定条件的现象。

王东平说,今年8月份以来,赤道中东太平洋已经进入拉尼娜状态。而根据国家气候中心的预测,秋季会继续维持拉尼娜状态,预计到今年冬季会达到峰值,也就是到今年冬季会形成一次弱到中等强度的拉尼娜事件。

一般而言,在多数拉尼娜事件盛期的冬季,欧亚中高纬大气环流经向度可能加大,影响我国的冷空气活动比常年更加频繁,我国中东部地区气温较常年同期偏低的概率较大。

但是,每次拉尼娜事件的影响其实不尽相同,不是每个拉尼娜年的冬季我国平均气温都偏低。所以,今年冬天会偏冷还是偏暖,需要在科学分析的基础上进行综合研判。



高耸

耸入天际的文峰塔与灿烂的朝霞构成了一幅美丽的图画,美不胜收。

晨报摄友 徐国志 摄



秋雨连绵,如何保持身心健康?

最近秋雨连绵,潮湿的空气、过低的气压加上细菌、病毒,很容易影响人的健康。

把好“病从口入”关

潮湿的天气有利于霉菌、细菌的滋生,食物容易因发霉而变质。一旦吃了变质食物,会引起腹泻、呕吐甚至食物中毒。因此,要把好“病从口入”关。

注意生熟食物分开,避免交叉感染,隔夜餐须回锅加热,冰箱里的食物不能存放太久,尽量少吃或不吃冷冻物品,少吃海鲜。若出现急性胃肠道症状,要及时到医院就诊。

注意保暖

雨水增多,天气潮湿,平时有腰腿痛、腰背痛、颈肩痛的人症状会格外明显,要注意保暖。空气湿度大,要适时开门窗,减少外出,在室内做一些运动即可。

稳定情绪

气压、气温波动大,容易造成心理和情绪上的波动,导致植物神经功能紊乱,表现为睡眠不好、自控力差、惰性增强等。同时,气压、气温波动大会导致血管收缩,血流阻力大,心

肌耗氧量增大,心脏负荷加重,容易诱发心肌梗死、卒中等。阴雨天或早晚无阳光时可开灯,尽量使屋内光线充足。人在光线充足的条件下进行活动,可稳定情绪,增强兴奋性,减轻或消除抑郁感。

适时通风

温暖、潮湿的环境适合真菌的生长,因此应保持周围环境的通风、干燥和身体的局部干燥。要勤洗热水澡。洗澡时不要过度搓洗,尽量穿透气性好的衣服。若出现比较严重的瘙痒和大范围皮疹时,应去医院就医。

(晨综)