



今日天气



今天晴间多云，气温 27℃ 至 37℃。

特别提醒
天气预报早知道
请拨打电话 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



紫外线指数
强



运动指数
适宜



洗车指数
适宜



日出时间
05 时 38 分



日落时间
19 时 22 分

“桑拿天”来了!

本报讯(记者 常焱)进入8月,气温一路飙升,一大早太阳就“敬业”地出来了,天空中洒下一束束金灿灿的阳光,照在人们的头上。温度逐渐上升,早上上班的时候,很多人都是“全副武装”,防晒工作做得很好。

虽然现在正是中伏盛夏,热是很正常的,但是相比雨多的7月,近几日的高温天气还是让人有点儿不太适应。据市气象台预报,我市今天晴间多云,气温 27℃ 至 37℃。

高温天气中的一些注意事项

气象学上定义,高温是指日最高气温在 35℃ 以上的天气现象。高温通常有两种,一种是气温高而湿度小的干热性高温,另一种是气温高、湿度大的闷热性高温。

那么,高温是怎么“炼成”的?一是由天气系统触发。高温的形成往往是由特定的天气系统直接

导致的,如有“高温使者”称号的副热带高压。二是城市热岛效应。随着城市化进程的加快,城市热岛效应对高温天气也起了推波助澜的作用。

夏季,我国北方地区多为“干热”,南方地区多为“湿热”。在相同的气温条件下,“湿热”比“干热”更易中暑。

在高温天气中,我们出门时最好选择宽松、浅色、透气性好的衣服,做好防晒工作,可在脸部及裸露的皮肤上涂抹防晒霜,以免皮肤晒伤。

平时的饮食要少油腻多清淡,尽量少吃生冷食物。一定要注意补水,最好少饮用碳酸饮料。夏季,人容易犯困、乏力,适当补充水分可以缓解这些症状。

室内的空调温度以 26℃ 为宜,不能过低,以免室内外温差太大引发“空调病”。

不要在车里放置打火机、车载

香水、花露水、降温喷雾等易燃易爆物品。室外停车,建议大家尽可能选择相对阴凉的地方,避免车辆长时间暴晒。

本周日迎来立秋节气

夏天天气炎热,人们很期待凉爽的秋天,本周日我们将迎来立秋节气。立秋标志着气温来到“转折期”,是秋天开始的节气,预示着炎热的夏天即将过去,但不表示入秋。

“入秋”是根据气候学划分四季的标准来定义的,连续 5 天日平均气温在 22℃ 以下才算真正入秋。

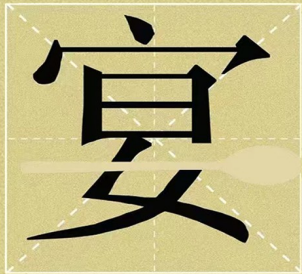
立秋时节,盛夏余热未消,很多地方仍处于炎热中,所以,民间有“秋老虎”之说。

我市一般到 8 月底或 9 月初天气才会慢慢凉爽起来,加上今年三伏天有 40 天,所以闷热的天气可能还会再持续一段时间。



梦青园美景 签约摄影师 高文胜 摄

减 | 少 | 疾 | 病 | 从 | 小 | 细 | 节 | 开 | 始



增强防疫 保护健康

提倡公勺公筷 让宴席更完美

中央文明办 宣