

今日关注

昨日 14 时全国高温前 10，河南占了前 9，我市独占 4 个，生生把我国热极吐鲁番挤到第 10



太阳直射下，温度计显示的温度在四十三摄氏度左右

昨天傍晚有一场突如其来的雷雨 可惜大部分地方的地皮湿都没湿

还好，明天副热带高压的东退和地面弱冷空气的到来会使闷热的天气有所缓和

□记者 范瑞 通讯员 陈红霞/文 记者 高山岳 李卫超/图

避暑

“太热了！”昨天，这句话成了大家见面的问候语。虽然入伏才 4 天，但 40℃ 以上的高温就先给我们来了个下马威，好在这样的极端高温只是暂时的，周三、周四就会有阵雨来降温。

昨天的高温，从早上就冒出了苗头，8 时刚过，市区气温就超过 30℃。昨日上午，市气象台发布高温橙色预警称，预计昨天、今天两天，我市除栾川外的大部分地区将继续出现 37℃ 以上的高温天气，其中偃师、伊川、市区、孟津、宜阳的部分地区今天最高气温将在 40℃ 以上。

昨天 15 时许，新浪微博@天气预报发布了昨日 14 时全国高温排行榜，该榜单数据是由全国 2418 个国际级自动观测站观测到的。值得注意的是，榜单前九名被河南包揽，我市共占四名，伊川以 40.9℃ 位列全国第二，第十名是新疆吐鲁番。面对被河南刷新的高温榜，有河南网友调侃道：“河南说，今天全国的高温被我承包了！”有洛阳网友看了表示：“洛阳说：全省的高温我是主角。”

然而，昨天我市的最高气温并没有停留在 14 时，来自我市各观测站的数据显示，到了 16 时许，偃师的最高气温已经达到 42℃。除栾川以外的其他观测站最高气温也都在 40℃ 以上。

为何高温来得如此猛烈？市气象台专家分析，昨天和今天我市都受副热带高压控制，因此天气晴好，气温偏高。预计从明天开始，随着副热带高压的东退，配合地面弱冷空气影响，闷热的天气将有所缓和，周三、周四大部分地区会出现分布不均匀的阵雨或雷阵雨。

昨日 19 时 30 分，市气象台发布了雷电黄色预警。伴随着耀眼的闪电，一阵急促的阵雨落下。不过，这次降雨过程只持续了十几分钟，市气象台专家表示，昨晚出现降雨的区域集中在市区、洛宁、宜阳，由于降雨时间很短，雨量都比较小。

中国天气网发布的资料显示，当气温达到 39℃ 时，人体汗腺濒临衰竭；气温 40℃ 时，大脑会“顾此失彼”；气温 41℃ 时，则有可能严重危及生命。因此，在 40℃ 以上的高温天气里，您最好避免长时间待在户外，保证充足的睡眠，并及时补充水分，避免中暑。



“全副武装”避阳光



洗洗凉快些



扇子也能遮阳光



打伞防晒



头顶“水珠伞”想想都清凉