

## 今日天气

11℃~26℃

晴天间多云  
部分地区有轻度雾霾  
偏南风2级~3级

## 未来几天

### 10月

24日	晴	13℃~27℃
25日	晴	14℃~27℃
26日	多云	12℃~19℃
27日	多云转阴	13℃~16℃
28日	小雨	13℃~15℃
29日	阵雨	7℃~15℃

(以上信息来源于网络,仅供参考)

## 空气质量

### 10月21日

污染指数 145  
空气质量状况 轻度污染  
首要污染物 PM2.5  
(洛阳市环境监测站10月22日发布)

### 10月22日

PM2.5(μg/m<sup>3</sup>) 84(18时)

## 【诗读四季】

### 临江仙

鹿虔扈(yì)(五代)

金锁重门荒苑静,  
绮窗愁对秋空。  
翠华一去寂无踪。  
玉楼歌吹,声断已随风。  
烟月不知人事改,  
夜阑还照深宫。  
藕花相向野塘中,  
暗伤亡国,清露泣香红。

【译文】铁锁封闭着重门,苑中静寂无声,雕花的窗子似乎在对着萧瑟的秋空发愁发愣。王室仪仗队一离去就寂无踪影,往日苑中楼阁中的歌唱吹奏之声,早已随风消散。薄云掩映的月亮不知人事已改,夜深了,还管自照着阒(qù)寂的深宫;那偏僻处野塘中无人过问的荷花,暗伤亡国而泣,清露点点都是辛酸泪凝成的。

天气版记者:杨凤轩  
天气版QQ群:307978071  
天气版新浪微博:@晚报四季天  
记者新浪微博:@杨凤轩V

# 秋将岁晚 露已成霜

今日霜降,时令到了秋冬过渡之际,要防咳护胃

□记者 杨凤轩 通讯员 禹东晖

这几天,天虽晴着,但能见度不高,难见蓝天。雾霾如同纱帘一般遮在眼前,令人不爽。

市气象部门预计,今天全区晴天间多云,部分地区有轻度雾霾,偏南风2级到3级,气温11℃到26℃;明天晴天,气温13℃到27℃。

今日霜降。翻翻这两年的气象记录,似乎在霜降前后,雾霾天气总是格外多,而且比较持久。为什么这时节雾霾易频发呢?市气象专家介绍,霜降时节正是深秋,频繁入侵的冷空气会加大“锋前雾”的出现频率,“锋前

雾”是由冷暖气团混合形成的雾,常常出现在冷空气到来前,而且持续时间比较长。

统计数据显示,我市全年的雾霾情况呈现秋冬季持续多发、春夏季少发的特点。秋冬季,大气层结构稳定,不利于空气中污染物的扩散,灰霾积聚在空气中,加上秋冬多雾,很容易形成雾霾天。

《中国天文年历》显示,北京时间今日19时57分,我们将迎来今年秋季最后一个节气——霜降。进入霜降节气,就到了秋冬过渡之时。俗话说:“寒露不算冷,霜降变了天。”天气将由凉爽转向寒冷,空气更是日趋干燥,大家要注

意添衣保暖,也要注意防咳护胃。

“霜降”之名有天气渐冷、初霜出现的意思。不过,霜并非像雨一样从天而降,而是近地面的水汽凝结时,在地表温度骤然下降到0℃以下时形成的细微冰针或是六角形的霜花。

古人很早就发现,霜通常出现在晴天的夜晚,南宋诗人吕本中在《南歌子·旅思》中写道:“驿路侵斜月,溪桥度晓霜。”陆游在《霜月》中写道:“枯草霜花白,寒窗月影新。”这是有科学道理的。气象专家解释,在无云的秋夜里,地面散热快,地表温度容易骤然下降到0℃以下,为近地面的水汽凝结成霜提供了有利条件。

## 【微言天气】

@千金e诺一佰世恒:每天来点儿正能量!笑着笑着,就真的开心了。别人笑我太疯癫,我笑别人看不穿。雾霾天,心中一定要有阳光!

@Butterfly小豆:不管什么天气,记得随时让阳光洒满心田。不管什么遭遇,记得在心中装满开心的童话。

@爸爸我爱你:天气逐渐冷了,你感觉到了吗?你的腿不好,加点儿衣服,不要让自己冻着了。去年冷的时候,你打电话告诉我说想吃什么就买,别委屈自己。可今年我再也听不到了。

## 【四季健康】

### 秋冬过渡 防病保健

霜降是秋季的最后一个节气,也意味着冬天将开始,在秋冬过渡之际,养生保健尤为重要,有谚语称“一年补透透,不如补霜降”。

天津中医药大学第一附属医院营养科主任李艳玲表示,此时,公众要注意保暖,加强锻炼,防止感冒。

她说,霜降前后易诱发咳嗽,慢性支气管炎容易复发或加重。因此,在这个季节应多吃一些具有生津润燥、消食止渴、清热化痰、固肾润肺功效的食物,如梨、苹果、洋葱、萝卜等。

另外,霜降节气还是慢性胃炎和十二指肠溃疡复发的高峰期,消化系统疾病患者的饮食宜温和,少吃辛辣、刺激和寒凉的食物,多吃新鲜果蔬,多喝开水。(据新华社)

## 【看图说“花”】

晚报微信网友“花若盛开”摄  
(线索奖30元)

## 美女樱 》》 花如其名 美若丽人

□记者 杨凤轩

- 拍摄时间:9月7日
- 拍摄地点:王城大道附近
- 花语:相守、和睦家庭

美女樱属马鞭草科,系多年生草本植物,适宜生长温度为5℃至25℃,原产于南美洲。

美女樱株丛矮密,蒴果,果熟期为9月至10月,种子寿命两年。其茎四棱、横展、匍匐;穗状花序顶生,多数小花密集排列呈伞房状;苞片近披针形,花萼细长筒状。其花姿态优美,颜色丰富而艳丽,有白、红、蓝、雪青、粉红等,也有复色

品种,略具芬芳,盛开时如花海,令人流连忘返。其花期长,4月至霜降前可不断开花。

美女樱为良好的地被材料,可用于城市道路绿化带、大转盘、花坛等。其可混色种植或单色种植,多色混种五彩缤纷,单色种植可形成色块。在道路两侧绿化带内种植不同颜色的美女樱,每30米种一色,犹如彩带;在交叉路口转盘处以环状方式种植,由里至外采用不同颜色,状如彩虹,视觉效果甚佳。

同属常见栽培品种有加拿大美女樱、红叶美女樱、细叶美女樱等。其全草可入药,具清热凉血的功效。