



西伯利亚“霸王级”寒潮来袭,我市今明或迎来降雪
24日或将出现我市入冬以来的最低气温

雪花到来“暖场” 低温周六“横行”

□记者 范瑞 实习生 李竟 通讯员 许方璐

可能又要下雪了!在持续放晴后,雪姑娘或将再次光临我市,预计此次降雪持续到明日。在降雪过后,受西伯利亚“霸王级”寒潮影响,我市还会持续降温,24日或将出现我市入冬以来的最低气温。

新一轮降雪或即将到来

“出着太阳也被‘冻成狗’,这冷空气真是‘棒棒哒’!”虽然前两日晴空万里,但持续的低温已经让人感受到冷空气的威力。

市气象台预测,此次降雪主要集中在今日白天。这场雪会有多大?市气象台专家说,此次降雪比今年首场雪要大,会出现积雪。同时,此次降雪可能不在今日停止,明日还可能出现间歇小雪,部分地区有中雪。

由于本轮强冷空气势力强大,此次降雪覆盖范围较广。中央气象台预测,江汉南部、江淮南部、江南中北部等的部分地区将有大到暴雪,局地大暴雪。与这些地区相比,我市的这场雪并不算大。

24日凌晨,我市气温预计在-10℃以下

在降雪后,我市气温还会进一步下降。“从目前的天气预报来看,23日、24日,我市的气温将明显下降,其中24日凌晨的气温将在-10℃以下。”市气象台专家说,这将刷新入冬以来我市的最低气温。

从历史气象数据来看,-10℃左右的低温在我市并不罕见。2008年12月22日,我市最低气温为-11.3℃;2009年1月23日,我市最低气温为-9.8℃。从2010年至2015年,我市冬季最低气温均高于-9.8℃。

“20世纪60年代到80年代,冬季-10℃的低温很常见,但随着气候变暖,我市冬季的气温有升高的趋势。”市气象台专家说。

强冷空气来袭,空气质量将得到明显改善

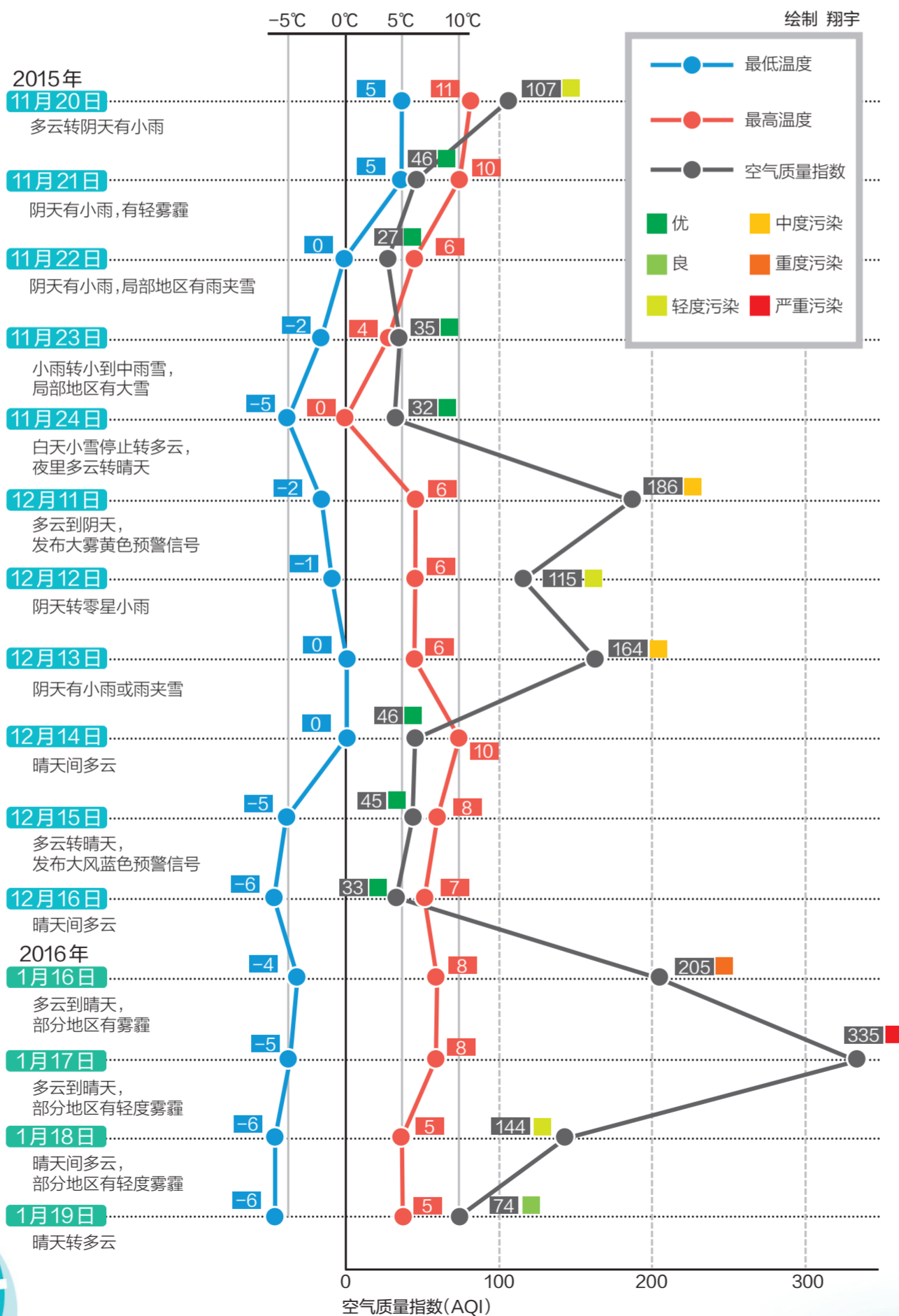
自入冬以来,雾霾频繁侵袭我市,每次冷空气的到来都会让雾霾短暂消散。此次强冷空气来袭,也让人们对未来几日的空气质量充满期待。

市气象台专家称,受此轮强冷空气影响,从今日到24日,我市的空气质量将得到明显改善。赶紧大口呼吸清新的空气吧!

为何冷空气对改善空气质量起到的作用如此之大?市气象台专家说:“一般在冷空气来时,风比较大,空气中的颗粒物容易扩散;同时,冷空气在经过西伯利亚时得到加强,在南下过程中会把干燥、洁净的空气带过来。”

冷空气到来后最直观的表现就是刮风、降温、降雨、降雪。记者回顾梳理了从去年11月到昨日,部分日子的气温及空气质量指数,您不妨通过一个图表,看看在冷空气出现时,空气质量的变化吧。

气温与空气质量指数变化图



(数据来源:市气象局官方微博和中国空气质量在线监测分析平台)

寒潮“冷酷”,希望我们整理的这些信息对您有用 认真看看,这个冬天不再“冷”

□记者 赵夏楠 王澍 王若馨 首席记者 王博东 通讯员 牛然 孙鹏瑞

西伯利亚寒潮到来的消息让微信朋友圈里变得热闹,有人戏称本轮寒潮是“霸王级”的,还有人称其为“BOSS级”的,反正恁一个冷字了得。面对寒潮,晚报记者为您悉心整理了各种应对措施,总有一种措施能温暖您。

居家篇

● 取暖设备

河科大二附院呼吸科主治医师刘燕提醒,冬季室内温度最好为25℃。如果晚上开空调取暖,白天就要通风。有条件的市民可以买一台加湿器。

民警提醒,晚上在睡觉时切记不要在取暖设备上搭衣物,以免引起火灾事故。

● 取暖提醒

专业人士提醒,谨防在取暖时一氧化碳中毒,特别是在夜里,在睡前一定要检查燃煤设施。如果发现家人一氧化碳中毒,要立即打开门窗通风,将中毒者移至通风好的环境中,并及时拨打120。

中毒者如果出现呕吐情况,应先清理其口腔内的异物,以保证其呼吸道畅通。若有必要,可实施人工呼吸。对于心跳停止的中毒者,要及时对其进行心肺复苏术,并及时拨打急救电话。

● 市政供暖

热力企业的工作人员提醒,如果在此次降温过程中家中暖气不热,应先自检。如果在自检后暖气片还不热,应请专业人员查明原因,切不可盲目放水,或及时向小区物业公司或热力企业反映。

● 冬季喝酒后要确保安全到家

在冬季,不少人喜欢喝两杯酒取暖。您一旦喝醉,要由朋友或家人确保您安全到家。“常有醉酒的人在大冷天睡在马路边,这样十分危险。”河科大二附院急诊科主任林岩说,一旦醉酒且睡在室外的人没有被人及时发现,很容易出现意外。

● 心脑血管疾病患者应关注天气变化

“在冬季,心脑血管疾病患者尤其要关注天气的变化。”林岩说,人体在受到低温的刺激后,全身的毛细血管会收缩,导致心脑血管负荷加重,心脑血管疾病的发病率会因此增大。

心脑血管疾病患者在冬季最好征求医生意见,酌情调整药量。

曾有调查显示,每日6时至9时,是心脑血管疾病发病的高峰时段。因此,有相关病史的人早起时别太猛,可先躺

各热力企业热线如下:

洛阳热力有限公司:64855158
洛阳北控水务集团有限公司新区热力分公司:9618966
洛阳高新热力有限公司:64331318

在暖气房里长时间待着,您是否会觉得口干舌燥?如何预防“暖气病”呢?刘燕燕总结了3点。

1.通风很重要

冬季气温低,很多家庭为了保持令人舒适的室内温度,几乎不开窗通风,但长时间密闭的环境会使空气变得更加干燥,这就为病菌的滋生提供了有利条件,所以要经常开窗通风。

2.“补水”要成常态

市民在冬季取暖时,室内温度高,水分蒸发量也大,这就是人们经常感觉口干舌燥的原因。刘燕燕建议,市民可经常拖地,或在室内放置水盆、湿毛巾来增加室内湿度。另外,市民可多吃一些富含水分的水果或多喝水。

3.室温不宜过高

室内温度过高可能致人水分流失过快。对于供暖采用分户计量或使用地暖的市民,要注意调节家里的温度。

一会儿再缓慢起身,同时晨练时间不要过早,尽量等气温升高后再外出,随身应携带急救药物。

● 保暖的这些细节应该注意

俗话说:寒从脚起。脚一旦受寒,很容易引发疾病。在冬季,市民应尽量挑选鞋底厚一些的鞋子,在鞋里可以垫一双棉鞋垫;每日可用热水泡脚,步行半个小时以上,并坚持早晚搓揉脚心;多喝热水,加快新陈代谢,给身体增加热量。

在室外冻了一天的人会选择洗个热水澡,切记一定不要在空腹或刚吃完饭时洗澡,洗澡时间应控制在20分钟左右。如果洗澡时间过长,头部血液供应相应减少,易导致脑缺血。

出行篇

● 冬季行车,这些信息很重要

洛阳豫涛汽修的总经理赵玉涛和洛阳豫德宝汽车销售服务有限公司维修技师徐长轩均表示,气温降了,在开车前和开车时,以下几点您应该关注。

- 1.原地热车时间并非越长越好,在发动机启动一两分钟后即可行驶。
- 2.待发动机水温升高后再开空调暖风。
- 3.避免使用易打滑材质的方向盘套。
- 4.在低温天气里,应特别留意路面是否结冰和其他路面情况,谨慎慢行,确保行车安全。

● 骑车不要光顾着御寒而忽视安全隐患

高新交巡大队交警王国旗为您梳理了在冬季骑车(自行车和电动车)时应该注意的一些方面。

- 1.围围巾:过长的围巾可能被卷进车轮,还可能与其他车辆缠在一起。
建议:选择长度适中的围巾,在脖子上缠好后,将下摆放到衣服内。
- 2.连衣帽:骑车人在戴上连衣帽后,不仅两侧视线受阻,还会影响听力,不便了解周围情况。
建议:选用普通帽子御寒,在过路口时及时摘下帽子观察周围情况。
- 3.挡风被:使用挡风被的骑车人转向不灵活,在遇到紧急情况时,骑车人的双手和双腿也不能及时做出应急反应。
建议:可以选择护膝、手套等可保证手脚灵活的御寒装备。

故事篇

寒潮来袭,晚报的粉丝们坐不住了,纷纷向晚报官方微信和官方微博讲述自己那些年过冬防寒保暖的小故事。来看看,这些经历或体验能否温暖您。

● 这个取暖方法不可取

网友“马继广”:在我们上初中时,教室里实在太冷了。趁老师不在,我们把板凳拆了,放在铁桶里点火取暖,还能烤红薯,好在老师没发现。现在想想,我觉得当时胆子太大了。(现在的小朋友,千万不能学啊)

● 被窝取暖神器“花样多”

网友“无非这样”:奶奶总是把热水袋叫“热砖”。原来,她小时候在取暖时,把砖块烤热,再用旧衣服把砖块包起来放到被窝里取暖,于是就有了“热砖”这个词。

对于暖被窝这事儿,网友“qiubai425”笑了:我小时候用吊吊针的瓶子当暖水壶,总是怕瓶子碎了扎到脚丫子。

● 取暖的火盆还能防身

网友“花果果”:在20世纪80年代,我去大姨在栾川县的家,看到哥哥姐姐上学时都带一个盆子,每个盆子边儿的4个窟窿用绳子穿着。因为那时山里有狼,加上哥哥姐姐晚上放学回家路远,他们就排着队,每人提着烧火的盆子走,看着很威风。

● 边取暖边“做”美食

网友“曼曼”的回忆里都是美味:在我小时候回农村过年时,在生火取暖的同时可以烤红薯和土豆,还能烧粉条,那粉条用火一燎就“胖”成膨化食品了。

健康篇

洛阳阳光男科医院

男科专线 0378-63156789

地址:洛阳市九都路与解放路口西南角