

寒潮来袭 气温下降 中到大雪 局部暴雪将到来

■ 疾病预防

做好个人防护 小心“冻出来的病”

寒潮对人体健康有很大影响,是诱发感冒的重要因素。寒潮到来时,感冒病人增多,慢性气管炎、哮喘患者也都会复发和加重。

对感冒的影响

寒潮为什么能诱发感冒呢?一是寒潮所致的暴冷气候使空气的温度降低,鼻咽部黏膜变得干燥,同时,鼻咽部的局部温度下降,再加上冷空气刺激使分泌物减少,为感冒病毒的入侵和繁殖提供了有利条件。二是由于寒潮袭击前后几天,人体对这种突如其来的寒冷刺激难以适应,就会受凉而引起机体抵抗力下降,给感冒病毒入侵以可乘之机。如果感冒了一定要注意保暖并卧床休息,可以喝一些生姜红糖水促进身体排汗,驱散寒气,也可以遵医嘱服用对症治疗感冒的药物。

易诱发关节痛

当一天的温差在3摄氏度以上、相对湿度变化又大时,就会引起关节痛。寒潮大风天气,温度往往会下降8摄氏度以上,这就容易诱发关节痛,要根据天气变化适时增减衣服。不要急着用药,做好保暖的同时避免剧烈活动,可进行低频、高频、磁振热、蜡疗等物理热敷的方法促进局部血液循环,以减轻关节症状。

易诱发心血管病

心血管病患者对寒潮最为敏感。每当寒潮来临,气温骤降,心脏疾病就会发作频繁。“变温”是诱发心血管病的最重要的气象指标。心血管患者要学会自我保护:一是遵医嘱服药。血管遇低温会急剧收缩,导致心脏负荷增加,心率加快,诱发不适症状。应按照医师的要求,按时服药。二是注意保暖。低温天气对心血管病患者伤害较大。根据气温变化及时更换衣服、被褥,注意保暖。三是清淡饮食。心血管患者要做好饮食护理,严格低盐低脂饮食,不暴饮暴食。四是加强耐寒锻炼。平时要注意加强锻炼,增强体质,改善心脏功能,提高机体免疫力。

寒潮来袭大家要防感冒,戴口罩,避免冷空气刺激呼吸道;防病毒,勤洗手,有效防止细菌和病毒进入人体,保护身体健康。

据新华社客户端

淄博12月10日讯 受强冷空气影响,周末起,淄博迎来寒潮天气。未来几天,气温持续下降,并有中到大雪局部暴雪。

12月10日下午4点,省气象台继续发布寒潮蓝色预警:受强冷空气影响,9日—10日白天我省已出现大风降温,预计10日夜—12日寒潮影响将持续,最低气温出现在12日早晨:菏泽、济宁、鲁西北和鲁中地区-7~-5℃,局部-9℃,其他地区-3~0℃。10日夜—11日白天,北风,滨州、东营、潍坊、日照、内陆湖面和半岛地区5~6级阵风7~8级,其他地区4~5级阵风6~7级。另外,10日夜—11日白天,我省将有大范围雨雪天气,其中,菏泽、济宁、

烟台北部、鲁西北和鲁中地区有中到大雪局部暴雪,积雪深度5~10厘米;南部沿海地区有中到大雨,其他地区有小到中雨转小雪。

根据预报,11日,淄博阴有雨夹雪转中到大雪局部暴雪,东北风转北风3~4级,阵风7~8级,-2~3℃;12日,多云转晴,北风转东风2~3级,-5~5℃;13日,阴转雨夹雪,东风3~4级,-3~4℃。

大众日报淄博融媒体中心记者 孙渤海



扫描微信
二维码查看
更多内容

■ 用水安全

自来水公司提醒:

家中供水设施做好防冻措施

淄博12月10日讯 寒潮来袭,淄博市自来水有限责任公司将全力保障安全优质供水,同时提醒广大用户及时采取有效防冻防冻措施,做好家中供水设施的防冻保暖工作,保证正常用水。

对暴露在室外的水管、水表、水龙头等用水设施,可以使用棉麻织物、塑料泡沫等进行包裹;埋地水表可以填埋沙子,或将棉絮、草垫等保暖物品覆盖在水表上面。采用二次供水的用户,应做好高层住宅屋顶水箱(含消防水池)表后的管道保暖工作,并将水箱的上下水管及阀门等用保温材料裹紧捆扎。

气温降到0℃以下,要关紧阳台、厨房、卫生间的门窗,保持室内温度在0℃以上。住楼房的居民,要注意关闭公共楼道内的窗户,防止楼道内水管、水表结冰断水。

水在水管内流动时一般不会结冰,夜晚温度最低,可以在晚上入睡前打开水龙头,让出水呈线流状,在低温时起到一定的防冻作用。滴下的水请及时收集,避免造成水资源浪费。

家中如长期无人居住,请关

闭水表前总阀门,排空管中余水,特别要放空热水器、太阳能、洗衣机等用水设施水箱或管道内存水,以免对设施产生影响。家中的管道(特别是有外墙裸露管的)同样可采用排空管中余水的方式,降低水管内的压力,防止冰冻和破损。

出现冰冻后,对确已冰冻的水龙头、水表、水管,宜先用热毛巾包裹着水龙头,然后浇温水,使龙头解冻,再拧开龙头,用温水沿着龙头慢慢向管子浇洒,使水管解冻(如果是塑料的PP-R和PVC管,用户也可用电吹风烘吹)。切忌用火烘烤或用开水直接冲淋,以免造成管道或者水表破裂。如果遇到水管、水表、水龙头被冻裂,应立即关闭水表前的进水阀门,以免造成自来水浪费和其他不必要的损失。在严重冰冻天气,当家里出现无水或水小现象时,可能是户内外管道和用水设施冰冻造成的,请耐心等待自然解冻。如果用水设施因低温受冻损坏,可随时拨打公司供水服务热线0533-2165111。

大众日报淄博融媒体中心记者 孙渤海

■ 防灾减灾

淄博市安办、市减灾办

发布灾害风险预警提示



淄博市应急管理局 大众日报淄博融媒体中心

淄博12月10日讯 寒潮雨雪天气对交通运输、电力通信、能源供应、农业生产等有不影响,淄博市安全生产委员会办公室、淄博市减灾委员会办公室联合发布寒潮蓝色预警灾害风险提示。

提示要求,各级各有关部门按照职责做好寒潮防范工作,要强化监测预警和联合会商研判,

多渠道、多形式向社会发布预警信息和灾害风险提示,及时提醒社会公众和重点区域、重要部位、重点人群合理安排生产及户外活动;扎实做好防范一氧化碳中毒工作;督导企业落实安全生产和灾害风险防御主体责任,加强对重点部位排查,加大设施设备、输电线路等检查维护力度,严防各类安全事故发生;严格执行值班值守制度,加强信息报告,及时准确全面报送灾情险情信息。

大众日报淄博融媒体中心记者 马斌 通讯员 李图群

■ 道路安全

淄博市气象台发布道路结冰黄色预警 出行注意交通安全

淄博12月10日讯 12月10日下午4点09分,淄博市气象台发布道路结冰黄色预警信号:受强冷空气影响,预计10日夜到11日白天,淄博市将有雨雪天气。由于气温较低,淄博市全部区县将出现对交通有影响的积雪和道路结冰,请注意防范。

淄博市安全生产委员会办公室、淄博市减灾委员会办公室联合发布道路结冰黄色预警灾害风险提示。各级各有关部门要按照职责做好道路结冰应对

准备工作,多渠道发布预警提示,提醒群众合理安排出行计划和交通方式;对易积雪、易结冰的公路路段视情采取限速、限行、绕行等措施;提醒驾驶人员谨慎驾驶,保持安全车距,确保行车安全;相关部门在重要路段做好融雪、除冰、防滑等应急准备;严格执行值班值守制度,加强信息报告,及时准确全面报送事故信息。

大众日报淄博融媒体中心记者 孙渤海 马斌 通讯员 李图群

■ 知多一点

不是所有冷空气都叫寒潮

作为冬天最具杀伤力的天气,寒潮常带来什么影响?哪些地方最“招”寒潮?如何防范寒潮危害?

不是所有冷空气都叫寒潮

冷空气和寒潮的关系,常常有人混淆这两个概念。冷空气和寒潮是一回事吗?中国天气网气象分析师闵裕秋介绍,寒潮是冷空气的一种,并不是所有冷空气都是寒潮,它是冷空气中的“王者”。

根据强弱程度,我国将冷空气分为四个等级:弱冷空气、较强冷空气、强冷空气和寒潮。

在气象学意义上,寒潮有严格的“门槛”。中央气象台首席预报员杨舒楠介绍,寒潮天气过程是一种大规模的强冷空气活动过程。根据冷空气国家标准,使某地的日最低气温24小时内降温幅度≥8℃,或48小时内降温幅度≥10℃,或72小时内降温幅度≥12℃,而且使该地日最低气温≤4℃的冷空气活动为寒潮。不过,因各地受地理环境和气候条件影响,寒潮标准也会有所不同。

并非最冷的时候 寒潮最频发

寒潮最早开始于9月下旬,最晚可以到次年5月。作为冷空气中的“王者”,我们常以为寒潮最频发的时候就是最冷的时候。事实却并非如此。

统计分析近11年中央气象台发布寒潮预警的情况,发现11月寒潮过程最多,其次为12月和3月,最冷的1月和2月反而较少。

为何隆冬时节的寒潮反而比春秋少呢?杨舒楠解释,春秋属于季节转换时段,夏季风与冬季风切换,天气系统及冷空气活动频繁,导致气温起伏比较剧烈。尤其是秋季,前期基础温度比较高,一次冷空气开始之前往往出现明显升温,冷空气影响后降温幅度非常大,容易形成“断崖式”降温,相对容易达到寒潮标准。而隆冬时节,基础气温本来就低,冷空气来袭时降温幅度往往有限,达到寒潮标准的情况就相对较少。

寒潮强时 可抵达我国华南

影响我国的寒潮一般“出生”于新地岛和冰岛附近,大约95%的寒潮在西伯利亚累积加强,犹如经过一个“加油站”,然后兵分三路影响我国,一般可以影响到长江中下游及江南地区,有的甚至能抵达华南。

杨舒楠介绍,我国大部分地区都能受到寒潮天气的影响,除青藏高原、云贵高原寒潮过程较少外,其他地区均有明显寒潮天气,尤其是西北地区、东北地区、华北地区以及长江中下游地区最能感受到寒潮的威力。

据中国天气网