

拨一拨，聊一聊，温岭热点尽在“掌”握

热线 86901890



竹深树密虫鸣处 时有微凉不是风

记者 郑灵芝

小暑到来，标志着天气开始炎热。 高蝉多远韵，茂树有余音，似乎从听到蝉鸣的那天起，我们就能感受到气温有了热度。蝉鸣愈响，天气也就愈加热了起来。

在文艺青年的眼里，盛夏的光阴深处，有许多美好的景物 有风，有雨，有荷开，有莲韵，还有更多生活的琐碎和欢喜。月色如水，与家人围坐在一起，摇着蒲扇、吃着西瓜，偶尔一阵凉风吹来，池塘清荷摇曳生姿，那是专属于夏天的惬意。

“蒸煮”模式开启，我市发布首个高温报告

出梅后，高温无缝对接，紧接着是小暑的到来，暑气蒸腾，外物浮躁。受副热带高压影响，预计近期内我市以晴热高温伴有雷阵雨天气为主。本周高温日数已达到3天以上。昨天，我市发布了入夏以来首个高温报告。今天到后天，除沿海岛屿外，大部地区最高气温可达34～37℃，再加上相对湿度较大，夜间最低气温基本在27～28℃。闷热持续一整天，所以防暑降温工作一定要做好。

记者从市气象台获悉，从下周一开始，随着副高南落，我市雷雨或阵雨天

气会变得多起来。受到雨水打压，气温也会有短暂回落，但是最高气温也有33～34℃。

有人说，这人体感觉到的温度好像比天气预报的还要高。没错！天气预报的气温是百叶箱内测得的温度，而地面温度可能要比预报温度高出不少，相对来说体感温度也就更高了。在这里要提醒大家，天气较热，注意合理安排作息，既要保证工作效率，也要照顾好身体。

晴热高温的背后，是副热带高压在 作祟 。赤道地区的太阳辐射比较

强烈，暖空气会上升，到了高空后就会向极地方向流动。而地球自转会产生地转偏向力，使得气流不断发生偏移，随着纬度的升高，地转偏向力变大，致使在副热带地区（北纬30度附近），气流基本变成了自西向东流动，并对后续空气进行阻碍。这一阻碍使得其上空空气聚集并且被迫下沉，空气堆积，气压升高，于是便产生了副热带高压。

我们熟知的副热带高压，一般是指对我国影响较大的、位于北半球西北太平洋上的副热带高压。它常年存

在，是一个稳定而少动的暖性深厚系统。副高的内部盛行下沉气流，大气从高空到近地面，气压是不断增加的。如同打气筒用力向下打气一样，气筒会发热就是气体压缩产热原理，副高内持续的下沉气流将产生持续的增温。此外，气压梯度小，所以风力微乎其微。在这种状态下，太阳辐射可以更多地到达地面，使得地面和近地面大气也获得更多的热量，因而在副高控制的地区，往往以晴朗少云的高温天气为主。

本周日入伏，伏期将多达40天

后天进入初伏，也就是三伏的第一天，此后气温会逐渐上升。这预示着，今年最热的一个多月即将来临，而之前的高温，只不过是小小的 撩拨 而已。

今年的三伏也是超长待机模式。据天文科普专家介绍，今年三伏时长为40天，7月11日至7月20日为初伏，7月21日至8月9日为中伏，8月10日至8月19日为末伏。三伏，即初伏、中伏、末伏的统称。所谓的伏天，就是指农历三伏天，即一年当中最热的

一段时间。可以这样理解： 伏 就是天气太热了，宜伏不宜动。科学地讲，入伏之后，地表湿度变大，每天吸收的热量多，散发的热量少，地表层的热量累积下来，所以一天比一天热，直至地面累积的热量达到最高峰，天气也就变得最热了。

接下来，火炉般的太阳、灼人的热气、聒噪的蝉声、司空见惯的高温，将成为标配。这一年中最热的时期，该做好哪些措施，平安过夏呢？三伏天气温高，大量流汗，人体容易脱

水，因此大量补水是防止中暑的最佳方法。夏天补水，时机也很重要。三个时间段最容易缺水：起床时、睡觉前、洗澡后，应注意适时地给身体补充水分。不要等口渴时再喝，喝的时候不宜狂饮。适当地喝一些淡盐水，可以补充人体大量排出的汗液带走的无机盐，防止电解质紊乱。淡茶水也是较好的选择，因为人体内的微量元素，比如钾元素也会随汗水排出体外。而钾能维持神经和肌肉的正常功能，特别是心肌的正常运动。茶叶中含钾较多，

喝淡茶水可以补充丢失的微量元素。

中医认为，三伏天养生要把握两个原则：一是冬病夏治；二是夏补三伏。至于三伏天养生的方式，更是多种多样：有三伏贴、三伏灸等，三伏进补，加上适当的体育锻炼。 夏季暑湿，适宜清补，建议人们多吃酸的食物，多食祛火食物，多吃果蔬，进行补水养生，比如可常吃些苦瓜、李子、桃子、橄榄、菠萝、芹菜等，尽量不吃辛辣温燥食物，避免生食冷饮过度。

为什么一到夏天蝉就叫个不停

盛夏的乡下，最熟悉的声音，莫过于随时可以听到的蝉鸣。记得小时候，常常在夏日的中午抬头仰望家门口的那棵皂角树，寻找蝉的踪迹。那时候，关于蝉，有着太多的遐想。印象最深的要数昆虫学家法布尔的《蝉》这篇文章，让我知道了蝉日光下的鸣叫，竟然如此来之不易。

蝉，又名知了，是节肢动物门昆虫纲半翅目蝉科的一类生物，目前已知大

约有3000种。蝉之所以会让我们产生生命短暂的错觉，是因为它们独特的生活周期。蝉的一生经过受精卵、幼虫、成虫三个阶段。进入夏天，早年产下的受精卵会孵化成幼虫，它们会钻入土壤中，以植物根茎的汁液为食。幼虫成熟后，爬到地面，蜕去自己金灿灿的外骨骼，羽化为我们常见的长有双翼的成虫。虽然成年的蝉仅能存活几个月，但是幼虫阶段能够在土壤内存活好多年，比如6年寿命的蝉，其

幼虫阶段就占了一生中的5年。

每当蝉口渴、饥饿之际，就会用自己坚硬的口器插入树干一天到晚地吮吸汁液，把大量的营养与水分吸入自己的身体中，用来延长自己的寿命。蝉在未成熟之前在土里成长，后慢慢掏洞爬于树干上，有稀泥的土洞里面必有幼蝉。蝉是在夜间趴在树干上蜕壳的，蜕完壳就有了翅膀。

蝉在昆虫当中也是特立独行的存在，只有卵、幼虫和成虫三个阶段，因

此所谓的蝉蛹实际上是蚕蛹的误传，蝉在一生中是没有蛹的状态的。蝉的成虫只有雄性会鸣叫，吸引雌性前来交配，大部分蝉在交配之后死去，所以只有夏天才会有蝉鸣。有人问，为什么夏日的深夜少有蝉鸣呢？这是因为在气温和光度下降后，蝉的活动性会降低。

除每年仲夏出现的三伏蝉之外，还有周期蝉。最著名的周期蝉有十七年蝉和十三年蝉，又称质数蝉。

向日葵盛开，赏花走起



通讯员 林绍禹摄

盛夏7月，向日葵开了。小小的花盘，在翠碧的茎秆、大大的绿叶衬托下美极了。此时的向日葵，花瓣很大，籽盘很小，是最好看的时候。它们骄傲地仰着头，面向太阳，洋洋得意地笑着。

为什么叫向日葵呢？因为它的花总是朝着太阳开放，它的茎秆中含有一种叫作生长素的激素，这种激素能够刺激植株的茎秆生长，但是见光后容易分解，因此它们通常会聚集在茎秆背阴的一面，且金黄色的花朵在开放以后非常像天空中太阳的形态，颜色也能带给人温暖的感觉。

蓝天白云、碧绿枝叶，托起金黄色的大笑脸 连日来，近16亩的向日葵染黄了新河镇江心岛，花海吸引了远近游人徜徉拍照，牵手照、自拍像、搞怪风，定格夏

日的活力瞬间。放眼望去，金灿灿的花朵铺满大地，风吹草动，仿佛置身一片金色浮动的绿海之中。成片的金黄色的小太阳，一扫天气带来的阴霾心情，徜徉在盛放的花海间，呼吸里仿佛都弥漫着阳光的味道。满目花开好，晃晃向艳阳，金色的花盘生机勃勃地随风摇曳，如风卷金箔，又如黄绸拂面，小姐姐们置身在向日葵花海中，随便凹个造型都是唯美大片。

除了新河镇，九龙汇公园的向日葵也正含苞待放。九龙汇公园种植了一批向日葵，面积约10亩，大概两周后就会开花。到时不妨带上三五好友，穿梭在大片的向日葵地里，摆个Pose，拍上几组美美的照片。记者温馨提醒：虽然向日葵花海很美，但请不要动手采摘花朵，希望大家文明赏花，让更多人能欣赏到美景。

周六/7月10日



多云，午后到夜里
局部阴有阵雨或雷雨
27~37

周日/7月11日



多云，午后阴有阵雨
或雷雨
27~35

周一/7月12日



多云
28~33

周二/7月13日



多云，夜里转阴有时
有阵雨或雷雨
27~33

周三/7月14日



多云到阴有时有阵雨
或雷雨
26~32

周四/7月15日



多云到阴有时有阵雨
或雷雨
26~33