周六/9月18日	周日/9月19日	周一/9月20日	周二/9月21日	周三/9月22日
多云到阴 23～28℃	多云到阴 有时有阵雨或雷雨 23～29℃	多云 午后部分地区阴有阵雨或雷雨 25～32℃	多云 午后阴有阵雨或雷雨 25～32℃	多云到阴转阵雨或雷雨 24～30℃

热线 86901890

银烛秋光冷画屏 轻罗小扇扑流萤

记者 郑灵芝

“灿都”是一个优秀的台风，它带来一场降雨，横扫“秋老虎”的酷热，让我们感受到“秋雨一场天渐凉，骚热酷暑忽扫尽”的馨沁。

这几天，秋的凉意渐渐浓烈起来。秋风习习，秋雨绵绵，凉中带微暖，湿润中透露着芬芳。那悠悠的云，蔚蓝的天，金黄的田野，构成了初秋的美好和韵味。对于秋天，我们又多了一份企盼。

“灿都”远离 天气重回日常轨道

年度最皮台风候选人“灿都”这几日赚足了关注，维持超强台风级别超过100个小时，巅峰时强度达到68米/秒，算得上是超强台风界的王者级别。虽然它和温岭只是擦肩而过，却给我们带来明显的风雨，且持续时间比较长。

随着台风的减弱远离，温岭的天气重新回到日常轨道，太阳也开始露脸了。记者从市气象台获悉，我市未来5天整体气温先升后降，前期台风远离，副高逐渐加强，因我市位于副高边缘，多局地雷阵雨天气；后期东北冷涡东移，系统整体略偏北，有一次降雨过程。台风过后的清凉依然还在，今天起到下周四，白天全市各地的最高气温为28～32℃，最低气温23～25℃，早晚微凉，中午小热，是夏天和秋天交织在一起的感觉。空调可以逐渐退场，大家切不可过度贪凉，谨防感冒。

在不少人眼中，夏天是台风最活跃，也是台风最容易致灾的季节。

通常，我们把6月至8月生成的台风称为“夏台风”，9月至11月生成的台风称为“秋台风”。统计显示，过去72年间，夏季生成台风个数为833个，为台风最活跃季节，而秋季也有821个台风生成，仅次于夏季。

从登陆我国的情况来看，秋台风的影响力也不容小觑。1949年至2020年数据显示，平均每年夏季约有4.43个台风登陆我国，是台风登陆我国最多的季节；而每年秋季平均有2.36个台风登陆我国，为台风第二活跃的季节；每年春季和冬季的台风平均登陆个数不足0.2个。

秋季中，9月台风最活跃，平均登陆个数达到1.72个，仅次于台风活动最频繁的8月（1.94个）和7月（1.83个），差异较小。尽管夏季台风的生成和登陆数量都是一年中最多的，然而气象大数据显示，秋台风更“狠”。1949年至2020年间，秋季生成的台风中，超强台风占比达27.9%，远高于夏季的18%。

为何秋台风破坏力如此大？气象专家介绍，从春分开始，太阳直射点从赤道向北回归线移动，加热了北半球热带海洋，海水热量不断累积，通常8月至9月海温达到最高，海温高有利于台风生成和能量增强。同时，8月底至9月初，冷空气开始活跃，增加了气压梯度，台风中心附近风速加大，也有利于台风强度增强。所以在秋季，强台风或超强台风出现的概率更高。

气象专家提醒，秋台风的“狠”不仅体现在台风强度上，而且灾害影响也可能升级。由于秋季冷空气逐渐增多，台风还更容易遇到冷空气，而“秋台风+冷空气”是个可怕的组合，两者联手往往会激发出猛烈的降水，从而导致更大的灾害。

鼻涕眼泪流不停？速看秋季过敏那些事

有个朋友是过敏体质，天还没转凉，他的喷嚏和眼泪就提前宣告了秋天的到来。到底什么才是过敏的罪魁祸首呢？很多人认为花粉过敏只有春天会发作，其实秋季也是花粉过敏的高发季。这是因为秋天逐渐干燥的空气，助力花粉更易扩散，秋天植物致敏性也更强。

秋天开花的植物很少，为什么还会花粉过敏呢？事实上，花粉过敏的罪魁祸首并不是五彩缤纷的花，容易导致过敏的微粒通常来自树木或者杂草。在过敏多发的北方，引发秋季花粉过敏的主要来源是蒿草、藜草、葎草、豚草等杂草靠风传播的花粉，这些花粉借助风力，通过空气传播。普通人吸入后并没有任何感知，但对于过敏人群来说，此时的空气仿佛“带刺”，出门就是会呼吸的痛。

微博曾热议一个话题“过敏原可以有多离谱”，西红柿、小龙虾、油漆、尾气、项链……万物皆可过敏，甚至连空气、阳光、风都能成为过敏元凶。秋季一变天就过敏，冷风一吹喷嚏打不停，这是对冷空气过敏吗？其实，这是一种特殊的鼻炎——血管运动性鼻炎。其表现为对温度变化敏感，冷热空气刺激会引起明显的流鼻涕、打喷嚏。对太阳过敏其实属于紫外线过敏，也称为“日光性皮炎”，表现为被阳光照射的部位会出现瘙痒红肿，在阳光下暴晒的时间越长，过敏反应就会越严重。

一吹冷风，身上就起疙瘩，越抓越痒，风也能引发过敏吗？这其实是荨麻疹，俗称“风疙瘩”“风疹块”，是一种比较常见的皮肤病。荨麻疹病因非常复杂，一部分患者会在气温骤降或接触冷水之后发生，身上局部发生瘙痒性的水肿和风团。

涕泪横流是感冒还是过敏了？别再傻傻分不清。市第一人民医院内科医生指出，感冒多数是伴随有全身症状的，包括头疼、发烧等，但是过敏不会出现这样的问题。另外，感冒患者在发病一两天后，有时候会合并感染，鼻腔会出现黄脓分泌物，因此从鼻腔检查也可以区分。预防花粉过敏，最好的办法就是尽可能回避过敏原。在花粉高浓度时间里，应尽量减少外出，减少开窗，避免和室外过敏原接触。如果在室外，要做好防护，戴口罩、眼镜，回家后做一下鼻腔清洗。过敏症状严重时，一定要及时就医，在医生的指导下进行药物治疗。

中秋佳节，月饼是标配

又到一年中秋节。中秋节以月圆寄托思念故乡、思念亲人之情，成为丰富多彩、弥足珍贵的文化遗产。每逢中秋，月饼是标配。中秋吃月饼的意义不用多说，就是图个团圆。而中秋吃月饼何时成了传统，众说纷纭。在南宋吴自牧所著《梦粱录》一书中，已有“月饼”一词，但具体到对中秋赏月、吃月饼的描述，则要到明代，《西湖游览志会》中记载：“八月十五日谓之中秋，民间以月饼相遗，取团圆之义。”到了清代，关于月饼的记载就多起来了，而且制作越来越精细，南派北派苏式广式大概也就是在这期间逐渐确立了各自的制作方式。

中秋前夕，温岭大街小巷飘满的月饼香气，足以证明月饼在温岭人心中的分量。在很多人心里，吃过了月饼，才算圆满地过了中秋。以前这个时候，经过卖鱼桥那家没有招牌的月饼店，总能看到顾客排起长队。如今，这家老字号月饼店关门了，但是月饼江湖依旧是各路豪杰大混战。

早在半个月前，相信大家的微信朋友圈就开始被各种月饼刷屏了，高颜值的月饼看着还非常时尚。近些年，江浙沪一带的鲜肉月饼声名鹊起。鲜肉月饼，讲究现烤现卖，松脆的外皮包裹汁水鲜美的馅料，俘获大批粉丝。而记者独爱榨菜鲜肉月饼，这种月饼外表有点其貌不扬，大口咬下去，要掉一地渣，但很多人就认这一口。榨菜鲜肉月饼算是实打实的时令货，这种鲜肉配榨菜的贴膘食物，在最炎热的夏天，哪里吃得下去，只有等到凉风渐起，才恰到好处。每年它一出现，就意味着秋天不远了。

蛋黄酥月饼，也就是俗称的馅中馅，几乎是近年来的中秋标配，也是经典流行款。我市各大蛋糕店里都有这款月饼卖。除了蛋黄酥月饼，木糖醇月饼也很有特色，晚辈买了送长辈，口感和包装都很出人意“料”。有人说：“这是一款能打动人心的月饼，饱含感情色彩，让人吃出了满满的幸福感。”

随着现代化物流的极大发展，人们坐在家中，足不出户就能品尝到天南海北的各式月饼，咸的甜的，荤的素的，单料多料的，酥皮油皮的，苏式广式的，传统派现代派的……让人眼花缭乱，目不暇接。怪不得有人开玩笑说，一近中秋，但凡圆的、有馅的饼，甭管平时叫什么，这会儿统称“月饼”。

无论月饼口味如何变化，不变的是大家对月圆人团圆的美好向往。

白露秋分夜，一夜冷一夜

下周四，9月23日，农历八月十七，迎来秋分节气。秋分与春分一样，都是古人最早确立的节气。《春秋繁露·阴阳出入上下篇》云：“秋分者，阴阳相伴也，故昼夜均而寒暑平。”

我国古代将秋分分为三候：“一候雷始收声；二候蛰虫坯户；三候水始涸。”古人认为雷是因为阳气盛而发声，秋分后阴气开始旺盛，所以不再打雷了。第二候中的“坯”字是细土的意思，就是说由于天气变冷，蛰居的小虫开始藏入穴中，并且用细土将洞口封起来以防寒气侵入。“水始涸”是说此时降雨量开始减少，由于天气干燥，水汽蒸发快，所以湖泊与河流中的水量变少，一些沼泽及水洼处便处于干涸之中。

秋分时节，我国大部分地区已经进入凉爽的秋季，南下的冷空气与逐渐衰减的暖湿空气相遇，产生一次次的降水，气温也一次次地下降。正如人们所说的那样，到了“一场秋雨一场寒”的时候，但秋分之后的日降水量不会很大。此时，南北方的田间耕作各有不同。在我国的华北地区，有农谚说：“白露早，寒露迟，秋分种麦正当时。”谚语中表明了该地区播种冬小麦的时间。而“秋分天气白云来，处处好歌好稻栽”则反映出江南地区播种水稻的时间。此外，劳动人民将对秋分节气的禁忌也总结成谚语，如“秋分只怕雷电闪，多来米价贵如何”。

秋分节气，养生方面要起居、运动两手抓。睡眠应逐渐调整至早睡早起的状态，即晚上九十时入睡，早上六七时起床。穿衣谨遵“春捂秋冻”的古训。虽然如此，我们还是要正确理解其中的真髓，不能盲目照做。特别是体质虚弱者和老人、儿童，夜间入睡要盖好被子，以防腹部受凉诱发疾病。

地址：横湖中路161号　邮政编码：317500　广告发布登记证：温市监广发3310078号　由本报照排　温岭市邮政局发行　投递、投诉热线：86142666　打击虚假新闻举报电话：86144005　值班总编 郭文英