

周六/12月18日



多云

3~10

周日/12月19日



晴到多云

3~12

周一/12月20日



晴到多云

4~15

周二/12月21日



晴转多云

6~17

周三/12月22日



多云转阴有雨

7~15

热线 86901890



# 寒影便移长日至 梅花先趁小寒开

记者 郑灵芝 通讯员 郭素娟

入冬了吗？这是最近很多人关心的问题。不过，从严格意义上来说，温岭还处于秋季，并未真正入冬，只有当连续5天的平均气温小于或等于10℃时，才算进入了气象学上的冬季。因此，想要温岭真正入冬，可能还需耐心等待一段时日。

深秋，有另一份宁静的美。秋日的阳光暖暖的，温柔地洒在脸上，让心更加恬静。片片落叶紧跟着秋风的脚步，像一位追逐梦想的少年，飘向远方。坐在这秋日的午后，斟一杯清茶，读一卷诗书，把自己安放在文字里，让心安然。

## 强冷空气来袭，开启晴冷模式

天气预报不是说有冷空气吗？怎么还这么热，是不是报错了？最近总有人在朋友圈这么问，其实，在冷空气来临前，往往会有个短时的升温现象，通常称为“锋前增温”。

“锋前增温”是一种常见的天气现象，主要是因为在冷空气到来之前，处在冷锋前部的区域一般是被暖气团所控制，随着冷锋逼近，冷空气把原来占主导地位的暖气团迅速挤压到狭窄区域聚集增温；另外冷空气到来之前一般偏南风，也会加剧大气升温变暖。因此，某一地区在冷空气到来之前气温会出现短暂升高（时间不长，一天左右）。等到冷锋过境时和过境后，气温就会下降。

最新气象资料显示，从昨天凌晨起，一股冷空气迅速南下，一天内从内蒙古跑到江南，两天内从江南跑到南海中沙群岛。在冷空气来之前，南方各地不仅不会降温，反而会在“锋前增温”的作用下更暖，所以随之而来的降温，也会更加剧烈。

今年22号台风“雷伊”来了，不过接下来，随着副热带高压的大幅加强，“雷伊”有可能在登陆菲律宾前迅猛增强，成为超强台风。在穿过菲律宾、进入我国南海后，“雷伊”还将迎来第二次巅峰，随后在12月19日转弯向北，靠近海南和广东。不管它是否会打破纪录登陆我国，东南沿海的“冬至台风雨”和湿冷，大概率是要来了。

因为台风“雷伊”在，对南方来说，这次的降温将和以前大不一样：15日至17日，湿润的太平洋东风大举进入我国，寒潮的降温将伴随着雨水；而寒潮走后，台风“雷伊”的本体雨带也靠近我国南方，南方将从短暂的干冷，再度转为湿冷。

记者从市气象台获悉，受强冷空气影响，我市有明显降温、大风和弱降水天气。今明两日天气晴冷，早晨气温较低：2~4℃，有霜；山区-1~3℃有冰冻。本周气温起伏，后期早晨和晚间还是寒意十足，大家需注意及时添衣。

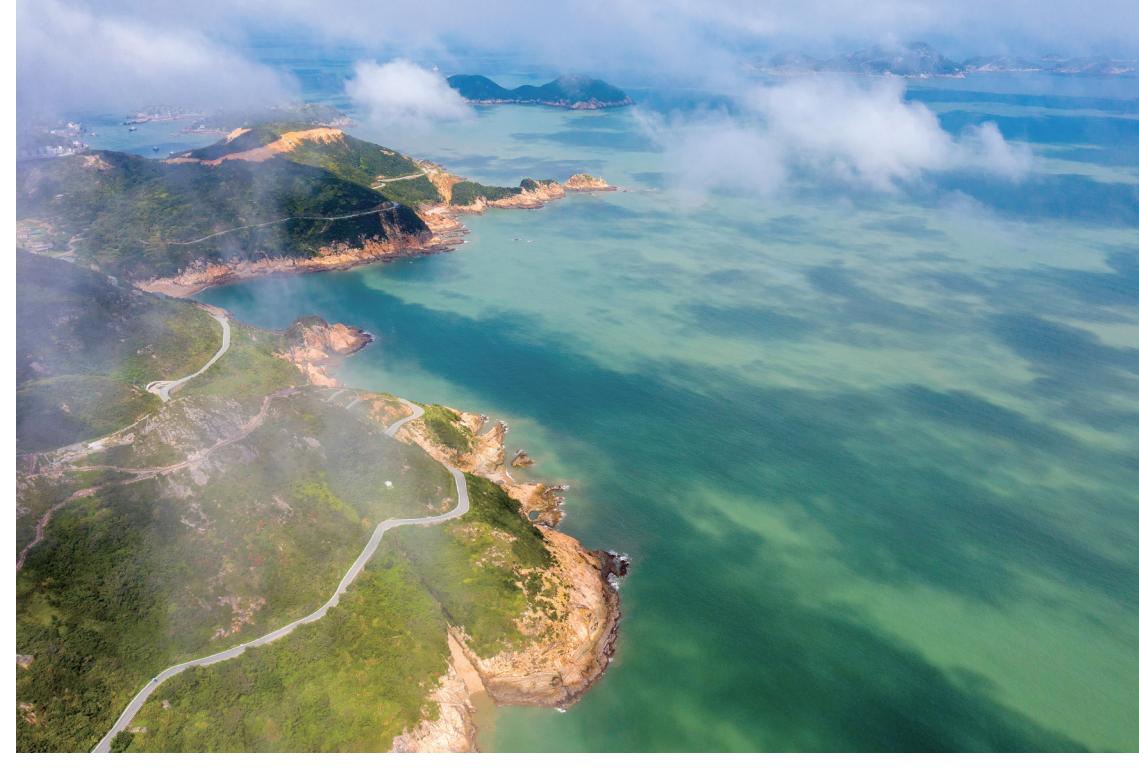
## 秋冬季节 如何预防儿童哮喘

医生，我的孩子每个月都会感冒，到底是怎么回事？医生，我的孩子哮喘好多了，最近能不能停药？医生，最近孩子咳嗽要不要做雾化？最近，儿科哮喘门诊人头攒动。

如果孩子经常有反复咳嗽、气喘、胸闷，特别是后半夜、凌晨发作咳嗽，或者平时运动后、吸入冷空气、大笑等会导致咳嗽，家长们要当心孩子是不是哮喘，特别是那些容易过敏的孩子发生哮喘的几率更大。

哮喘是慢性病，儿童得了哮喘，如果不进行积极治疗预防，会影响生长发育，在成年后导致慢阻肺，如果急性发作会危及生命。一旦确诊哮喘，对于家长来说，如何预防哮喘的发作是最重要的事。市妇保院儿科专家来给大家支招，如何预防儿童哮喘。

大部分哮喘儿童本身就是过敏体质，常见的过敏多见吸入尘螨、花粉、动物毛发、进食蛋白质等，对于这些孩子要积极寻找过敏的原因，避免接触过敏物



雾气弥漫下的石塘绿道美不胜收。 记者 徐伟杰摄

影响。雾天的污染物与空气中的水汽相结合后将变得不易扩散与沉降，这使得污染物大部分聚集在人们经常活动的高度。而且，一些有害物质与水汽结合，毒性会变得更大。因此，大雾天气下，公众应该避免或减少户外活动，以免对健康造成危害。

## 冬至强北风 注意防霜冻

12月21日，农历十一月十八，下下周二，我们将迎来冬至。冬至多在每年公历12月22日左右。早在2500多年前的春秋时代，中国就已经用土圭（最古老的计时仪器）观测太阳，测定出了冬至。

古人将冬至分为三候：一候蚯蚓结；二候麋角解；三候水泉动。传说蚯蚓是阴曲阳伸的生物，此时阳气虽已生长，但阴气仍然十分强盛，土中的蚯蚓仍然蜷缩着身体；麋与鹿同科，却阴阳不同，古人认为麋的角朝后生，所以为阴，而

冬至一阳生，麋感阴气渐退而解角；因为阳气初生，所以此时山中的泉水可以流动并且温热。

《晋书》上记载：“魏晋冬至日受万国及百僚称贺，其仪亚于正旦。”说明中国古代对冬至很重视，冬至也历来被当作一个较大节日，曾有“冬至大如年”的说法，而且有庆贺冬至的习俗。《汉书》中说：“冬至阳气起，君道长，故贺”。人们认为，过了冬至，白昼一天比一天长，阳气回升，是一个节气循环的开始，也是一个吉日，应该庆贺。

现在北方地区有冬至宰羊、吃饺子、吃馄饨的习俗，南方地区在这一天则有吃冬至团、冬至长线面的习惯。温岭在冬至这一天有祭祖的习俗。

对于温岭人来说，没有吃冬至圆就不算过冬至。现在，菜场有的卖，甚至微信上也可以预订，自家做圆的越来越少。其实有空的话，体验一下做圆，也别有一番趣味。温岭的冬至圆最特别的是大小不一。同样是糯米粉制成，常见的圆如桃子般大小，甜圆中间包着红糖豆沙粉，而咸圆里有猪肉、豆腐干、冬笋、川豆、红萝卜、白萝卜等切成的细丁。最小的冬至圆在石塘，小如黄豆，实心，焯熟之后和猪油一起爆炒，可甜可咸，吃起来别有一番风味。

冬至日太阳高度最低，日照时间最短，地面吸收的热量比散失的热量多。冬至后便开始数九，每九天为一个九。到三九前后，地面积蓄的热量最少，天气也最冷，所以说“冷在三九，而三九已在农历一月、二月，中国大部分地区已入春，因此有‘九九艳阳天’的说法。

“北风那个吹，雪花那个飘，雪花那个飘飘来到……”这是歌剧《白毛女》的开篇唱词，在东北一旦提到北风就会与“寒风刺骨”联系在一起。从严格意义上来说，这句俗语所表达的内涵，就是北方农民判断天气时候的经验之谈。冬至的时候如果刮起了风力特别强的北风，那么这个冬季就会寒冷彻骨，农民就要提前做好预防庄稼霜冻的准备了。其实农民积累下来的农业生产经验是智慧的结晶，对于农业发展具有非常重要的预判作用。

# 不恐慌 不信谣 不传谣

及时关注【温岭发布】【掌上温岭APP】的疫情信息

