



核心提示

7月7日,长沙遭遇今年的首个“桑拿天”,创下了长沙最迟高温日纪录。气象专家表示,此次天气不会“一热到底”,7月10日开始,受冷暖空气影响,湘西北有降水发生。同时,专家预计今年我省7月下旬至8月份气温将偏高,并且高温日较往年要偏多,最高气温将近40℃至41℃。

# “桑拿天”终于来了,今起“高烤”

## 今明长沙破35℃,今年为何热得晚?气象专家为你解读异常“三问”

本报7月7日讯 阳光并不是特别刺眼,户外紫外线也并非很强,为何热得让人难受?今日中午,不少长沙市民说,整个城市像被盖上了透明的盖子,有些喘不过气。气象部门表示,随着雨水的减少,本周我省将迎来今年夏天的首波高温,明后两天湘中及南部地区最高温会突破35℃,其他地区也将伺机超越“高温线”。

### 长沙遇今年首个“桑拿天”

7月7日,气象部门的监测数据显示,虽然当天最高温只有33.6℃,但是相比一天前上升了5℃多。

长沙市气象台工作人员对三湘都市报记者解释,7日的长沙天气属于标准的“桑拿天”,之所以感觉闷,那是因为高温天遇上较大的相对湿度。今天上午11:00的时候,市区的相对湿度已经达到了75%,而这个时候温度又在30℃以上,此时汗液不容易蒸发从而带走身体的热量,因此大家会感觉闷热无比。“我们说的‘桑拿天’就是指这种湿热型高温天气,通常这种天气受到副热带高压控制的时候多一些。”

### 本周超35℃几无悬念

鉴于本周我省天气以晴好为主,气温将持续上升,气象部门7日上午发布了今年以来第一个高温警报。省气象台表示,虽然出现大范围35℃以上高温的可能性不大,但明后两天包括长沙在内的湘中及南部地区,局部气温突破35℃几无悬念。

那么天气是否就此“一热到底”了呢?气象专家表示,这不是典型的夏季高温,热力不会持续太久,主要是因为天气晴好,同时地面吹起有利于增温的东南风。温度突然上升也是冷空气要来时的一个先兆。7月10日开始,受冷暖空气的共同影响,湘西北有降水发生,其他局部有阵雨和雷阵雨,将对气温回升有所抑制。

不过,对于今夏湖南高温发展,省气象台首席预报员周慧认为,按季节进程来看,七八月份已经是湖南最热的时候,预计今年湖南7月下旬至8月份气温偏高,高温日数较常年偏多,强度较强,最高气温将近40℃至41℃,因此要珍惜现在的凉爽天。

### 长沙创最迟高温日纪录

与往年7月的酷热难耐不同,今年7月大部分时间都很凉爽,炎热的夏天似乎“一觉不醒”。相关专家表示,长沙每年首个高温日一般出现在5月和6月。但是,今年整个6月和7月上旬,全市日最高气温基本徘徊在28℃至33℃。“由于冷空气频繁,加上多雨,这样的气温比较特别。”今年可能会是长沙有气象记录以来高温日来得最迟的一年。

中国气象局日前发布今年上半年高温排行榜,结果显示,长沙仅经历了6月1日这一个高温天,但是当天全市只有一个站点的最高温度突破35℃的高温线,因此并不能代表全市的实时气温。

历史上长沙6月高温日缺席的记录很少见。据气象资料显示,长沙6月常常出现高温,2012年第一个高温日出现在6月20日,最高气温35.5℃;2013年第一个高温日出现在6月13日,最高气温为35.3℃;最迟的一次高温日记录出现在1981年,当年的7月2日,长沙才首次出现了35.2℃的高温天。

■记者 刘璋景 实习生 裴阳



7月7日中午,长沙市黄兴路步行街前,烈日当空,一名男子坐在遮阳伞下玩手机。当天,全国迎来了农历二十四节气的“小暑”,这标志着盛夏时节正式登场,高温、高热、高湿的天气开始袭来。

记者 李健摄

### 天气三问

#### 气温不高 为啥容易出汗?

“这几天,长沙的最高气温不到34℃,为什么感觉比平时闷,稍一活动就大汗淋漓?”不少市民疑惑。

气象专家解释说,这是由于近地面受热,使底层空气温度迅速升高,密度下降,使空气变轻具有上浮力。而高层的空气温度低,密度相对较小,所以下沉。这样空气的对流使得上空具有较大风速的空气把动能携带下来,造成近地面偏南风增大。而到傍晚以后,底层空气上浮力再次减弱,热量对流减小,没有动量下传,风力更小,使得人体不易散热,感觉就像是闷在锅里面一样难受。

#### 入夏了 为什么还天天大雾?

从6月29日开始,包括长沙在内的许多城市大雾弥漫,而此前的一个星期,长沙市区也出现了三到四个大雾天,秋冬季节多出现的雾,为什么在近期频发?

“受地理环境的影响,

湖南一年四季都有雾,只不过相对来说夏天出现大雾的几率要少一些。”气象专家表示,由于持续阴雨,空气湿度指数较高,空气中水汽充足,加之气压场弱、风力弱等因素“完美配合”,非常利于雾的生成。

此外,近期的雾也有霾的成分。因为,当前气候风速小、湿度大,不利于污染物的扩散。

#### 近期为何总是“东边日出西边雨”?

近期,每到下雨网络上就炸开了锅。不少网友反映,外面正在下大雨,而临街的其他人却在晒太阳。一座城市为什么会呈现这样不同的天气景象?

气象专家指出,这样的天气在我省的夏天比较普遍,俗称“牛背雨”现象,特别是在城区容易发生。“牛背雨”其实就是阵雨,成因主要是大气中热量分布不均匀,冷热空气上下翻腾造成的强对流天气。处暑节气后,午后雷阵雨的显著特征是对流云团发展旺盛,生命过程短,影响范围小,故出现有些地方有强降水,而有的地方却降雨不明显。

### “三最”时段

#### 9时至12时空气最好

一年当中,湖南最炎热的一段时间即将来临。气象部门总结出长沙一天里最凉快、最炎热、空气质量最好的三个时段,给出行的人们提个醒。

以7月7日为例,一天当中,最凉快的时候出现在凌晨1时至5时,最高气温在22℃左右。13时至16时,体感温度达到31℃至38℃,感觉最热。9时至12时,风力达到一天中最大,空气流通相对较好,这段时间空气质量最好。这种现象会一直持续到整个夏天的结束。

最近,我省的天气复杂多变,降雨、雾霾、雷电、高温交替发生。气象专家提醒市民,应尽量避开午后高温及早晨大雾时段的户外活动,对老、弱、病、幼人群提供防暑降温指导;有关部门应注意防范因用电量过高,电线、变压器等电力设备负载大引发火灾;户外或者高温条件下的作业人员应当采取必要的防护措施。

### 天气分析

#### 小暑“小热” 盛夏“登场”

接下来将一天比一天热

7月7日,小暑,这一天阳光热烈,夏天显得有点迫不及待了。湿哒哒凉习习的雨季基本结束了,接下来,晴朗炎热的日子马上要开始了。本周我们要面临的是“小热”的小暑,天气会一天比一天热。

暑,表示炎热的意思,小暑为小热,还不十分热。意指天气开始炎热,但还没到最热。天气预报说,本周湖南气温虽然将逐渐回升,但出现大范围35摄氏度以上高温的可能性不大,仅湘南局部可达35摄氏度左右。因此,气温虽然会往上升,不如雨季时那般清凉,但也还没有盛夏时那样酷热,一时还不会热得受不了。

小暑标志盛夏时节正式登场,距离一年中最热的时期越来越接近。气象专家提醒公众,夏季天热出汗较多,胃口不佳时,汤粥类食品十分适合食用,经常喝些绿豆汤、百合粥、莲子汤等,既能防暑清热,又能解毒开胃。

■记者 周月桂 通讯员 孙姣

### 延伸

#### 北方极端高温 提前“驾到”

今年5月北方地区高温频频,多地提前进入“烧烤”模式。

5月26日起,华北、黄淮等地出现大范围高温天气,北京、天津、河北中南部、山东、河南、安徽中北部等地连续两天以上出现超过35摄氏度高温天气。多个省会城市气温创下今年以来新高。各地“烧烤模式”陆续已经开启,不少网民调侃:“我与烤肉之间只差一撮孜然”。

5月29日白天最高气温,北京南郊气象台41.1摄氏度、天津40.5摄氏度、石家庄40.9摄氏度,均突破1951年以来5月份最高气温极值。华北、黄淮等地超过35摄氏度高温面积约37万平方公里。

据中央气象局公共气象服务中心介绍,按往年记录,地处华北黄淮地区的济南,高温预警多集中出现于6月,今年提前至5月的情况在过去7年中相当少见,上次出现还是在2007年。

**长沙博大泌尿专科医院**  
CHANG SHA BO DA UROLOGY SPECIALIST HOSPITAL  
专注男性健康

**解决男性障碍 促进夫妻恩爱**

健康热线:0731-88778877 看男科 到博大 院址:长沙市韶山路288号 官网:www.boda0731.com