

# 今日霜降 有冷空气

## 近3天,最高气温在20℃以下,最低气温仅8℃

根据国家天文台出版的《中国天文年历》,今天2时30分正式进入今年秋季最后一个节气霜降。根据江苏省气象部门预计,进入霜降后,连续的晴好天气将出现转折,雨水和降温带来深秋的寒冷。这个节气过后,我们也将逐渐走向初冬。



芦白霜降 资料图片

### 霜降·天气

## 晴好天气被雨水、大风取代

今天进入二十四节气的霜降。受冷空气影响,从昨夜起,江苏自北向南出现降雨、降温。舒适温暖的天气将被雨水、低温和大风取代。

俗话说,“一场秋雨一场寒。”受到降雨影响,今天江苏的最高气温将降到20℃以下。其中,江苏中北部地区最高气温14℃,苏南最高气温17℃左右。明天,雨水散去,苏北最低气温将降至个位数。

后天,雨虽然不下了,但日照还不充足,同时伴随着大风,早晨最低气温只有8℃左右。白天,随着冷空气的逐渐南下,沿江、苏南,气温将会逐步回升。

据气象部门统计,南京霜降的平均气温为14.2℃,比寒露节气的平均气温低3℃左右。

平均最低气温在9℃~10℃,1926年10月31日出现过-0.4℃的最低气温。

虽然已经进入了霜降节气,但据气象部门预测,本周内,南京的气温还没有达到霜降的要求。

在气象学上,霜是地面的水汽遇冷凝结成的。根据南京气象资料统计,当低温达到5℃以下,在一定的天气条件下,即可出现霜。而未来3~5天,南京的最低气温在8℃以上,还达不到霜降的条件。

此外,根据统计,南京的初霜日,解放以来最早出现在1960年10月19日,当日的最低气温为4.7℃。但是,多年的平均初霜日在10月底至11月上旬,大体上与霜降节气时段相吻合。

### 霜降·健康

## 要护“胃”防“咳”

按中医理论,霜降期间脾胃功能处于旺盛时期,再加上胃肠道对寒冷的刺激非常敏感,如果防护不当,很容易导致胃病的发生。专家提示说,防止胃病发生,要特别注意日常起居中的保养。如要保持情绪稳定,要注意劳逸结合,要适当进行体育锻炼,要注意添衣防寒保暖。

专家还提示说,霜降前后是易犯咳嗽的季节,也是慢性支气管炎易复发或加重的时期。因此,应多吃生津润燥、消食止渴、清热化痰、固肾润肺功效的食物,如梨、苹果、萝卜等。

### 霜降·养生

## 预防“秋燥”伤人

霜降时节,冷空气活动开始频繁,随着大风天气的不断光临,温度迅速下降,气候日趋干燥,天气逐渐向冬季转变。专家表示,市民在注意保暖的同时,更要注意防止“秋燥”伤人。

专家提醒说,霜降时节,市民要常喝蜂蜜水盐水少食辣。此外,许多新鲜水果已大量上市,如梨、柿子、柑橘、石榴、葡萄、大枣、香蕉等,这些水果富含人体所需的多种营养物质,具有滋阴润肺、润燥生津的功效,是预防“秋燥”的最佳辅助食品,可尽量多食。除水果外,还可多食胡萝卜、冬瓜、藕、银耳等食品以及豆类及豆制品,还有食用菌类、海带、紫菜等,可养阴润燥。

### 霜降·饮食

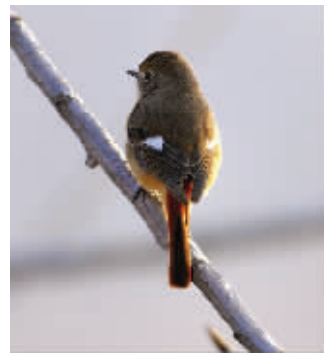
## 好吃不过柿子

柿子:进入10月中下旬,火红的柿子熟了。南京人有在霜降吃柿子的习俗。许多人认为,柿子不但御寒保暖,还能补筋骨,是非常不错的霜降食品。

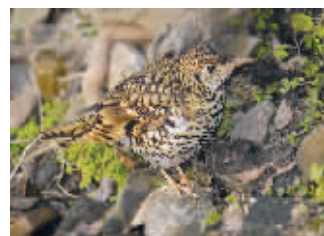
栗子:10月前后,新鲜的栗子也上市了。栗子有养胃健脾、补肾强筋、活血止血、止咳化痰的功效,也是这时的进补佳品。

青菜:随着气温进一步下降,出现初霜后,青菜将变得更美味。因为经霜后的青菜为了抵抗寒冷,会将淀粉类的物质转化成糖类,所以感觉特别好吃。

快报记者 孙羽霖  
新华社记者 周润健



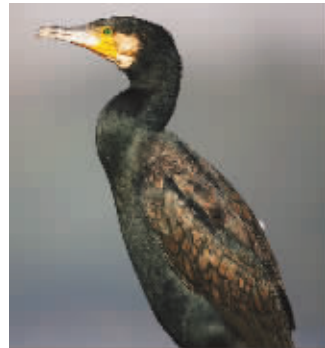
北红尾鹩



虎斑地鸫



灰背鸫



鸬鹚(图片由江苏野鸟会论坛提供)

## 迁徙开始了 冬候鸟先头部队抵达南京

进入10月下旬,南京上空的鸟儿们也将“改头换面”。南京的鸟友们发现,夏候鸟大部分已经南下,剩余部队也在江北整装待飞。而鸬鹚、虎斑地鸫、灰背鸫、北红尾鹩等这些冬候鸟先头部队已经抵达南京。接下来大雁、鸳鸯、天鹅等都将飞来,到12月中旬会基本安定下来。

### “信号鸟”到南京

“北红尾鹩来南京了!”在江苏野鸟会的网络论坛上,鸟友“金陵老夏”发布的信息让论坛里的观鸟爱好者欣喜不已,它的到来预示着今年冬候鸟迁徙开始了。

观鸟爱好者“雄鹰”告诉记者,每年10月中旬,北红尾鹩都会迁徙到南京,它经常是冬候鸟的先头部队。记者了解到,国际候鸟迁飞的8条国际通道,有3条经过中国,而其中两条是经过江苏的,一条是澳大利亚—西伯利亚,一条是江苏—日本,因此南京也是候鸟迁飞的一个重要中转站。江苏野鸟会曾经做过为期一年的南京鸟类调查,调查发现,在南京,冬季能观看到的候鸟品种有一百多种,这些候鸟主要来自东北,最远的来自西伯利亚等地。

在江苏野鸟会的论坛,鸟友们已经开始记录冬候鸟。

国庆节开始,他们就陆续发现鸬鹚、虎斑地鸫、灰背鸫在南京现身。市民可去玄武湖公园等地寻找

它们的踪迹。

### 期待“大牌明星”

观鸟爱好者们发现,今年候鸟到达南京的时间提前了10天左右。“雄鹰”告诉记者,这是正常现象。今年北方冷空气来得早,鸟儿们对气温特别敏感,它们感觉到变化后就调整作息,踏上了旅途。

不过目前大雁还没有飞抵南京。观鸟爱好者们估计也就在最近一周了,雁鸭类的大型鸟数量会不断增加,其中常见的有绿头鸭和斑嘴鸭。到12月份,鸳鸯们也会抵达玄武湖。

那么,今年一些“大牌明星”会不会再次降临南京?

2007年,专家们在江北一片保存相对完整的芦苇荡,找到了全球濒危的震旦鸬鹚,足足100只。2008年,观鸟爱好者再次在江北记录到10只震旦鸬鹚。但之后的两年,再也没有听说过发现震旦鸬鹚的消息。

2010年,黑脸琵鹭全球联动普查,曾经3次在南京出现过的“黑皮”并没有如约而至,让鸟友们失望而归。

今年能否再次发现黑脸琵鹭和震旦鸬鹚这两种“超级明星”,也是观鸟爱好者们在今年冬天需要揭开的谜底。“雄鹰”说,除了“超级明星”外,他还期待着小天鹅、白琵鹭、针尾鸭等“大腕级”的鸟种的到来。快报记者 安莹

## 深夜,新门口飘“小雪”? 原来是来源不明的颗粒状粉尘

最近几天,家住鼓楼区新门口附近的市民发现,空中经常会飘下大量颗粒状的粉尘,有时还伴着刺鼻的气味。因附近没有化工厂,有人猜测是农田烧秸秆造成的,也有人认为是露天烧烤店的烟尘所致。

前天夜里11点多,鼓楼区新门口附近,一股刺鼻的气味突然在空气中蔓延。紧接着,有细心市民发现天上飘下来很多“雪花”,再仔细一看,是一些灰白色粉尘。“附近没有什么化工厂,怎么会出现这种粉尘?”

新门口一家娱乐会所旁,一位正在路边做生意的小伙称,他也看到有大量粉尘飘落,但没闻到刺鼻的气味。前几天也出现过这种情况,尤其是10月20日那天,从下午5点一直飘到夜里11点。一家饭店的老板凑过来讲,刚才有两位顾客

走进店时,灯光一照,他们才发现身上落满了灰白色的粉尘,两人都成了“白头翁”。

顺着路边看过去,每辆车上都多多少少落了些灰尘。一位车主表示,起初自己并没有注意,以为是过往车辆多,扬尘把车弄脏,但用手一捻,又感觉不是那种普通的灰尘。“会不会是农民在烧秸秆,飘过来的秸秆灰?”市民张先生认为如果烧秸秆造成污染,不应该只出现在这么小的范围内,他指着不远处的夜市称,很可能是那些烧烤摊位上飘过来的烟尘。

昨天下午,记者从12369环保举报热线工作人员那里了解到,前天也有市民举报这一现象,目前鼓楼区环保局已介入调查。

(陈先生线索费50元)  
见习记者 付瑞利



系列报道④

## 扎堆抢烧易引起“烟锁石城” “雨前一把火”让人担心

快报讯(通讯员 徐小怙 邵艺 记者 安莹)记者从南京市环保部门获悉,昨天和前天,南京的空气质量虽为良好,但由于处于冷空气降临前夕,大气扩散条件并不理想。如果此时农民大规模集中焚烧秸秆,很容易造成“烟锁石城”。

根据气象部门预报,南京今天有雨。环保专家告诉记者,目前南京南部的江宁、溧水、高淳地区已经开始大面积收割水稻。

为了避免秸秆被雨水淋湿不好处理,很多农民都会扎堆选在雨前抢烧。但冷空气到来之前,通常都是无风、低压的大气环境,一旦发生大规模焚烧,这些伴随着热浪升腾的灰尘,将盘踞在城市上空,很难散去。

为了及时掐灭这“雨前的一把火”,上周末,南京市环保局的督察人员可谓一时也没闲着,从早9点到晚9点马不停蹄地对6个涉农郊县的秸秆禁烧工作进行

督察,一旦发现焚烧火点,立即上前劝阻并实施扑灭。

### ■ 焚烧火点

10月21日:浦口区江浦街道四组村(1处),六合区马鞍镇汤营村(1处),栖霞区八卦洲街道(1处)、八卦洲街道江东村(1处)。10月22日:浦口区星甸镇(1处),六合区雄州街道西陈村(1处),溧水区和凤镇乌飞塘村(1处)。