



冷空气发力，最低7℃
才宣布入秋
就要体验“一夜入冬”

快报讯(记者 徐岑)长假后的第一个工作日，太阳似乎也乏了，天空有些阴沉。10月8日夜起至9日，江苏迎来一场小雨，这场雨也正式拉开了秋寒的序幕。江苏气象预报，10月9日到11日，源源不断的冷空气向江苏发起攻击，气温一降再降，全省将出现6到8℃左右的降温。淮北地区最低气温将暴跌至个位数。秋意渐浓，秋裤也可以准备起来了。

10月8日，南京市气象台发布消息，根据监测，2018年，南京于9月25日入秋。正式入秋后，夏季彻底结束。南京气象表示，今年入秋时间正常，夏天持续了121天。回顾整个夏季，今年比往年要热些，35℃以上的高温日，南京各区有19到29天，比常年偏多5到10天。不过，虽然热得持久，但没有热得极端。今年夏季极端高温为37.7℃，出现在高淳。南京市区最高气温为37.2℃。与常年动辄40℃+的极端高温比，还是比较温和的。

而随着国庆假期的结束，冷空气和暖湿气流的拉锯战也进入新的阶段。10月8日进入“寒露”节气，天气由凉爽转为寒冷。冷空气转守为攻，发起全面攻击，而暖空气退避三舍，节节败退，江苏全省基本全部纳入秋的版图。

江苏气象预报，10月9日到11日，冷空气发力，而且不止一波，是不断有冷空气补充南下。全省将出现6到8℃左右的降温幅度，并伴有4到5级的偏北大风。以南京为例，10月8日最高气温25℃左右，10月10日就只有19到20℃了。最低气温也明显下降，将由这两天的19℃跌到12℃左右。

最冷的还是淮北地区，11日，沿淮和淮北地区最低气温仅有7℃左右。这温度已经可以感受到冬天的寒冷了，北部地区的小伙伴们很可能有“一夜入冬”的感觉。秋裤也可以准备起来了。

俗话说：“白露身不露，寒露脚不露。”小伙伴们要及时添衣，注意保暖才能不感冒哦！

南京三日天气

今天 阴有小雨并渐止转阴到多云，西北风4到5级，18~24℃
明天 多云，偏北风4级左右，13~20℃
后天 晴，11~20℃

南京的初秋 最美好？

桂花一开，整座城都变甜了



桂花糖芋苗



桂花糕



桂花饼



桂花飘香

这段时间的南京，变得又香又甜。东郊灵谷景区、明孝陵景区、玄武湖……街头巷尾，桂花香溢满城。走在幽静的小路上，闻着香甜的桂花，伴着凉爽秋风，南京宣告进入一年中最美好最浪漫的时节。

现代快报/ZAKER南京记者 余乐/文 赵杰/摄

多个品种陆续进入开花期

眼下，灵谷景区内的万株桂园正吐露芬芳。

花情预报员桑容兰告诉现代快报记者，现在气温逐渐走低，早晚温差加大，空气湿润，有利的气候条件，会使处于萌发状态的花蕾迅速膨大，桂花开花将随之加快，“景区多个品种的桂花已陆续进入开花期。”

中科院紫金山天文台的桂花也开了。那里有几株桂树很高大，估计是海拔较高、气候相对市区较冷，所以这里的桂花开得很早，地上也铺了一层，看着金灿灿的。

桑容兰说，这几天东郊将有一大波金桂、银桂、丹桂，包括桂花王及桂花隧道逐渐进入观花期，明孝陵、石象路、红楼艺文苑、音乐台等地将迎来金秋最佳赏花期。此外，今年桂花开得相对集中，各种花型花色都能同时观赏。

与桂花相关的美食上线

南京与桂花相关的美食很多，比如桂花元宵、桂花糖芋苗、桂花红茶等。

在中山陵茶厂，第一波桂花红茶已经出炉了。金黄的桂花铺在一层红茶上，看起来就很诱人。茶厂一名工作人员告诉记者，这是这两天新打的桂花，用来制作桂花红茶，“红茶本身就有清香，再加上桂花的香甜之气，喝起来沁人心脾。”这名工作人员说，目前桂花红茶产量不多，价格在四两600元。

“去年打桂花是10月11日，今年从10月8日就开始了。”南京老太叠元宵店主的爱人王顺英告诉记者，他们每年都去江浦的一处苗圃打桂花，“拿回家后，装在干净的簸箕里，细细慢慢地筛，把桂花里的杂质都清除出去。”王顺英说，之后再清洗、晒干、封存，叠元宵时，将桂花拿出来进行加工，然后才能入馅。

南京的初秋 最难熬？

过敏一来，整个人都不好了

秋风一吹，南京城满目金黄，天气也凉爽起来，看起来，这是南京最舒服最美好的季节。然而，对于有的人来说，这却是最难熬的时节，和醉美秋景一起来的还有过敏。咳嗽、流鼻涕、眼睛痒，不少过敏体质的人已经被这些问题折磨得受不了，“真是拿秋天一点办法也没有。”

现代快报/ZAKER南京记者 蔡梦莹

●●●网友吐槽

秋天你来就来，别把过敏带来

现代快报记者从南京各大医院了解到，最近呼吸科门诊很忙碌，看似舒适的初秋季，确实让许多人不好受。

“真切切感受到了秋天，因为皮肤开始过敏了”“讨厌秋天！又过敏了”“季节性支气管炎、荨麻疹，这个秋天是想弄死我吧”“全脸过敏，真的是拿秋天一点办法都没有”……很多有过敏症状的人忍不住吐槽。

“上午专家门诊，一半的慢性咳嗽，一半的肺结节病人，一直在询问病史和解释病情。”前天，南京胸科医院呼吸科副主任医师孙思庆发了一个朋友圈。他告诉记者，从门诊来看，慢性咳嗽的患者70%都和过敏有关。秋季是过敏高发的季节，像过敏性鼻炎、哮喘等容易发生或复发。孙思庆解释，花粉和尘螨都是导致哮喘等过敏性疾病发生的常见过敏原，而秋季多风，利于花粉传播，且气温利于尘螨等繁殖。

东部战区空军医院眼科博士徐晓红告诉

记者，还有不少人会出现眼睛发红、发痒的情况，这可能是秋季高发的眼病——过敏性结膜炎。徐晓红提醒有家族过敏史、过敏性体质的市民，在季节交替的时候，避免与过敏原接触。

●●●医生支招

远离过敏原，注意居室清洁

南京胸科医院呼吸科副主任医师孙思庆表示，对于过敏患者来说，最重要的就是避免接触过敏原，避免食用可引起过敏的食物。比如，在秋季疾病高发期尽量少去人多拥挤且通风较差的地方；注意居室卫生清洁，定时通风，定期清洗、晾晒被褥等。

南京中医药大学国医堂皮肤科主任张世中告诉记者，近期30%到40%的病人都是因为过敏来问诊。相比于春季，秋季更加干燥，对于过敏人群并不友好。一部分患者是因换季护肤不当引起的过敏，还有一部分是吃海鲜、螃蟹导致的食入性过敏。此外，张世中提醒爱美的姑娘，换季时节，不要盲目去美容，过度清洁会削弱皮肤的角质层，也容易引发过敏。

