

# 周三起明显降温 本周有望入秋

## 近期气温起伏较大 及时增减衣物以防感冒

今天是长假后首个工作日,最新预报显示,申城天气仍然不错,以多云为主,气温继续回升,预计最高可达29℃;明天气温则有可能达到30℃。不过,随着北方冷空气南下,周三起申城将开启降雨降温模式,而这波冷空气有望将申城带入气象意义上的秋天。

青年报记者 刘春霞



昨天是寒露,但户外体感较热。

青年报记者 吴恺 摄

国庆长假最后三天,申城天气总体不错,昨天是长假最后一天,外出旅游或探亲的市民纷纷返程,而申城天气也非常“给力”,整个白天都是阳光明媚。气温方面,昨天早晨全市最低气温多在18-19℃上下,其中徐家汇站为20.4℃,崇明17.2℃为最低;由于天气晴好,白天气温一路回升,徐家汇最高气温达到了27.5℃,走在户外略感小热。

今天是节后首个工作日,申城天气仍然不错。气象部门表示,今天和明天白天,本市仍然以多云天气为主,气温继续回升,预计最低气温在21-23℃左右,而最高气温将达到29-30℃上下,中午时分热意会比较明显。

昨天我国已进入“寒露”节气,这是二十四节气中最先出现“寒”字的一个节气,表明了这一节气与气温降低程度的关系。民间有谚语说:“寒露热南风,快防寒露风”、“白露有雨,寒露有风,雨大风大,雨小风小”、“白露身不露,寒露脚不露”、“寒露不算冷,霜降变了天”等,多表征了气温的下降和冷空气影响的关系。

气象资料显示,“寒露”节气上海常年平均气温在19.8℃,平均降水量为28.1毫米(徐家汇站为代表,以10月8日至10月22日计)。与“白露”和“秋分”时节相比,气温降幅更大,雨水进一步减少。

而随着进入“寒露”节气,上海气象入秋也已提上了“日程”。根据上

海气象入秋标准,立秋以后出现连续5日日平均气温<22℃,为气象意义上入秋,其首日为秋季第一天。上海常年平均入秋时间为10月2日,过去两年(2016年、2015年)的入秋时间均为10月8日。

最新预报显示,明天夜间起,受冷空气南下影响,本市将迎来一次降温、降雨天气过程。其中,周三~周四有阵雨,气温也明显下降,预计周四最高气温仅20℃;周末还有一次降雨过程,周五~周六的最低气温将降至17~18℃。这样的气温,意味着申城有望在本周进入气象意义上的秋天。气象部门提醒市民,近期气温起伏较大,市民要注意及时增减衣物,提防感冒。

### ■你可能感兴趣的

## 漕河泾科创嘉年华 将于本月举行

本报讯 记者 郭颖 2017漕河泾科创嘉年华将于10月23日-27日在上海漕河泾新技术开发区举行。本届嘉年华活动以“元科技?创未来”为主题,活动中将公布漕河泾科技创新指数,展示一批新科技项目,涉及30多个国家和地区,81家世界500强企业投资136个项目。

据悉,上海创新创业环境的营造,始终聚焦国家战略、围绕产业布局新方向,从位于市中心的漕河泾,到杨浦、嘉定、张江、紫竹、临港,“热带雨林”式的创新生态系统正在这六大科创中心功能承载区加速形成。

目前,漕河泾开发区已拥有“1+9+3”的园区规模,开发区内企业逾3000家,为了更好地集聚资源、联动资本、挖掘潜力,漕河泾开发区将着力科创、转型、管理三大方向攻坚克难。

在本次漕河泾科创嘉年华期间,漕河泾开发区将举办多场活动,包括开发区对话500强、商业的原力、亚洲企业孵化器年会、国际企业孵化器培训、500强企业需求发布会、2017国际停车场产业论坛、2017创智人才面试洽谈会等近30场主题活动,全程活动场次超过60场。

## 吃燕麦、苹果、番茄 并不能打通血管

本报讯 记者 顾金华 最近,一则题为《血管堵了怎么办?吃这三类食物保证血管畅通》的帖子在网上热传,帖子中所指三类食物包括杂粮、富含叶酸的食物以及新鲜蔬菜。但是专家指出,一旦血管堵了以后,吃这三类食物保证血管畅通,完全是夸大其词。

“这类帖子通常在老年人中传播得非常快,一方面是因为老年人患心脑血管疾病的比率较高,另一方面是通过吃燕麦、黑豆、菠菜、苹果、番茄、洋葱之类的食物就能打通血管,既方便又实惠,何不试一试。”上海远大心胸医院成人心脏中心主任肖亦敏分析说,燕麦、黑豆这类杂粮中含有丰富的膳食纤维,菠菜、苹果这类食物富含叶酸,番茄、洋葱则有很好的抗氧化作用,“这些都是‘好东西’,但是血管堵了以后,吃这三类食物保证血管畅通,就夸大其作用了。”

肖亦敏主任指出,血管堵塞分为急性堵塞和慢性闭塞。急性堵塞就是血管被血栓堵住,医生需要通过手术取出血栓,植入支架,解决血管狭窄的问题,这样才能防止血栓进一步堵塞。“植入支架后,也不等于患者就可以高枕无忧了,由于发展到冠心病的病人身体仍然存在多种危险因素,所以术后还要服用一些药物,比如抗凝血药物。不吃这些药,而去吃燕麦、黑豆什么的,是达不到效果的。”而至于慢性闭塞,靠多吃燕麦之类的食物也很难打通血管。

那么血管堵了究竟怎么办?专家指出,不管是急性堵塞还是慢性堵塞,都要尽快到医院接受正规治疗,不要听信此类帖子所言通过食疗的方式企图打通血管,以免耽误治疗。

### [相关] 月亮“吞食”恒星毕宿五奇趣天象明日上演

天文专家介绍,10日凌晨,天宇将发生月亮遮掩恒星“毕宿五”的奇趣天象。如果天色晴好,我国大部分地区都可目睹到月亮慢慢“吞食”毕宿五的全过程。借助双筒望远镜观察,效果会更理想。

当月球经过一颗恒星或行星前面时,常常将其遮掩起来,这种现象称为“月掩星”。月掩星比较常见,但月亮掩盖亮度在1等以上的明星,

却比较罕见。

天文资料显示,毕宿五是金牛座里一颗橘红色的星,是全天第13颗亮星,亮度0.9等左右。

中国天文学会会员、天津市天文学会理事史志成介绍说,这次月掩毕宿五算是今年我国观测条件比较好的一次月掩恒星天象。本次月掩毕宿五将发生在北京时间10日1时至2时30分左右,不同地点观测到掩始

和掩终的时间会有所不同,这是因为月亮是从西向东绕地球运行的,因此,月掩星的天象是从西向东逐次发生的。对于全国来说,除了东南沿海地区以外,其他地区都可以观看到掩星的全过程。

“由于掩星发生在满月之后的第4天,我们会看到毕宿五是从月亮的亮面‘进’,暗面‘出’,其中‘出’的时刻比较精彩。”史志成说。 据新华社电

## 东滩鸟类保护基地今起暂停开放

青年报记者 刘晶晶

本报讯 因要对场馆设施进行全面维护和保养,从今天起,崇明东滩鸟类科普教育基地将暂停对公众开放,何时重开暂未确定。

为了更好地展现“后世博”效应所带来的积极影响,为崇明生态岛建设提供公益性的功能性设施,进一步提升上海崇明东滩鸟类国家级自然保护区国家级科普教育基地的各项公众教育功能,使国内外参观者更好地了解崇明东滩的生物多样性,增强崇明东滩河口湿地保护价值的对外展示力度,2010年,崇明县人民政府

和上海市绿化和市容管理局共同建设崇明东滩鸟类科普教育基地。

崇明东滩鸟类科普教育基地位于保护区实验区内,建立在自然滩涂中,主要包括“一线四馆”(四个主题展馆和联络通道)和互花米草生态治理展示区,占地100公顷左右,建筑总面积约3600平方米,木栈桥长约1000米,是保护区目前向公众免费开放的综合性科普教育展示平台,承担着自然保护区科普教育、环境教育研究,向公众普及湿地保护、自然保护区、迁徙鸟类及其栖息地保护等相关科学知识的重要任务,并为高校、中小学素质教育、志愿者活动、企业社会责任拓

展等提供公共服务平台。

东滩鸟类保护区方面表示,在今年的设施设备例行维护中,发现部分木栈道面板由于历经反复踩踏,出现大面积的不同程度腐蚀、破损等情况,局部地区还有松动等情况发生。经第三方机构检测并建议,需要对木栈道基础和面板进行系统加固维护,同时还要对四个展馆进行基础维护和保养。

据悉,基地建立至今,已迎来近90万人次的市民游客参观访问,保护区以基地为平台,组织开展《鸟儿请你来做客》自然课堂、暑期假日学校以及各类主题日专题活动数百场次。