

未来数日多雷阵雨天气

# 我市本周最高气温仍有36℃

**晚报讯** 16日起,40天超长版“三伏”大幕正式拉开。由于今年高温来得比较早,入伏头几天反倒显得没之前那么热。不过,在短暂退出“高温群聊”后,昨天市区最高气温又重回高温线之上,达到了35.6℃。

受副热带高压增强影响,今年我市高温出现早且持续时间长。6月以来,市区高温日数达到了16天。好在,15日起,在东北冷涡的打压下,副热带高压逐渐减弱南退。不过,高温预警解除了,雷阵雨天气又开始频繁“打卡”。15日至17

日,市气象台已经连续3天发布雷暴大风黄色预警信息。

而从最新气象资料来看,这样多雷阵雨的天气格局还得再持续一阵子。具体预报如下:今天阴有分散性雷阵雨转多云;19日多云转阴有阵雨或雷雨,局部雨量大;20日~24日多云,局部有雷阵雨。市气象台提醒广大市民,还需关注短时强降水、雷暴大风、强雷电等强对流天气。经常在户外的小伙伴最好常备一把伞。

虽然近期副高有所收敛,气温起起落落,但总的来说还是热。本周,平均气温29℃~

30℃,较常年偏高。其中,最高气温36℃左右,出现在20日白天;最低气温24℃左右,出现在19日早晨。

## 【今明后三天天气预报】

18日:阴有分散性雷阵雨转多云,雷雨时短时阵风7~9级,西北风转东北风4~5级,气温27℃~32℃;19日:多云转阴有阵雨或雷雨,局部雨量大,偏东风3~4级,气温24℃~33℃;20日:多云,局部有雷阵雨,西南风4~5级阵风6级,气温26℃~36℃。

记者俞慧娟

(合作单位:南通市气象局)

## 三伏天花草树木如何度夏?

专家为市民支招解惑

夏至三庚便数伏。16日入伏,今年三伏天共40天。对于花草树木而言,三伏天是一年之中考验最大的一段时间。花草树木如何安全度过“渡劫期”,记者采访了几名专家、业内人士,为市民们支招解惑。

### 绿化养护错时施工

连日来,南通绿舍馨居绿化服务有限公司的绿化作业人员,在南通兴东国际机场、五山景区、通盛大道等绿化养护工程现场紧张有序地忙碌着。室外气温偏高,公司绿化养护作业实施错时施工。

南通科技职业学院退休教授朱加平是南通绿舍馨居绿化服务有限公司的技术顾问。“酷暑天,养护是园林绿化工程的重要环节。”他说,室外气温高,树冠蒸腾量大,适时适量浇水是关键,尤其是高架桥下的行道树,“超过35℃高温,每天早晚要各浇一次水。”朱加平告诉记者,入伏以后,除草和加强病虫害防治工作也不容忽视。



### 千年古树长势良好

花木之乡如皋除了盆景,两棵千年古银杏树也是远近闻名。搬经镇卢庄村一棵古银杏树名列江苏十大“寿星树”第6名,树龄1500余年,被誉为南通“树王”;九华镇赵元村的“古长江见证树”,树龄1300多年,名列江苏十大“寿星树”第8名。

赵元村的这棵古长江历史的见证树与九华地藏寺、九华长寿现象并列九华镇三大人文景观。树的东、南两侧皆为水道,根系可以充分吸收水分,酷暑天,这棵树不需要专门浇水。

### 三伏天尽量少施肥

“三伏天浇水也有学问,一定要当心。”连日来,南通动植

物专家居卫东接到一些市民的咨询,请教植物养护知识。

居卫东说,大多数多肉植物晒晒没事,其他花卉植物三伏天一定要注意防晒,特别是中午和下午的高温时段。兰花、君子兰、杜鹃等花卉比较娇贵,建议直接搬到阴凉处。浇水适宜早上浇水,如当天气温颇高,必须早晚各浇一次水,要注意晚上的浇水时段,“不是太阳落山后就能浇水,一定要等温度降下来,可以用手摸一下花盆,花盆不烫手时方可浇水。”

“三伏天,花卉植物还要保持环境通风,可避免闷热潮湿环境,对病虫害防治有益处。”居卫东说,三伏天尽量少施肥,如果一定要施,一定要少量多次,浓度淡一些为宜。本报记者尤炼

南通报业大型线上分类信息发布平台,值得您信赖的“信息百宝箱”——

### “通通帮”线上推送

办理方式:一、南通日报微信公众号首页底部点击分类信息;二、南通发布App首页底部点击分类信息;三、扫描右侧二维码。帮帮热线:0513-85118889



咨询请扫码

### 南通日报社遗失启事、公告刊登

办理方式:一、线下办理可至南通报业传媒大厦(南通市世纪大道8号)22层2210室;二、线上办理可微信搜索小程序“南通报业遗失公告办理”。刊登热线:0513-68218781



线上办理请扫码

创办十九年,数千对成功配婚,良好的社会口碑  
**鸿运搬家**  
单位搬迁 设备搬运 搬钢琴 长途搬运  
13773650825 华联北

凡来鸿运婚介征婚、交友的单身男、女照片或手机号都不会透露给其他人,这是我们的职责。  
**鸿运婚介**  
承诺:不满意不付婚介费 微信号:18912286139 13962983156  
小石桥红绿灯东100米马路北四路车站楼上 征婚热线:85292569 15851252008

## 入伏后,“冬病夏治”正当时

**晚报讯** 16日,通城正式入伏。市一院中医科发布健康提醒:酷暑亦能治“冬病”,炎炎夏日,“冬病夏治”正当时。

“冬病”是指容易在冬季发作或加重的疾病。“冬病”易发人群,多为虚寒性体质,通常的表现为手脚冰凉,畏寒喜暖,怕风怕冷,容易疲劳等。“夏治”是指利用夏季人体阳气最旺盛之际,治疗寒性疾病。我国传统医学认为,三伏天是一年中气温最高的时候,自然界的阳气最盛,人体内的阳气也最为充沛,热能温阳,阳能祛寒,是冬病夏治的最好时机。

“三伏天灸正当时!”市一院中医专家介绍,经历代中医家的反复实践发现,夏季人体阳气旺盛,皮肤毛孔完全开泄,药物最容易由皮肤渗入穴位通过经络直达

病处,此时将一些辛温发散的药物,比如白芥子、麻黄等研成药粉,用姜汁调和成糊状,制成膏药,分别敷贴在人体的不同穴位上,可以达到增强抵抗力、防病治病的目的。此外,如在此基础上配合中药口服效果更佳。

三伏天灸适合人群为成人及3岁以上儿童,主要适用于阳气不足、肺气虚弱、虚寒疼痛和一些免疫功能低下的群众,可对呼吸系统疾病、小儿疾病、消化系统疾病、妇产科疾病、骨关节疾病及亚健康人群进行调理。需要注意的是,支扩症、肺结核、支气管炎发作期、急性咽喉炎;呼吸系统或其他系统存在感染;发热患者;贴敷部位有皮肤病或皮肤感染、疤痕体质者;妊娠期及哺乳期妇女;合并精神疾患;心、肝、肾功能不全的患者;3岁以下儿童,不宜贴敷三伏贴。

通讯员高洁 记者冯启榕



15日,煎药师在制作中药。

当天,南通汉药中医医院的煎药师在40℃以上的车间里挥洒汗水,用心煎制每一份中药。

李斌 管雅



**满意搬家**  
公司成立24年 专业搬家车辆8辆  
本地实体 日夜:85112772