

未来三天我市高温返场 热“晴”相伴



谢合康 摄

保定晚报讯(通讯员徐义国)雨水退场后,气温迅速攀升,闷热的伏天就此开启。今起三天,我市最高气温均达35℃高温线以上。气象部门提醒,高温天气下,午后应尽量减少户外活动,老、弱、病、幼人群应当采取必要的防护措施;高温条件下作业和白天需要长时间进行户外露天作业的人员应当采取必要的防护措施。

未来三天我市闷热开启

据市气象台预测,7月18日晴,西南风2-3级,37℃~24℃。

7月19日晴转多云,南风转西南风2-3级,38℃~26℃。

7月20日晴转多云,西部雷阵雨,南风2-3级,36℃~26℃。

我省大部35℃高温线以上

今天白天,全省晴间多云。

今天夜间到7月19日,张家口、承德、唐山、秦皇岛多云转阴有雷阵雨或阵雨,其他地区晴间多云。

7月19日夜间到20日,北部和南部地区多云转阴有

分散性雷阵雨或阵雨,其他地区晴转多云。

7月18日至7月19日,中南部地区最高气温可达34~36℃,部分地区可达37℃以上,天气闷热,请注意防暑。

华北黄淮等地高温逐渐增多

未来三天,位于副热带高压边缘的黄淮以及四川东部、甘肃南部、陕西南部等地强降雨频繁。

气象部门提醒,未来三天四川盆地至黄淮等地的大气不稳定能量较高,加上动力条件好、水汽充足,上述地区强降雨持续时间长,并可能伴有短时强降水、雷暴大风等强对流天气,尤其是四川盆地以及河南东部、山东南部、苏皖北部一带局地累计降水量或具有一定极端性。

未来一周,高温天气将主要盘踞在江南、华南大部、江汉东部、江淮以及新疆盆地、内蒙古西部等地。城市中,福州、长沙、南昌、重庆未来一周高温将天天见,最低气温也可能接近或达到30℃,加上空气湿度较大,闷热感会贯穿全天。

此外,7月18日开始,西北地区东部、华北、黄淮等地高温天气也将逐渐增多,不少地方最低气温可达24℃至28℃,闷热程度不输南方。

夏季祛暑有食疗方

炎炎夏日,闷热潮湿,容易令人食欲减退,体倦乏力。推荐几款祛暑提神、消食开胃的茶饮方。

金银花茶:金银花10克,冰糖适量,共置保温杯中,沸水冲泡,加盖焖5—10分钟,凉后饮用。这一款茶品清凉可口,可清热祛暑,解毒利咽。适用于暑热烦渴、咽喉肿痛等症。

陈皮茶:陈皮10克,冰糖适量,沸水冲泡代茶饮。这一款茶品理气和胃,适用于食欲不振者。

香薷茶:香薷6克,藿香3克,共置保温杯中,沸水冲泡,加盖焖15分钟左右,代茶频饮。这一款茶品芳香化湿,对于夏季暑湿感冒,症见头晕、倦怠、吐泻等,效果较好。

黄芪茶:黄芪15克,麦冬10克,五味子6克,共置保温杯中,沸水冲泡,加盖焖15分钟左右,代茶频饮。这一款茶品益气养阴,适用于乏力倦怠、多汗、烦躁等。

白玉茶:白茅根10克,玉米须10克,沸水冲泡代茶饮。适于夏季易流鼻血或小便黄赤短少者,以及高血压、慢性肾炎等。

百合茶:百合20克,银花10克,冰糖适量,共置保温杯中,沸水冲泡,加盖焖15分钟左右,代茶频饮。这一款茶品清热安神,生津解渴。适用于烦躁失眠、咽喉肿痛等症。

据人民日报

■迎战主汛期 保定在行动

汛期出行不只带把伞 安全健康知识要记牢

□保定晚报记者 李卡 通讯员 冯朝 刘帅真

七下八上,天气多变,我市进入防汛关键期,大雨时常不期而至,给出行和健康带来诸多隐患。安全出行,防止意外伤害和疾病的发生至关重要。市第一中心医院急诊科医生为大家梳理一份雨天出行的注意事项。

出行之前做好充分准备:提前了解天气情况。出行前查看天气预报,了解降雨强度、持续时间及可能伴随的灾害预警(如雷电、洪水、泥石流等),提前规划行程,暴雨高峰时段非必要不出行。

提前备齐出行装备。携带必要的雨具,如防水外套、雨靴、雨伞等,减少雨水对身体的直接侵袭。同时注意保暖,可准备干燥的替换衣物,以备不时之需。

提前路线规划。利用导航软件或交通广播,了解道路积水情况,尽量避开低洼地带和易积水路段,选择安全可靠的路线出行。

出行途中注意安全防范:安全驾驶,谨慎涉水。暴雨天气驾车出行时可视度降低,在出行途中保持警惕,降低车速,保持车距,避免急加速、急刹车和急转弯,以防车辆失控或追尾。遇到积水路面,切勿盲目涉水前行。如必须涉水,应先观察水深和水流情况,确保水深不超过车轮的一半,且水流不急。涉水过程中,保持低速行驶,避免熄火被困。遇到紧急情况时保持冷静,立即大声呼救或拨打紧急救援电话求助。如被困车辆中,若水位迅速上涨,应立即果断放弃车辆,逃往高处等待救援。

注意视野范围和路面防滑。降雨时视野受限,雨伞、雨衣等也会遮挡视线,要多观察、慢行动。雨天路面湿滑,无论是步行还是驾车,都要格外注意防滑。行走时尽量踩在防滑地砖或干燥地面上,避免快速奔跑;驾车时保持车

距,轻踩刹车,防止追尾或侧滑。

防范雷电和触电。暴雨常伴随雷电,此时应尽快寻找安全的室内避难所,避免在空旷地带、大树下、电线杆旁等危险区域停留,以防被砸伤或触电。同时,关闭手机等电子设备,减少被雷电击中的风险。在室外活动时要远离电气设备,如变压器、电器箱等,阴雨天气导电性增加,容易发生漏电、触电危及生命。

出行过后关注自身健康:暴雨出行对健康有即刻或长期的风险。即刻风险包括意外伤害,如淹溺、触电、创伤等;长期风险包括暴雨后相关疾病的增加和既往慢性病患者基础病的加重等。

预防感冒及基础病加重。暴雨天气气温多变,易引发感冒等疾病。出行后应及时更换湿衣物,保持身体干燥温暖,避免失温。老幼病残孕者、免疫抑制的慢性病患者原则上应避免暴雨天气出行,尤其是患有过敏、哮喘、慢性阻塞性肺疾病的患者,避免暴雨出行以减少基础病急性加重的风险。

注意食品安全,防范感染。暴雨过后环境潮湿易滋生细菌病毒,水源和食物容易受到污染,轮状病毒、诺如病毒感染、细菌性胃肠炎及寄生虫性食源性疾病高发,谨防病从口入。暴雨过后也是毛囊炎、湿疹、疱疹等皮肤病高发期,注意个人卫生和防护,避免接触污水和垃圾等污染源,预防皮肤感染。

警惕传染病发生。暴雨过后尤其出现洪涝灾害后,谨防自然疫源性疾病,流行性出血热、钩端螺旋体病,甚至鼠疫,都可能在洪涝之后传播。及时清理居住地周围的垃圾,动物尸体交由防疫部门专业处理,勿自行接触处理。如出现发热、腹泻、乏力心悸等症状,一定要及时就医。

防汛小知识

我国将从多方面推动专利开放许可制度高效运行

记者从国家知识产权局获悉,为推动专利开放许可制度高效运行,拓展专利转化运用的模式和渠道,该局近日印发关于全面推进专利开放许可制度实施工作的通知。

专利开放许可是《中华人民共和国专利法》第四次修改新设的一种专利特别许可,是专利转化运用的制度创新,有利于实现简便快捷的“一对多”专利许可,提升对接效率,降低制度性交易成本,打通科技成果向新质生产力转化的“最后一公里”。

通知要求从指导专利权人规范提交开放许可声明、推动试点项目便捷转为开放许可、指导专利权人合理估算许可使用费、加强开放许可声明信息的开放共享、充分发挥各方作用促进供需对接等多方面推动专利开放许可制度高效运行。

国家知识产权局相关负责人介绍,根据许可制度,专利权人自愿提交专利开放许可声明,对专利许可使用费“明码标价”,由国务院专利行政部门向全社会“广而告之”,任何单位或个人书面通知专利权人并按照标价付费即可获得实施许可,对所有被许可方“一视同仁”。(记者宋晨)据新华社



政务服务便民热线12345 便民服务12343 报警110 火警119 急救中心120 交通肇事122 数字化城管2036110 315热线12315 天气查询96121
食品药品举报12331 环保举报12369 市政2030111 供水3030111 燃气3272111 供电3295555 公交3010111 路灯2027111 高速服务96122
铁路客服12306 客运中心5972888 文化市场举报电话12318 莲池区315热线6275315 竞秀区315热线3250315