winter

冬序守安康

扫码看视频

11月7日，我国迎来了二十四节气中的第十九个节气——立冬。作为冬季的首个节气，立冬到来之际，一次有监测记录以来最强的厄尔尼诺事件正走向峰值。国家气候中心1951—2020年逐月统计显示，11月是我国寒潮发生最多的月份，多重气候因子叠加下，今年冬季全国气温总体偏高但冷暖波动显著，湖南也将面临降水偏多、阶段性强寒潮与低温雨雪冰冻风险突出的冬季气候特征。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李致远

02 天气解读

史上最强厄尔尼诺正走向峰值，11月将有4次冷空气过程影响

湖南今冬多雨，冷暖起伏加剧



冷空气抵达湖南，长沙街头路人裹起厚衣抵御大风。 谢佳燊 摄

超强厄尔尼诺秋末冬初达峰 为有监测记录以来最强

本次超强厄尔尼诺事件的发展速度与强度均超出历史同期水平。国家气候中心监测数据显示，2026年9月，赤道中东太平洋正式形成一次东部型超强厄尔尼诺事件，当月监测区海温指数达2.94℃，7—9月三个月滑动平均值为2.54℃。进入10月后，事件持续增强，已发展为有监测记录以来最强的厄尔尼诺事件，预计秋末冬初达到峰值，届时赤道中东太平洋海温指数将达到3.2℃—3.5℃，明显高于此前历史最大值2.8℃（2014—2016年超强厄尔尼诺事件峰值）。

“这次超强厄尔尼诺事件将对我国今冬明春气候产生明显的影响。”11月3日中国气象局新闻发布会上，国家气候中心副主任高荣介绍了本次事件对我国冬季气候的具体影响。

高荣表示，预计2026/2027年冬季，全国气温总体偏高，但寒潮频次略偏多，气温冷暖起伏大，北方强降温降雪、南方阶段性低温雨雪冰冻风险突出。

具体来看，除内蒙古东北部、东北地区西部气温偏低外，全国其余大部地区气温接近常年同期到偏高，整体呈现“前冬冷、后冬暖”的特点，12月和明年1月阶段性强降温和强升温事件频繁发生。降水方面，全国冬季降水总体偏多，北方大部地区强降雪过程多发，南方降水显著偏多，其中华东西南部、华中中南部、华南地区北部、西南地区东部等地有阶段性低温雨雪冰冻天气。

高荣透露，11月将有4次冷空气过程影响我国，发生频次接近常年同期，冷空气强度呈“前强后弱”特点，其中立冬前后的冷空气过程需重点关注。目前冷空气正在西伯利亚地区囤积能量，积蓄足够实力后将大举南下，影响全国大部地区，局地降温幅度可超过10℃。

业内专家指出，厄尔尼诺属于自然气候现象，核心表现为赤道太平洋中部、东部海域海水异常升温。本轮超强厄尔尼诺将进一步抬升全球平均气温，受其滞后效应影响，2027年很有可能成为有观测记录以来最热的一年，全球各地极端天气风险需高度警惕。

立冬不等于入冬，11月为全年寒潮高发时段

古人将立冬的物候特征总结为“水始冰、地始冻、雉入大水为蜃”，描述了此时节水面初结薄冰、土地开始上冻、候鸟迁徙消失的自然变化。但节气意义上的立冬，并不等同于气象学意义上的入冬。气象学上通常以连续5天日平均气温稳定低于10℃作为入冬判定标准，立冬时节我国大部仍处于深秋向冬季过渡的阶段。

从常年气候规律来看，立冬节气是全年降温最猛烈的时段，也是全国型寒潮频次最高的时节。中国天气网统计数据显示，常年立冬第一天，全国平均最低气温为0.64℃，此后气温逐日下降，到立冬节气最后一天，全国平均最低气温可降至零下3.32℃，节气内降温幅度显著。结合国家气候中心更长周期的统计，1951—2020年间，11月是我国寒潮发生最多的月份，是名副其实的“寒潮第一高峰”。

入冬进程上，常年立冬节气开始时，我国冬季前沿抵达华北南部、秦岭、川西高原一带；立冬节气内入冬进程明显加速，冬季范围继续向南推进，陕西南部、河南、山东南部、苏皖中北部等地都会陆续达到气象入冬标准。整体呈现“自北向南、自高山向平原逐步推进”的规律，高海拔地区入冬时间普遍早于同纬度平原地区。

作为我国传统二十四节气中的重要节点，立冬承载着丰富的民俗与文化内涵。浙江绍兴等地有立冬酿黄酒的传统，民间会举办祭祀“酒神”的仪式祈求酿造顺利、酒质醇厚；北方多地保留着囤冬菜的习俗，通过腌制、窖藏等方式储存大白菜、土豆、萝卜、大葱、红薯等耐储蔬菜，保障冬季蔬菜供应；不少地区还有迎冬、贺冬的传统仪式，以郑重的方式宣告冬季的正式开启。“绿蚁新醅酒，红泥小火炉”，冬日万物收敛休养的特质，也让立冬成为放慢生活节奏、感受冬日静谧与烟火气的时节。

湖南常年12月初入冬 今冬降水偏多冷暖起伏剧烈

对于湖南而言，立冬节气的到来，并不意味着全省进入气象冬季。湖南省气候中心高级工程师欧阳也能介绍，每年11月底随着西伯利亚冷空气持续南下入侵，湖南会自北向南逐步迈入冬季。

常年来看，湖南全省平均入冬时间为12月1日，地域上呈现明显的北早南晚分布特征：最早入冬的是临澧，常年入冬日期为11月25日；最晚入冬的是江华，常年入冬日期为12月11日，南北入冬时间相差约半个月。

受本次超强厄尔尼诺事件快速发展影响，结合大气环流因子和气候数值模式分析结果，欧阳也能分析，预计今年冬季湖南省降水偏多、气温接近常年，但气温阶段起伏剧烈，需高度重视强寒潮、连阴雨、雨雾和低温雨雪冰冻等灾害性天气的防范应对。结合全国冬季气候预判，湖南地处华中中南部，属于南方阶段性低温雨雪冰冻天气的重点影响区域，冬季出现阶段性低温阴雨的概率较高，对交通出行、农业生产、能源保供等方面可能带来不利影响。

从近期天气节奏来看，立冬前后的较强冷空气过程将推动湖南气温明显下降，加快深秋向冬季过渡的节奏，但短期内全省大部仍达不到气象入冬标准。11月中下旬冷空气活动依旧频繁，气温波动幅度加大，公众需及时关注气象部门发布的预警信息，根据气温变化适时增添衣物，防范强降温引发的呼吸道疾病。

气象部门提醒，今年冬季气候不确定性较强，极端天气事件风险偏高，相关部门需提前做好强寒潮、低温雨雪冰冻等灾害的应对准备，公众出行前留意天气与路况信息，雨雾、冰冻时段注意交通安全。后续气象部门将持续监测厄尔尼诺发展动态与大气环流变化，及时滚动更新冬季气候预测与灾害预警信息。

