



1月17日至18日晨，北京迎来降雪。雪霁天晴，居庸关长城内外银装素裹，尽显雄关壮美。



1月18日，雪后的北京银装素裹，市民、游客纷纷出门赏雪游玩。新华社 图

# 湘北部分地区中到大雪，常德局地暴雪

今起湖南迎寒潮、大风、雨雪冰冻天气过程，开启今冬最冷模式



扫码看视频

三湘都市报1月18日讯 未来几天或将迎来今冬最冷时段。中央气象台最新预报显示，1月18日至21日，本轮寒潮主体将持续南下，给我

国中东部地区带来大范围强降温、雨雪及冰冻天气。安徽、河南、湖北、湖南、贵州等地将成为核心降温区域，部分城市最高气温降幅超20℃，叠加雨雪天气，湿冷感尤为显著。

## 1月19日起 湖南自北向南有寒潮和雨雪

中央气象台指出，此次降雪过程大到暴雪覆盖范围广，最强时段集中在19日至20日。19日至20日早晨，强降雪主要集中于陕西东南部、山西南部、河南、湖北西北部、安徽北部、江苏北部；20日至21日，降雪区域向江南等地转移，强度有所减弱。

强降温伴随大范围雨雪，我省多地开启“速冻”模式。省气象台预计，19日起，省内自北向南将出现一次寒潮大风及雨雪冰冻天气过程。19日白天至夜间，湘中及以北地区小雨转冻雨夹雪，其中湘北部分地区有中到大雪，常德（石门、临澧、澧县）局地暴雪，其他地区阴天有小雨或雨夹雪；20日白天至夜间，全省阴天有冻雨、雨夹雪或雪，其中湘北部分地区有中雪，怀化北部、常德南部、益阳、岳阳南部、长沙

西北部局地有大雪。

气象专家提醒，需重点防范19日起雨雪冰冻及低温导致的道路结冰、积雪和低能见度对交通出行、城市运行的影响；注意防范积雪冰冻对电力、通讯线路、大跨度框架结构建筑物、农业大棚、临时搭建物等设施的损害；公众需注意取暖用火用电用气安全，防范呼吸道及心脑血管疾病；油菜及经济林果需做好防冻措施。

## 长沙最低气温-5℃ 明日开始有中到大雪

随着寒潮南下，中东部地区将遭遇今冬以来最强雨雪冰冻天气。1月18日，长沙市发布2026年首个寒潮预警。记者从长沙市气象台获悉，本轮雨雪天气过程相态转换更为复杂，涵盖雨、冻雨、冰粒、雨夹雪、雪等多种形态；此外，冻雨转雪时间提前，20日白天起自西向东冻雨转雨夹雪或雪，22日下午趋于结束。

本次雨雪天气过程最大积冰厚度达5~8毫米，山区超10毫米；最大积雪深度3~5厘米，山区超7厘米；过程最低气温约-5~-3℃（23日清晨）。

长沙市气象台提醒，需关注18日下午至19日的寒潮大风降温过程，做好户外围挡、广告牌、临时建筑物的防风加固工作；敏感人群需做好防护措施；重点关注19日夜间至22日低温雨雪冰冻对城市运行、交通运输、能源保供、电力设施、农业生产等的不利影响。

■全媒体记者 李致远

## 连线

## “北京鹅毛大雪”登上热搜 气象部门：回流降雪

记者从北京市气象部门了解到，1月17日至18日上午，北京迎来今年首场降雪。银装素裹的美景瞬间点燃网络，相关话题迅速登上社交媒体热搜榜。市民纷纷在街头、公园记录下漫天飞雪的景象。

气象部门表示，受偏东风回流天气形势影响，这次降雪是华北地区典型的回流降雪，回流降雪依赖于偏东风，而北京西部山区地形把偏东风和水汽阻挡在山前和浅山区，加强了低层的抬升作用，因此

这种情况下北京的西部地区沿山和山前降雪容易更大。这场华北地区典型的回流降雪中，偏东风冷空气经渤海湾吹向北京，给北京带来了丰富的水汽并在西部抬升形成降雪云，云层温度在-10℃至-20℃之间，有利于雪花快速增长，雪花下落过程中碰撞、互相粘连，形成了漂亮的大雪花或雪团，形成了“鹅毛大雪”的视觉效果。由于雪花之间结构蓬松，积雪深度也常会显得更深厚一些。

■据新华社、北京日报



扫码看视频

应对

## 湖南等四省启动 国家低温雨雪冰冻灾害四级应急响应

记者1月18日从应急管理部获悉，国家防灾减灾救灾委员会决定于当日针对安徽、河南、湖南、贵州等四省启动国家低温雨雪冰冻灾害四级应急响应。

据了解，1月18日至21日，我国中东部地区自北向南将先后出现大范围雨雪天气过程，秦岭—淮河以南地区降水相态复杂，有雨雪及冻雨的转换。其中，陕西南部、河南中南部、湖北西部、湖南北部、安徽西部等地部分地区有暴雪，安徽南部、河南中南部、湖北西部、湖南、贵州、重庆东北部等地部分地区有冻雨。

鉴于此次天气过程影响范围广、降温幅度大、雨雪相态复杂，部分地区低温雨雪冰冻灾害风险较高，国家防灾减灾救灾委员会要求各成员单位和相关省份防灾减灾救灾议事协调机构高度重视，围绕“保安全、保畅通、保供电、保民生、保稳定”要求，完善预案衔接和应急联动机制，强化联合会商研判，重点关注交通、电力、通信、民生等重点行业领域，加强抢险救援队伍、物资、装备预置布防，及时开展除冰除雪和应急抢修，全力应对处置突发险情灾情，严防人员伤亡和重大财产损失。

国家防灾减灾救灾委员会办公室前期派出的河南工作组继续在一线协助指导，并增派湖南贵州工作组。

■据新华社

提醒

## 寒潮来袭 这份“健康防护指南”请收好



扫码看视频

三湘都市报1月18日讯 随着寒潮南下，长沙发布今年首个寒潮预警，预计将出现雨雪冰冻天气，最低气温达-5℃~-3℃。低温天气易诱发呼吸道疾病、心脑血管疾病，还会增加跌倒骨折与失温风险。哪些人群需重点防范？又该如何做好预防？记者采访了相关医生，为您梳理关键防护建议。

湖南省胸科医院心血管内科副主任医师刘伟伟指出，低温会使人体外周血管收缩，导致血压上升、心脏负荷增加，进而诱发心血管疾病。建议心血管疾病患者特别注意保暖，避免寒冷刺激；保持室内温度适宜，户外活动及开窗通风时间不宜过长；保证充足休息，早晨起床时放缓动作；严格遵医嘱规律服药，若出现身体不适或指标波动，应及时就医。

道路湿滑结冰极易引发跌倒骨折。湖南省胸科医院骨科副主任医师周佳林提醒，老年人因骨质疏松，跌倒后更易发生骨折。建议老年人雨雪天尽量减少外出；若必须外出，应穿防滑鞋，走路时压低重心，可模仿企鹅采用“外八字、小步走”的方式，降低摔倒风险。

湖南省胸科医院重症医学科副主任医师赵紫平表示，长时间暴露于寒冷环境可能引起失温，严重时可导致死亡。需要特别注意的是，饮酒会扩张血管、加速热量散失，醉酒后失温风险显著增加，冬季应尽量避免过量饮酒。

■全媒体记者 高煜棋 通讯员 杨正强 乔木