



8月2日，湖南长沙，气温又回到了35℃。市民穿戴全套防晒装备出行。19时许，一阵大风吹散白天的炎热也吹散了晚霞，长沙的傍晚呈现深蓝色。顾荣 谢佳燊 王郅东 摄

雨热“打包”上线，桑拿天要连“蒸”一周

湖南8月南北两重天：湘北防蒸旱、湘南防暴雨



扫码看视频

8月初，高温闷蒸、区域性暴雨、海上台风成近期天气三大看点。据中央气象台消息，台风“白海豚”仍在海上积蓄能量，已完成至少两次眼壁置换，预计5日夜前暂不影响我国海区，6日后逐步向东部海域靠近。

8月2日，记者从湖南省气象台获悉，新的一周湖南多地雨热同袭。长沙3日至7日雨水常驻，最高温超35℃，闷蒸感直接拉满。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李致远 通讯员 刘蕊

闷蒸开始，湖南8月桑拿天持续盘踞

短暂清凉过后，湖南重回“上蒸下煮”的闷蒸模式。8月2日，省内多地发布高温黄色预警，记者从湖南省气象台获悉，8月全省高温格局延续，同时受季风扰动影响多阵雨或雷阵雨，高温与高湿叠加，桑拿天将成为本月主旋律。

长沙是典型的“雨热均沾”状态。8月3日至8日将持续小雨，最高气温34℃~36℃，最低气温26℃~27℃。雨水未能压制高温，反而推升空气湿度，户外闷蒸体感更为明显，不少市民调侃“出门两分钟，汗湿整件衣”。

从全国来看，8月上旬中东部大范围高温维持，长江中下游及周边地区是核心区。雨水同步在线，未来10天，包括湖南在内的江南西部等地累计降雨量达50~150毫米，局地可超200毫米。副热带高压属于海洋性高压系统，叠加低空持续有季风气流北上，使得大气整体处于高温、高湿状态，午后相对湿度普遍达到40%~70%，体感温度普遍超35℃，部分区域可达40℃，中暑风险较高。

回顾7月，全国多地经历超长“高温耐力赛”。重庆、福州、杭州高温日数均超20天，长沙也在10天以上。中国天气网气象分析师李宁表示，7月高温强势，源于副热带高压异常偏强偏北，叠加大陆高压助攻，形成稳定的暖高压区；同时暖湿空气北上拉高湿度，导致南北方普遍出现闷热型高温。

湖南省气候中心发布的8月气候趋势显示，全省降雨总体偏少、气温偏高，湘中、湘北高温灾害风险高，湘

北需警惕气象干旱发展，湘南中旬受台风、季风影响暴雨风险较高。气象部门提醒，当前正值一年中最热的中伏时段，公众需做好防暑降温，减少高温时段外出，及时补充水分；同时需留意局地阵雨或雷阵雨，警惕短时强阵风带来的安全隐患。

谁能带来清凉？“白海豚”仍在蓄力

据中央气象台消息，今年第13号台风“白海豚”动向持续受关注，8月5日后有望缓解南方高温，但路径变数很大。“白海豚”诞生于太平洋赤道附近暖池，一路加强西行，越过国际日期变更线后进入西太平洋，才正式获得台风编号。

中央气象台专家介绍，这类跨洋而来的“进口”台风大多会在途中减弱或变性，长途奔袭之下很难影响到我国。比如2023年第8号台风“多拉”、2014年第13号台风“吉纳维芙”最终都在长途移动后消散于高纬度太平洋腹地。

与多数消散的同类台风相比，“白海豚”靠近我国东海海域的可能性更大。中国天气网气象分析师周丽贤介绍，目前“白海豚”仍在海上积蓄能量，已至少完成两次眼壁置换，重返超强台风级别。

中国天气网首席气象分析师信欣表示，8月6日至8日是“白海豚”移动路径的关键时段。届时从贝加尔湖东移的高空槽与冷空气势力强弱、对副热带高压的东推幅度，叠加台风自身强度的衰减程度，将共同主导台风后续走向。由于距离远、预报时效长，“白海豚”未来路径变数极大，对南方高温缓解作用仍需持续观察。

在8月；平均中旱以上气象干旱日数5.3天；平均区域性暴雨过程2.4次。预计今年8月全省降雨总体偏少、气温偏高，其中湘中、湘北上旬末至中旬中期、中旬后期至月底高温灾害风险高；湘北气象干旱灾害风险较高；湘南中旬受台风、季风影响，暴雨灾害风险较高，需分区分类落实防范应对措施。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 李致远

提醒

玩水一时爽 当心难受找上门



扫码看视频

夏天带娃“浪”一把，水上乐园几乎是标配。可不少家庭尽兴归家后，接连遭遇孩子耳痛哭闹、女性私处瘙痒、尿频等烦心事。8月2日，长沙市中医医院（长沙市第八医院）胃肠·乳甲外科刘湘国主任医师结合暑期门诊高发情况，带来戏水防护指南。

“小朋友耳朵结构天生特殊，是戏水后耳部不适的高发人群。”刘湘国解释，儿童耳道短窄，咽鼓管短平直，呛入的污水极易侵入中耳，潮湿耳道滋生细菌真菌，一两天就会引发耳闷、刺痛、流脓等问题。

戏水全程护耳有一套简单好操作的办法。下水前备好柔软硅胶防水耳塞，避免硬质耳塞划伤耳道；跳水、潜水尽量少做，高压水流会冲击鼓膜加重损伤。上岸后侧头单脚跳跃排出积水，用纸巾轻擦外耳道口，严禁棉签深挖耳道，极易戳破耳道皮肤带入病菌。若耳内持续闷胀，可到医院专业清理。鼓膜穿孔、感冒鼻塞、中耳炎未痊愈的孩子暂缓下水。出现持续耳痛、流脓、听声模糊等情况，及时前往耳鼻喉科就诊。

女性的夏天也需要多一份细心守护。泳池消毒用的氯会破坏私处黏膜屏障，女性尿道短直，病菌易侵入，潮湿环境更会加速细菌繁殖，引发私处瘙痒、尿频尿痛。经期、产后、妇科术后或是体质虚弱的女性，感染风险会成倍上升。

刘湘国建议，优先选择水质公示齐全的正规水上乐园，少坐池边潮湿台面，落座铺自带干毛巾，经期、妇科术后暂缓戏水。上岸用流动温水从前向后冲洗外阴外部，禁止冲洗阴道内部。冲洗完立刻更换干爽纯棉内裤，多喝温水勤排尿。轻微瘙痒及时冲洗擦干就能缓解。若出现异常分泌物或持续尿痛尽快就医。

戏水结束别忽略皮肤基础养护。刘湘国提醒，池水氯元素易破坏皮肤屏障，引发干痒脱皮。露天泳池还存在晒伤、划伤等隐患。避开10点至14点强光时段，下水前涂防水防晒霜，单次泡水不超一小时，全程穿防滑沙滩袜。上岸后清水冲身，涂抹保湿乳。老人小孩全程穿救生衣，摘除尖锐首饰，安稳享受夏日清凉。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋 通讯员 刘浪 姚晓颖 刘斌 王传博

数据

历史前三高温过程均出自8月



扫码看视频

进入8月，湖南一年中最炎热的月份到了。8月2日，记者从湖南省气候中心获悉，气候统计显示，8月是我省高温、干旱、暴雨等灾害天气多发、重发关键时段。多年平均高温日数9.2天，

1961年以来综合强度排名前3位的高温过程均发生