

出门看天

今明两日有大到暴雨

我市发布强对流天气防御预警

本报讯 入梅之后,江城落下零星小雨,这几日阳光仍占主场,紫外线强烈,气温上升明显,22日芜湖站日最高气温32.3℃。芜湖市气象局发布最新预报:23-24日我市有大到暴雨,预计累积雨量可达40-80毫米,北部部分乡镇超过100毫米。芜湖市应急管理

局发布强对流天气防御预警。“梅姑娘”开始发力了,未来一周我市多阴雨,体感湿热。

据芜湖市气象台预报,预计23-24日我省自北向南有一次明显降水过程,其中23日夜间到24日白天雨带位于沿江一带,我市有大到暴雨,累计雨

量40-80毫米,北部部分乡镇超过100毫米。降水期间可能伴有雷电大风、短时强降雨等对流天气。

具体预报为:23日白天多云,局地有阵雨或雷雨,日气温28-35℃,23日夜里雨势增强为大到暴雨,24日白天中雨并渐止,最高气温下降至31℃。25

日白天有阵雨,夜间多云,26日雷阵雨,27日多云,28至29日小雨。气象部门提醒,未来一周副热带高压位置变动大,雨带不稳定,南北摆动大,易出现局部短时强降水等对流天气,可能引发中小河流洪水、山洪、地质灾害和城乡积涝等次生灾害,须注意防范。记者 顾娅

天天健康

天热开空调 警惕“空调病”

江城入梅,天气闷热,风扇、水枕、凉席都能缓解暑意,但真正降温的还要属空调。住宅、办公楼、商场内,空调纷纷上阵,凉风徐来,瞬间舒心。不过,芜湖市疾控中心的专家提醒,当你全身心享受凉爽的时候,也要小心“空调病”这个隐形危害。

在市疾控中心健康教育科,专家介绍,空调病主要是由于空调的低温、室内环境的污染引发的人体健康

问题。最常见的症状是鼻塞、鼻痒、流泪、头晕、记忆力减退、皮肤发干发紧等,有的还伴有发热、腹泻、咳嗽等症状。

之所以会出现“空调病”,一是因为空气干燥,皮肤散失大量水分,进而出现干燥、眼睛干涩等情况。二来有冷热刺激,室内外温差过大,频繁出入让生物节律及自主神经功能紊乱,如毛孔、毛细血管遇冷收缩而导致流鼻涕。

如何才能舒适与健康兼得呢?疾控专家指出,首先,温度不要调得太低,一般不低于25℃。如果是办公室、商场等不方便调节温度的场合,可以通过增添衣物来应对,盖住肩颈的衬衫、薄外套、丝巾都是推荐单品。如果是居家或上班环境,可通过加湿器让湿度保持在40%至60%,同时多喝水。

大汗淋漓时不要对着冷风吹,注意对颈椎、膝关节等部位的保暖。不

要在开着空调的车厢里睡觉。定期清洗空调过滤网、循环管路等。空调再舒服,也不要贪凉,定期开窗通风,保持室内空气新鲜。

专家表示,“空调病”大多不是严重问题,但也有一些情况需要特别注意。如出现发高烧、剧烈头痛、全身酸痛、多个关节疼痛、僵硬、活动困难、咽喉痛、胸痛等症状,建议去医院就诊。

记者 程茜

我来提醒

2022年度事业单位招聘本周六笔试

本报讯 记者获悉,2022年度芜湖市事业单位公开招聘笔试将于本周六(6月25日)开考。笔试科目包括《职业能力倾向测验》和《综合应用能力》两

科,此项考试两个笔试科目连续进行,中间不间断。

两个科目题本为合订本,考试开始前发放,各科答题卡分别发放。第一科考试

时间截止后,收回第一科考试答题卡,第二科考试时间截止后,收回发放的所有考试资料。报考人员可于6月22日至24日从安徽省人事考试网自行下载并打

印《准考证》。考试地点设在芜湖市。

7月下旬,报考人员可登录安徽省人事考试网,凭身份证号码和密码查询本人笔试成绩。记者 王叶华



大江两岸 晚报情怀

