



今天  
阴到多云  
偏北风4-5级  
3-6℃

明天  
多云  
偏北风3-4级  
3-8℃

今日1叠12版  
总期数第8019期

今日空气质量  
上午:良  
下午:优至良

# 晨报 新闻晨报

[标题新闻]

铭记历史不忘过去  
珍爱和平开创未来

中共中央、国务院13日上午在南京隆重举行2020年南京大屠杀死难者国家公祭仪式

2020年12月14日 星期一 农历十月三十

追/求/最/鲜/活/最/实/用/的/新/闻 SHANGHAI MORNING POST

## 今天局部地区有雨夹雪

这波降温或让申城入冬

记者 徐妍斐

**晨报讯** 强冷空气昨日中午“跨过”长江,昨天18时,中央气象台继续发布寒潮蓝色预警。一直到12月15日,全国大部地区的气温都会陆续创下新低。不仅如此,南方大范围雨雪天气也将开启,不少城市可能迎来今冬初雪。

值得注意的是,这次降水过程的雪线最南可以抵达贵州南部-湖南南部-江西西北部-浙江西北部一线。也就是说,上海还没到下雪的时候。不过,局部的零星小雪已经要

率先出现了。气象部门预报,上海在这波寒潮中,昨天上半夜转阴有小雨,西部和北部地区下半夜有短时小雨夹雪;今天阴到多云,东部和北部地区有短时小雨夹雪。

这波降温也很有可能把上海送入冬天。今天本市全天3-6℃,大风持续,偏北风4-5级阵风6级。周二开始转晴,但同时辐射降温明显,周二、周三最低气温市区3℃,郊区将降至0℃以下,有薄冰。周四、周五最低气温小幅回升,但体感仍然湿冷;周六起才开始转晴好天气。

## 上海开启速冻模式

### 气温几度时儿童易感冒

降温了,来看看这份气象健康指南

记者 徐妍斐

**晨报讯** 近期,上海市气象局宣传科普与教育中心、长三角环境气象预报预警中心联合出品了气象健康指南视频——《气象防未病,健康早知道》。

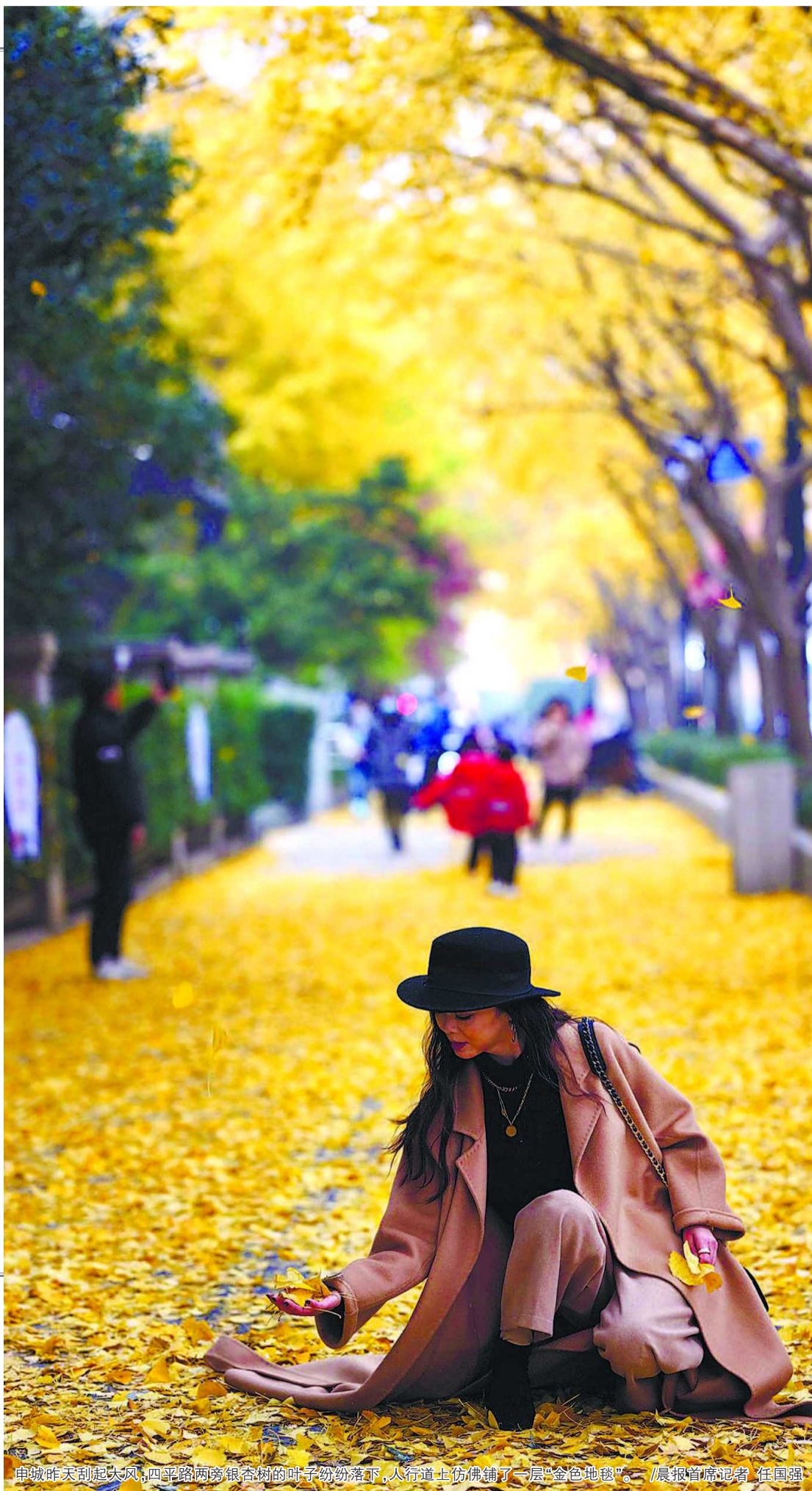
感冒和流行性感冒为各年龄人群中发病率最高的急性疾病,天气变化是感冒的触发因子之一。根据研究,气温和湿度与感冒的发病密切相关,当气温变化幅度超出正常人体调节能力时,会导致免疫功能下降,从而使病毒易侵入人体,但不同年龄的人群

的耐受程度不同。14岁以下的儿童对低温的耐受程度较差,感冒高发期在10.9℃左右。成人与老人对低温的耐受程度差不多。当气温超过27.5℃时,成年人感冒发生的几率就会随着气温上升而增加,与空调病有着密切联系。

湿度越低,不同人群的感冒发病的情况相对也越多。一方面,干燥的空气可使流感病毒和致病力很强的病菌繁殖速度加快,另一方面干燥的空气会使鼻腔、气管、支气管黏膜脱水,使得呼吸道对病毒的清除作用降低,从而容易感冒。

## 上海开放大学家政学本科专业启动招生 “本科保姆”真的来了

>>>04版



申城昨天刮起大风,四平路两旁银杏树的叶子纷纷落下,人行道上仿佛铺了一层“金色地毯”。 /晨报首席记者 任国强