

烦暑郁未退 凉飙潜已起

节气、气候都在把我们推向“转凉”的边缘——

8月13日，我们迎来立秋“二候”。“二候白露生”，大雨过后，清风徐来，雾气白茫茫一片，就差凝结成露珠。

新的一周(8月14日-8月20日)，我们也将过完“未伏”，正式与“一年中最热”的日子告别。



玫瑰石蒜、红蓝石蒜和乳白石蒜的组合。

通讯员 林海伦 摄

1 高温暂歇

8月13日，依旧是“滚烫”的一天。只是，这份热多少带了点“强弩之末”的无奈。

8月14日开始，高温暂歇。从市气象台8月13日发布的十天预报看，不排除高温“杀回马枪”，但起码要等到8月20日。

在此期间，我市最高气温预计在30℃-34℃之间波动。

“小胜”高温的，是扩散南下的弱冷空气。每年下半年，当“冷空气”三个字开始出现在天气预报里，就像“命运的齿轮开始转动”，夏去秋来又一年。

不过，此时的冷空气还很弱，没办法掀起气温“一泻千里”，但“存在感”还是要刷一下的，比如午后局部地区的阵雨或雷雨天气，出没的频率要比之前高一些。

2 多吃滋阴润燥的食物

好像有凉风起，又感觉余热未散，该如何形容未伏给人的印象？

唐代诗人白居易在《一叶落》中有过一针见血的描述：“烦暑郁未退，凉飙潜已起”，无论白天阳光多么剧烈，多么酷热，到了夜晚，拂面而过的风中总会带着一丝凉意。

气候的转变总是从细枝末节中开始的，仿佛在提醒我们，是时候对日常生活和作息做出调整了。

白天闷热依旧，人很容易感到疲倦、乏力，已经延续了一个夏天的清热解暑举措还是要继续，但若细细感受，就会发现，干燥也已经开始若隐若现。

一方面，大家可以在日常饮食中适当多加些滋阴润燥的食物，比如银耳、百合、莲子、蜂蜜、黄鱼、干贝、海带、海蚕、芹菜、菠菜、糯米、芝麻、豆类及奶类。

另一方面，天气由热转凉，阳气减弱，人体内的阴阳之气也开始随着转换，很多人会出现睡眠不足的现象。除了增加睡眠时间，大家还可以适当增加运动量。

还有，考虑到近段时间雨水频繁出没，大家要多开窗通风，保持室内环境以及衣物的干燥，不给霉菌滋生的机会。

3 台风也有『进口』的？

在有些“寡淡”的日子里，总会冒出些“显眼包”来，比如今年第8号台风“多拉”。

称之为“显眼包”，一方面是因为从目前的预报看，它将在海上移动中逐渐消散，不会给我们带来什么实质性影响；另一方面是因为它，我们又会增加一些奇奇怪怪的知识。

在北半球，国际日期变更线以东到格林尼治子午线的海洋洋面上生成的气旋称为飓风，而在国际日期变更线以西的海洋上生成的热带气旋称为台风。

当飓风向西方移动，穿越国际日期变更线，其身份就会转变成台风。

“多拉”就是这样一个从飓风变成台风的“进口”台风，“进口日期”是8月12日。

台风的“进口”配额并不是每年都有，但也不算得罕见。比如2015年的“哈洛拉”，2013年的“尤娜拉”，都是“进口”台风。

值得一提的是“尤娜拉”，它是2013年太平洋台风季第二个越过国际日期变更线从中太平洋进入西北太平洋的风暴。它的“前任”是“皮瓦”。

而在此之前，2002年也出现过两个“进口”台风，“艾利”和“胡高”。

4 正值石蒜盛花期

眼下正值石蒜的花季。这是一种十分独特的观花植物，它们的叶片特别耐寒，花朵又很耐热，二者互不相见，是植物界的一枚“奇葩”。

大部分时候，石蒜的花期还是比较准时的，每年7月底8月初进入始花期，花期延续到8月底结束。由于此时气温多偏高，若非“真爱”，人们很少会到山野间活动，因此很难有机会见识石蒜大量盛开的壮观场面。

在鄞江镇的山谷里，乳白石蒜和玫瑰石蒜之间的“battle”正进行得如火如荼。山谷全是开白花的乳白石蒜，而山谷下游则以开红花的玫瑰石蒜为主。

“两种石蒜除了花色不同，花形、花期和生境并无明显差异，山谷中的分布对研究乳白石蒜和玫瑰石蒜的亲缘关系非常有价值。”市植物研究专家林海伦说。

而在宁波丹霞地貌区域，红蓝石蒜也正在迎来盛花期。红蓝石蒜应该是玫瑰石蒜的一个变型，花朵稍微小一些，色彩也略偏淡，往往与玫瑰石蒜相伴生。

在奉化高山密林，象山海拔700多米林下环境，中国石蒜的金黄色花朵已经陆续开到荼蘼。相比其他同类，中国石蒜的花期算是长的，可以一直从7月底延续到8月底。

记者 石承承



中国石蒜。
通讯员 林海伦 摄