

雨！雨！雨！本周6天有雨“洗”城

梅雨季节要特别注意防寒防潮及关节处的保暖



时报讯 自从6月7日入梅以来,杭州的雨就接连不断,让杭城浸泡在湿漉漉的流光里。据气象台预计,这个星期,杭州又将是雨水洗城,雨天一个连一个,区别只是下得大或下得小。从昨天夜里起,杭州的雨水开始悄悄增强,预计今天有中到大雨,气温21-25℃。今天是周一,建议大家早晨稍微提早起床,为早高峰做好准备。

□时报记者 钱子俊 文 蔡邕 制图

这周杭州依然多阵雨天气

梅天下梅雨,纷纷如乱丝。前天起,我省开始新一轮降雨天气,雨带主要在浙中南,其中浙西和浙南出现中到大雨,局部暴雨。

昨天夜里,随着西南急流逐渐发展北抬,杭州地区雨水也随之增强。预计,今天浙北地区阴有中阵雨或雷雨,其中湖州、嘉兴、杭州北部局部大到暴雨,其他地区多云到阴,午后到夜里部分有雷阵雨。

总的来说,这周杭州依然多阵雨天气。据气象台预计,今天,杭州阴有中到大阵雨;明天,中雨转阵雨,同时会伴有一个短暂的停歇;17-18日,又将有下一波雨水;19日再次雨止天气放晴;20日又将转雨。

雨水浇过的地方气温也要降一降,昨天,浙北北部和东南沿海地区最高气温在26-31℃,杭州昨天最高26.1℃。预计今天白天,浙北最高气温25-27℃,浙中28-30℃,浙南30-32℃,杭州25℃。目前来看,本周杭州的气温都不会太高,最高在26℃左右。

这样看来,本周虽是雨水不断,但总体还是清凉的日子。不过,一出梅,杭州就会被副热带高压牢牢控制住,一年中最热的盛夏也就由此开始。所以,赶在盛夏来临之

前,本周的天气倒是格外值得珍惜呢。

梅雨季节注意关节处的保暖

时断时续的阴雨天,也让不少健康问题扎堆出现。事实上,每年的梅雨季,都会让风湿病患者苦不堪言。

梅雨季节里,要特别注意防寒防潮,尤其要注意关节处的保暖。饮食忌生冷、寒凉性食物,多吃茄子、芹菜、玉米等新鲜蔬果,增加营养和微量元素,少吃含有动物脂肪的食物。平常,多加强体育锻炼,多喝开水,最好别吃隔夜菜肴。如果出现关节痛、发热或心慌、胸闷等,要及时到医院就诊。

入梅后,天气会比之前一段日子要潮湿些。这段时间,一定要注意个人卫生,内衣要勤洗勤晒。室内太潮湿时,可以开启空调的除湿功能,保持周围环境的通风干燥,一旦天晴,别忘了洗洗晒晒。

心情不好,可以去西湖边赏一赏荷景,闻一闻荷香,不仅是游客钟爱的旅游环节,也是老杭州常年来的游湖情结。前两天,孤山沿岸的荷区已悄悄拉开了今夏观荷的序幕。在这阴沉雨绵绵的季节,你打算如何赏出自己的荷花风格呢?

●相关

为“兜”住第二场梅雨 浙江腾出2.3亿立方米库容

6月7日浙江进入梅雨期后经历了3天的明显降雨,全省有36座大中型水库和24座小型水库超汛限水位,目前,水位超汛限的临安青山、青山殿、桐庐分水江等水库水位均已回落至汛限水位以下。为做好新一轮强降雨防御工作,截至13日17时,全省大中型水库已预泄腾出库容2.3亿立方米。

6月11日17时,全省主要江河控制站水位均回落至警戒水位以下。11日18时,省防指结束防汛Ⅳ级应急响应。但2天后,入梅后的第二场雨在浙中南落下,这也将是我省经历的第二波强降雨,昨天,随着雨带北抬,浙中北已成为雨水密集区。为做好新一轮强降雨防御工作,省防指发出《关于加强当前水库调度工作的通知》,要求抓住降雨间歇的有利时机,将库水位降至汛限水位以下。

眼下,杭州防汛工作也已进入实战状态。记者昨天从杭州市防汛指挥办了解到,早在第一次强降雨期间,历经7年建设、总投资10亿元的杭州三堡排涝泵站工程已经投入使用。该工程共有4台排涝机组,当运河水位达到2米时,泵站开机一台水泵;水位达到2.4米时,开两台水泵;运河水位达到2.6米时,开3台水泵;水位达到3.2米时,4台水泵全开。而4台机组全开,可以把运河水源不断地往钱塘江强排,24小时能抽走1700万立方米水,相当于1个半西湖的水。

在今年6月8日的大雨中,三堡排涝泵站工程开启一台50立方米/秒的机组预降运河水位。经过24小时的努力,运河拱宸桥水位一直维持在1.9米左右,始终与2米汛限水位保持着“距离”。

时报记者 陆群安 通讯员 郑盈盈

尽管有“禁止攀爬”标识 还是有很多人热衷征服那些怪石

跳下宝石山蛤蟆峰时登山老手摔骨折

时报讯 现在越来越多的人喜欢登山攀岩,但户外运动安全第一,否则一个大意就可能出意外。昨天,有多年户外登山经验的梁先生就在攀爬几块六七米高的巨石时出了事——重心一个前倾,从宝石山顶摔了下来……

□时报记者 王斐帆 文/摄

登山老手 一不小心摔下蛤蟆峰

44岁的梁先生是湖南人,爱好登山,在杭从事金融,曾登过北高峰、美人峰等山。他还爬过黄山,在山顶登高望远,那种“一览众山小”的感觉令他特别难忘。然而这次,他却在海拔仅78米的宝石山上“栽了跟头”。

昨天早上8:15左右,梁先生途经保俶路时来了兴致,想登上宝石山一览西湖美景,顺便锻炼,“我以前爬过宝石山,那种俯瞰西湖白堤、半座杭州城的惬意真令人难忘。”

顺着游步道,很顺利地,梁先生登上了山顶平台,山间空气清新,令他心旷神怡。

山顶有几块巨石,高度多在5米左右,这些巨石才是宝石山真正的峰顶。每年,都有无数人爬上顶峰,眺望西子湖。其中最高的巨石为蛤蟆峰,比山顶平台高出约6米,



很多游客喜欢攀爬宝石山蛤蟆峰。

它的主体由两部分构成,落差约1米。

穿着平底鞋的梁先生轻松地爬上了蛤蟆峰,但在下巨石时却出了事儿。跳到下面部分巨石时太用力了,没站稳,结果往前倾了出去,摔下了石头。”梁先生说,自己先往上跳了约一米高,再从四五米高的石头上摔下,加起来落差有五六米。

梁先生的右侧身体首先着地,疼得他不住呻吟,边上的市民和游客看到后,急忙过去帮忙,哪料刚碰到他的右手,他就直喊“痛”!

看样子是骨折了。有人忙拨打了120,大家配合,有的在下面托,有的在上面拉,终于将梁先生送上了担架,民警和医护人员将他抬下山,送往市中医院。

爬蛤蟆峰的人 男女老少都有

昨天下午记者到医院时梁先生刚做完了手术。“右手手腕和肘部都骨折了。”他仍很虚弱:“这次真大意了,没跳好,每天都有成百上千的人爬那个山顶,真倒霉……”

记者来到宝石山,在山顶拍照、聊天、赏景的男女老少多达百人,尽管一路上“禁止攀爬”的标识随处可见,但大家最热衷的还是征服这些怪石。年逾六旬的许老伯就是其中之一,只见他在山壁陡峭间健步如飞,灵活度完爆30岁的记者。

我是户外登山队的,爬过1700多米高的清凉峰。”许老伯很自豪:“宝

石山虽不高,但在西湖北岸,站在最高点远眺,‘一半西湖一半城’全在眼底,美不胜收。”

上海的何先生是带着女友来爬山的。以前也带她来西湖玩过,这次爬山看全景,不一样的体验,还有点刺激。”何先生说完将穿着松糕鞋的女友拉上一块巨石。

一个七八岁模样的男孩在父亲的帮助下,踩着巨石缺口,也顺利爬上了巨石顶。“男孩子就该多练练。”他父亲笑道。

边上,就是梁先生上午摔落的地方。

景区呼吁: 希望大家自觉不攀爬

一名环卫工很无奈:“我们劝告牌也贴了,劝也劝了,但根本没有用,有的人甚至还半夜来爬。”

对此,景区岳庙管理处的陈主任也希望媒体能呼吁下,让游客能自觉遵守“禁止攀爬”的规定。爬这些巨石几乎成了“传统”,但每年都有爬蛤蟆峰摔伤的人,我们劝过、告诫过,但都没用。毕竟宝石山是24小时全开放的,景区的人力无法一直看着,特别是在攀爬时,劝都不敢劝,怕喊了,他们一紧张更会摔着。”陈主任说,节假日时,景区会增加人手劝诫,但关键还是在人们自觉遵守。他们也在想办法增加新的石阶,开辟方便观景的新路。