



穿衣指数：

冷



感冒指数：

多发



空调指数：

少部分时间



运动指数：

较适宜



紫外线指数：

较弱

冷空气套餐送达 气温打对折



本报讯（记者 刘惠子）上周末阳光勤奋打卡，白天气温也是蹭蹭上涨，这么暖和的天气很快就要过去了，有一股强冷空气正在南下预计25日抵达宜城，这次冷空气非常强大，带来的大风、降温、降水套餐也是不能小觑的，宜城开启入冬进程。

根据中国天气网的消息，随着这股冷空气的到来，一直至26日我国中东部多地将重启“速冻”模式，部分地方降温幅度将超14℃。

25日起冷空气开始影响宜城，这回冷空气带来的还是常规套餐，大风+降温+弱降水。温度下降明显，安庆市气象台24日上午发布寒潮蓝色预警信号。48小时内全市最低气温将要下降8℃以上，最低气温低于4℃。风力逐渐增大，全市东北风4级左右，阵风7-8级。雨

小却不缺席，今天夜里到明天上午全市有小雨。

秋冬交替的时节，明显感觉到冷空气一波连着一波，且强度也越强，也就是说这次降温后，气温不太可能“大反弹”了。这次冷空气过后，马上又会有新一波冷空气接

上，所以后续的温度暂时不会像前一波一样明显回升。另外，明天开始一直到月底，水汽条件都比较好，阴雨天气相对前期有所增加。

今明两天安庆的具体天气情况为：11月25日阴有小雨，4℃-7℃。11月26日小雨，6℃-10℃。

周边城市天气预报

合 肥	小雨转多云 1~6℃	上 海	小雨转多云 8~12℃
芜 湖	小雨转阴 3~7℃	南 京	多云 4~8℃
马鞍山	小雨转多云 2~7℃	武 汉	小雨转阴 1~5℃
黄 山	小雨转多云 5~8℃	九 江	小雨 6~8℃

气温渐下降 催热温泉游

本报讯（记者 徐志远）11月18日，记者从城区多家旅行社了解到，近段时间逐渐转冷的天气催热了温泉游。

据菱湖北路一家旅行社姓丁的负责人介绍，每年11月至次年2月是温泉度假消费需求的旺季。随着气温走低，温泉游产品销售进入持续火爆期，预订出游人次从11月中旬开始明显上升，出游热预计将一直持续至次年2月。

记者从市区一些旅行社了解到，从温泉线路预订人群特征来看，“90后”“80后”预订温泉游占主力军。

据业内人士介绍，泡温泉有一定的保健效果，可温经通络、畅达气血、祛寒舒筋，适合久坐上班的人群；泡温泉可以减压，消除疲劳，减轻压力；秋冬季泡温泉还可以润肤，让肌肤光滑，富有弹性。



本期互帮主持人 柯慧敏

热线：15856520825（白天）

QQ：1016546230

有答

过期奶粉擦洗皮革亮如新

您问的事有热心人支招了

71****3(QQ)：为什么膝关节一动就会“咔咔”响？

2****3(QQ)：如果平时缺少运动，滑膜缺少来自外界的挤压，滑液自然就会变少，缺少了润滑的关节会出现所谓的“咔咔响”，医学上叫这类的症状为“膝关节弹响”。膝关节弹响一般可以分为两种，一种是生理性的，另外一种为病理性弹响。大多数的膝盖弹响属于生理性的，只要身体的其他部位并没有出现不适感，其实也不用过分担忧。合适体重能降低作用于膝关节上的重力，肥胖则会增加膝关节的退化性疾病的危险。日常多吃点富含维生素、蛋白质多的食物，如水果、青菜、肉类、海鲜等。

138****3896：如何解决瓷砖缝发霉变黑？

139****1134：长期不清洁地面、墙面，或者使用过后没有及时擦

拭，这些都会使得空气潮湿，从而导致瓷砖缝发霉发黑。可以在正规超市选购一瓶瓷砖清洗剂，即可将其洗掉。牙膏也可以起到防止砖缝发霉发黑的作用，可以直接用牙膏刷洗接缝处，这也是最为简单实用的方法之一。或者使用维C药片去垢，可以将维C药片磨成粉，撒在瓷砖表面或者缝隙里，然后擦拭即可。如果发霉情况较为严重，以上方法均未能完全根除这些痕迹，那么可以尝试与瓷砖品牌的售后服务部门进行对接，请专业人士来进行处理。

40****9(QQ)：过期奶粉有何妙用？

2****3(QQ)：用过期奶粉擦洗皮革，会焕然一新。可以先用刷子处理皮革上的污垢，再用纱布蘸上过期的奶粉稀释后均匀的涂抹在面上，等干了以后用干布擦拭，皮革面

光亮如新，还能防止皮面干裂。如果衣服上面沾了墨水，可以先用清水把衣服清洗一下，再倒入过期的奶粉轻轻搓洗，也可除去衣服上的墨迹。如果奶粉只是刚刚过期而没有发生变质，可以用它来洗脸，滋润肌肤；如果过期奶粉已经有了明显的酸腐味，这时可以用它来浇花，为了避免发酵的味道扩散，可以在花土中间挖一个坑，把奶粉埋进去。

有问

秋冬泡脚有什么禁忌
看看这些小事能否帮上忙

3****3(QQ)：睡觉腿脚会经常抽筋是什么原因？

139****3567：柚子皮有什么用处？

2****4(QQ)：秋冬泡脚有什么禁忌？

右耳接电话 会损伤大脑吗？

网上有传言称，如果常用右耳接听电话，会直接影响大脑，严重时还可能导致损伤，因为大脑主要系统都在右边，而手机有很大的辐射，会伤害大脑。那么，这是真的吗？

实际上，左耳或右耳接电话对健康的影响没有区别。左耳与右耳距离我们的大脑是一样，不存在哪个距离大脑更近，所以用左侧接还是用右侧接，对于身体的影响都是一样的。

目前来看，没有研究证实打电话和脑损伤或者肿瘤有直接因果关系，但是使用手机毕竟有电磁辐射，在电磁辐射对我们的影响没有得出正式的、或者是国家规定的、全世界通行的结论之前，我们还是有所防范。专家提醒，电话刚来的时候，辐射一般是最大的，所以在接通一两秒以后，再把手机挪到耳朵边上来接电话。另外，在接电话的过程中，尽量让手机与耳朵保持几厘米的距离，当然远一点更好。

