

# 高温橙色预警持续发布 专家提醒注意防暑降温

□新华社记者 黄焱

这两天,大家在享受假期的同时,不少地区公众也感受到高温“炙烤”,中央气象台10日继续发布高温橙色预警。预计10日至14日,北方地区的高温范围将逐渐扩大,且持续时间较长,部分地区最高气温可达39℃至42℃。

监测显示,9日北方多地出现35℃至39℃高温,河北邯郸、邢台、衡水和新疆吐鲁番局地达40℃至42℃。

中央气象台首席预报员陈涛分析,本轮高温天气的成因主要是华北、黄淮地区高空受西北下沉气流控制,天空晴朗少云,下沉增温和辐射增温效果都比较显著。预计华北、黄淮地区的高温天气仍将持续,强度还可能有所加强。

近期全球多地出现高温天气,极端性强。专家表示,全球变暖背景下,不同区域受到不同性质的高压系统控制,形成持续的高温系统。对我国来说,西太平洋副热带高压、大陆高压共同对我国的高温天气产生影响。

高温是夏季的“常客”。在气象上,高温是指日最

高气温达到35℃以上的天气现象,连续数天的高温天气过程称为高温热浪。

9日,中国气象局启动高温四级应急响应,中国气象局公共气象服务中心发布今年第一期全国高温中暑气象预报。

气象专家表示,遇高温天气,建议公众采取积极有效的防暑降温措施,在衣食住行方面都要有所注意。

穿衣方面要选择易吸汗、宽松、透气的衣物,宜穿浅色衣服,减少对太阳辐射的吸收。饮食宜清淡,可适量饮凉茶、绿豆汤等,不可过度吃冷饮。进出空调房间注意适应室内外温差,适当增加午休,保证睡眠时间。

高温天气下,建议尽量减少户外活动,避免长时间在太阳下暴晒;若需出行,要采取必要防护措施,如打遮阳伞、涂抹防晒霜等,并带上充足的水和防暑药品;开车要注意检查车况。

若发生中暑,要立即让病人脱离高温高湿的环境,进行降温、补水。专家提醒,大量酒精擦浴或掐人中降暑“土办法”并不可行,处理不当反而会加重病情。一旦中暑患者出现神志不清、昏迷等情况,需将其尽快送至医疗机构就诊。

(新华社北京6月10日电)



珠算文化展演

■6月10日,学员们参加珠心算比赛。当日,由神墨教育集团主办的“运指如飞 神采飞扬”珠算文化传承展演交流活动在广东深圳举行,600多名来自海峡两岸的珠心算小学员参加活动,现场进行珠心算竞赛和展演,展示中华传统珠算文化魅力。

新华社发

## 端午节假期国内旅游出游 1.1 亿人次

新华社北京6月10日电(记者 徐壮)记者10日从文化和旅游部获悉,2024年端午节假期,全国文化和旅游市场总体平稳有序。据文化和旅游部数据中心测算,全国国内旅游出游合计1.1亿人次,同比增长6.3%;国内游客出游总花费403.5亿元,同比增长8.1%。

假期中,群众赛龙舟、吃粽子、唱山歌、赏古曲,传统节日文化内涵与旅游发展深度融合。广东、湖南、浙江、贵州、云南等地举办龙舟竞渡。携程数据显示,举办叠滄龙船漂移大赛的广东佛山租车订单量同比增长250%;举办2024年中国汨罗江龙舟超级联赛的湖南岳阳端午节旅游订单同比上涨52%;中国·桃花潭第十一届龙舟赛带动安徽宣城假期旅游订单增长32%。

假期中,各地纷纷推出特色活动,新型消费场景和惠民措施。各地还将传统民俗、民间艺术有机融入

博物馆、美术馆、图书馆、戏剧场、电影院等文化空间,丰富文旅融合新场景。

大批游客选择在本地休闲或近程旅游,城郊亲水、采摘、农事体验、露营等项目受到青睐,文化场馆、商业街区成为游客的主要游憩空间。国家级夜间文化和旅游消费集聚区因地制宜举办非遗体验、民俗市集等端午主题特色活动,持续释放夜间消费活力。

游客越来越偏爱选择灵活化、个性化的出游方式,在慢节奏旅行、深入体验、放松休闲中享受生活。云南、青海、甘肃、内蒙古、贵州等地成为年轻人自驾游、避暑游的热门选择。

“影视+文旅”双向赋能,电视剧《我的阿勒泰》的热播带动新疆阿勒泰地区、伊犁州等自驾游目的地持续火热。携程数据显示,端午小长假乌鲁木齐租车订单翻番,伊宁市增长140%。

## 减少看屏幕时间 欧美重拾“笨手机”

加拿大16岁少年卢克·马丁的新手机功能非常有限,几乎只能打电话、发信息和查地图。

据英国广播公司9日报道,马丁选择这部“笨手机”,是为了减少看屏幕时间,避免沉迷于社交媒体,符合欧美近来使用“笨手机”的潮流。

### 屏幕焦虑令人担忧

马丁使用智能手机时,经常打开社交媒体应用软件。“我早早装了‘照片墙’,后来情况越来越糟糕。”他说,使用社交媒体令人患上“错失恐惧症”。他担心自己再也无法摆脱社交媒体。

报道援引美国哈佛大学一项研究说,人们使用社交媒体时,大脑响应区域与摄入致瘾物质的反应一致,显示社交媒体会令人上瘾。还有一些研究显示,过度使用社交媒体损害心理健康。

随着智能手机使用者逐渐低龄化,这个问题引发担忧。英国通信管理局一项调查显示,5岁至7岁儿童中约四分之一有自己的智能手机。不少人因此呼吁对智能手机使用者进行年龄限制。像马丁这样的消费者则主动选择功能简单、安装有限应用软件的“笨手机”。

### “笨手机”潮流渐起

不少父母也开始青睐“笨手机”,不仅为孩子买,也为自己和其他家人购买。

育有一个5岁儿子的莉齐·布劳顿给自己买了一部老式的诺基亚翻盖手机。她说,这让自己有机会调整生活习惯,与儿子度过更多高质量的亲子时光。

“笨手机”在北美地区的销售量近来呈增长态势。

不过,改变并不容易。布劳顿说,不少学校要求孩子们用某些特定的手机应用软件完成学习任务。每当看到同龄人使用昂贵的智能手机,孩子们往往很难接受自己的“笨手机”。

### 新产品应“潮”而生

在越来越多消费者寻求减少看屏幕时间的潮流下,一些新产品应“潮”而生。例如一种名为“不插电”(unplug)的小装置,只要用它轻扣手机,就能无线阻止某些手机应用软件启动。斯塔茨茨说,家长可用这个装置控制并监控智能手机的使用情况。

一些开发商则推出了避免使用者“无脑刷屏”的手机。克里斯·卡斯帕成立的“无技术”公司开发了一款手机,这款产品外形时髦,但操作界面“故意”设计得无聊:没有图标、只有文字,并且只能显示两种颜色以及两种字体。这款手机最新版本被称为“智慧手机2”,可以安装的有限应用软件中,包括打车软件,但不包括社交媒体。

卡斯帕预测“笨手机”很难成为主流,因为各种手机应用软件和社交媒体的广告利润动辄以数十亿美元计,大企业难有动力推动消费者改变习惯。

(袁原)(新华社专特稿)

## 印度正经历 “持续时间最长热浪”

印度气象专家10日说,印度正经历该国有气温记录以来持续时间最长的热浪。

印度气象局局长姆鲁琼贾伊·莫哈帕特拉接受《印度快报》采访时说:“这是热浪持续时间最长的一次,全国各地都经历了大约24天高温。”

自5月中旬以来,印度北部持续遭遇热浪侵袭,局地气温高达50摄氏度。据路透社报道,3月至5月,该国发生超过2.5万起中暑病例,造成至少56人死亡。随着一年一度的季风降雨本月开始向北移动,预计高温天气将有所缓解。

据美联社报道,过去10年间,印度4月至6月的天气变得越来越热。(刘江)(新华社微特稿)