

城事

广东的“桑拿天”
为何感觉比在沙漠还闷热?

元宝AI生成

连日来,广东深陷高温高湿的“焖蒸”天气。不少市民心生疑惑:气温36℃左右,为什么却感觉宛若置身桑拿房?相较西北干热,广东的湿热为何更难熬?广东省气象专家接受新快报独家专访,解码“桑拿天”在夏日广东频发的成因。

■采写:新快报记者 程羽 许力夫

专家解码

为什么广东的
湿热更闷热难耐?

“前一天看天气预报最高温36℃,结果一出门就热浪扑面,闷热得喘不过气。在广东感觉比在沙漠还热,这是我的错觉吗?”面对市民的疑问,广东省气象服务中心服务首席贾子冰给出明确答复:“这不是错觉,而是真实的体感差异。”

造成这种巨大落差的核心原因在于空气的相对湿度。贾子冰解释,人体主要通过汗液蒸发带走热量。在沙漠干热环境中,空气干燥,汗液一出皮肤便迅速蒸发,同时带走体表热量,身体得以有效降温。只要不直接被太阳晒到,躲进阴凉处会立刻凉快很多。而在广东,空气中水汽含量极高,汗液难以蒸发,体内热量无法排出。“这就好比待在没有通风的桑拿房里,即便躲在阴凉处也无济于事。”

贾子冰进一步科普,气温较高时(比如32℃),若相对湿度达60%,汗液蒸发就会明显减少;一旦湿度突破80%,汗液的蒸发将大幅受阻。此时,36℃~37℃的汗液像一层热乎乎的水膜停留在皮肤上,不仅散不了热,还堵塞周围毛孔的微小空间,让人感到又闷又黏,体感温度自然比实测气温更高一些。

气象上的“实测气温”是指在开阔草坪1.5米高处、通风良好的百叶箱内测得的温度,有效避免了太阳直射和地面反射带来的影响。而体感温度是综合了环境湿度、风力、日照等多要素的主观生理感受值,代表人体对外界环境的综合感觉,无法用单一仪器直接测量,而是根据气温、湿度、风速等多个气象要素,通过特定公式计算得出。贾子冰介绍,在广东常见的“33℃气温+80%湿度+静风,日最高最低温差在7℃~8℃”的配置下,体感温度通常可达36℃上下;若湿度升至90%,体感温度则更高。

为何广东“桑拿天”频繁打卡?

广东夏季为何总是高温、静风且闷热难耐?广东省气候中心首席郑璟指出,这种独特的气候特征并非单一因素所致,而是临海水汽、副热带高压、下沉气流与特殊地形共同作用的结果。

广东漫长的海岸线使南海和西太平洋暖湿气流可以长驱直入,源源不断的水汽输送为高温天气提供了最根本的物质基础,这也是广东与内陆“炙烤型”高温最本质的区别。

夏季,广东大部分时间处于副热带高压的控制或边缘地带,这一庞大的天气系统内部盛行下沉气流,空气在下沉过程中被压缩增温,导致晴朗少云、太阳辐射强烈、地面温度快速升高;同时,下沉气流抑制了垂直方向的空气流动,使得风力

微弱,形成“静风”环境,热量和水汽难以扩散,闷热感因此加剧。

除了副热带高压,下沉气流还常与台风活动相伴。台风来临前,其外围的下沉气流会像个“锅盖”一样罩在地面,阻碍热量散失,并使空气在下沉过程中升温。特别是当气流越过南岭山脉后下沉,还会因“焚风效应”使气温进一步升高。这些云量少、风力小的下沉气流区,与副热带高压共同作用,维持了高温高湿的“桑拿天”格局。此外,广东“三面环山,一面临海”的地形更是加剧了这一态势,北部山脉阻挡了北方冷空气的南下,使得暖湿气流更容易在省内积聚滞留。同时,这种地形也可能因地表受热不均而形成局部的下沉气流,空气流通受阻,闷热感越发沉重。

“多洗澡、用力搓”能缓解不适感?

既然广东的“桑拿天”具有高温、静风、散热难的特点,人体的皮肤屏障自然首当其冲。高温天下大汗淋漓,汗液、皮脂和空气中的灰尘、细菌混合后极易刺激皮肤。每年进入“桑拿天”后,皮肤科门诊量会明显增加。

面对这种极端闷热,不少人认为“多洗澡、用力搓”能缓解不适。南方医科大学皮肤病医院主任医师王晓华指出,这其实是一个典型的误区:“多洗澡更健康”在“桑拿天”并不适用。

“人体皮肤表面并不是‘越干净越好’。皮肤外层存在天然皮脂膜和微生物屏障,能够锁水、抵抗

细菌及刺激物。”王晓华解释,在湿热环境下频繁洗澡,尤其是使用强碱性肥皂、硫磺皂或搓澡巾,会把这层保护膜过度清除,导致皮肤屏障受损。“过度清洁会使皮肤越来越干,反而形成‘越洗越痒’的恶性循环。”

针对广东特有的“桑拿天”,王晓华建议采取更科学的护理策略:每日淋浴一次即可,出汗较多时可适当增加局部清洁;水温不宜过高,以温水为主;尽量使用温和和清洁产品;洗后需及时全身保湿。对于银屑病、湿疹患者,规范的保湿护理比“拼命清洁”获益更大,是平稳度过炎夏的关键。

一线走访

户外工作者开启“弹性作息”
避开午间“热烤”

直面持续攀升的高温,不少户外工作者的作息也相应调整。广州市黄埔区文冲街道的环卫工人杨女士表示,入夏后午间闷热难耐,工作1至2小时便需到树下稍作休整。“特别是下午出勤,不一会儿衣服就全湿透了。”杨女士称,自6月起作业时间已进行优化,上午时段由6:30—11:30调整为6:30—10:30,下午则由13:30—17:30推迟至14:30—17:30,每日减少两小时,避开正午最高温时段。

与此同时,多处建筑工地采取了弹性作业模式。一位建筑工人告诉记者,工友们提前至早晨5点多开工,中午留更多时间在生活区的空调房休息。“平常天太热受不了就停下来,安全第一。”

热点

高考期间
“闷热”依然唱主调

广东省气候中心预计,未来一周全省大部雷雨天气逐渐增多。受高空槽、西南季风、弱冷空气和切变线影响,6月7日—9日(高考期间),全省将有一次大到暴雨局部大暴雨的降水过程,部分市县伴有短时强降水和8~10级短时大风等强对流天气。虽然降雨会小幅打压气温,但由于湿度极大,“闷热”依然是主调。

具体到地市看,7日,韶关、清远、河源、珠三角和粤西市县(雷)阵雨转大雨局部(大)暴雨;8日,韶关、清远、珠三角和粤西市县有大雨到暴雨局部大暴雨,河源及梅州的北部、粤东市县(雷)阵雨转大雨局部暴雨;9日,河源、梅州、珠三角、粤东、粤西沿海市县有大雨到暴雨局部大暴雨。

气象部门提醒:广大考生和家长们要注意防暑降温和防范雷雨突袭,雨伞随身携带,遮阳挡雨两相宜;同时,多关注临近天气预报,避开强降水影响时段,提前规划路线和出行时间,避免影响考试。



■市民顶着烈日打着伞观看龙舟赛。(资料图) 新快报记者 郭晴/摄