

# 大雪节气至 仲冬时节开始 下周西安多阴雨雪天

预计7日、8日西安局

地有弱降水,主要影响西南部高海拔山区。

9日-13日受短波槽和冷空气影响,多阴雨雪天气,并伴有弱降温,最高气温将下降4℃左右。其中10日、12日降水影响范围大,预计城区及平原地区有小雨,南部地区有雨夹雪或小雪。



## 大雪节气是进补时节

12月6日,大雪节气至,大雪节气是二十四节气中的第21个节气,冬季的第3个节气,标志着仲冬时节正式开始。“大雪”是反映气候特征的一个节气,大雪节气的特点是气温显著下降,降水量增多。

大雪三候:一候鹖鴠不鸣。此时因天气寒冷,寒号鸟也不再鸣叫了;二候虎始交。此时阴气最盛,所谓盛极而衰,阳气已有所萌动,老虎开始有求偶行为;三候荔挺出。“荔”为马兰草,即马兰花,据说也能感受到阳气的萌动而抽出新芽。

“小雪封地,大雪封河”,北方有“千里冰封,万里雪飘”的自然景观,南方也有“雪花飞舞,漫天银色”的迷人景象。

进入大雪节气后,气温下降,此时应随着温度变化适时增加衣物。头颈部如果不注意保暖,受寒后会出现头晕、头痛等症状,因此天冷外出时要戴上帽子、围上围巾,避免头部受寒。脚距离心脏最远,血液供应慢而少,易受到寒邪侵袭,因此做好脚部保暖也很重要,睡前可用艾叶水泡脚。

大雪节气是进补时节,且以温补为原则。对于身体虚寒、阳气不足者,可适当进食羊肉、牛肉、乌鸡、桂圆、红枣等有温补作用的食物,以补充身体元气,增强御寒能力。大雪时节,虽然天气寒冷,但也要适当进行锻炼,以增强抵抗力。此时不宜进行高强度锻炼,避免耗伤阳气。



## 城区气温较高未形成降雪

11月以来西安天气总体如何?今年已至12月城区还未见雪,正常吗?记者采访西安市气象局首席服务专家金丽娜进行了解。

据金丽娜介绍,11月1日以来,西安平均气温11.6℃,较常年同期偏高5.0℃,属异常偏年份,为历史同期第一高;平均降水量30.0毫米,较常年同期偏多1成。

对于城区至今未见降雪,金丽娜说,前期南部山区多次迎来雨雪天气,城区因气温较高,并未形成降雪,属正常现象。根据最新天气预报显示,12月7日开始西安多阴雨雪天气,10日、12日有小雨,南部地区有雨夹雪或小雪,城区气温较高,出现降雪的可能性不大。

这个冬天是暖冬吗?如果是,是否会出現倒春寒?金丽娜说,根据气候趋势预测显示,预计2024/2025年冬季(2024年12月-2025年2月)西安平均气温1.5-4.0℃,与常年同期比较偏高0.8-1.6℃。季内气温冷暖起伏显著,冷空气活动阶段性特征明显,2025年1月冷空气开始活跃,出现阶段性低温雨雪冰冻天气的可能性较大。预计2025年春季(3-5月)西安平均气温15.0-17.0℃,与常年同期相比偏高1-1.5℃。春季冷暖空气活动频繁,气温变化幅度较大,在前期气温偏高的情况下,有可能出现倒春寒。

本报记者 陶颖

## 养生防病 重养藏

12月6日迎来了二十四节气中的“大雪”。中医专家提示,大雪时节气温骤降、降雪增多,容易诱发呼吸道感染性疾病、心脑血管疾病等,养生防病重在“藏精”“护阳”。  
新华社发



## 国网汉中供电公司:为广大用户温暖过冬保驾护航

近日,国网汉中供电公司积极采取多项措施,全力确保能源供应的清洁与稳定,为广大用户温暖过冬保驾护航。

在服务能源清洁保障方面,为保障热力公司的电力供应稳定可靠,该公司组织供电服务人员走访当地热力公司,通过红外测温、设备检测等技术手段,协助其对供电线路、用电设备等进行全面细致的排查,确保设备的健康稳定、安全运行。

在供电服务提升质量方面,该公司积极拓展线上服务渠道,方便用户办理业务、查

询用电信息和报修故障。通过优化客户服务系统,实现快速响应和高效处理用户诉求,大大缩短了用户的等待时间。

此外,该公司还开展冬季安全用电宣传,通过多种形式,向用户普及安全用电知识,提高用户的安全意识和自我保护能力。

下一步,该公司将密切关注天气变化和电力需求走势,持续优化网架供应结构和电网运行管理,确保冬季电力供应的清洁稳定、安全可靠。  
靳伟

## 明年6月底前医保药品追溯码 将实现全场景应用

国家医保局12月6日表示,预计2024年底,公众通过国家医保服务平台APP“药品追溯信息查询”模块,可以查询部分通过医保结算的药品追溯信息。2025年6月底前,药品追溯码将实现全场景应用。

药品追溯码主要用于药品的生产和流通环节的全程监管,确保药品的质量和安全,防止假药、回流药和串换销售。国家医保局目前正会同人社、卫健、药监等部门,共同研究制定文件,协同推进药品追溯码在医保、工伤领域的全流程、全量采集和全场景应用,努力在2025年6月底前实现应采尽采、应扫尽扫、能接尽接。国家医保局表示,无追溯信息的医保药品和耗材将越来越少,公众的用药安全将得到有力保障。

有公众反映,目前无法通过药品追溯码查询药品所有信息。对此,国家医保局表示,药品追溯信息采集和应用,涉及到药品生产、流通和使用等多个环节。在该局开展医保药品追溯信息采集和应用之前,药品追溯码建设,并未完全覆盖到医院、药店和药品消费者等终端使用群体,少数生产、流通企业也未严格按照规定,完成全量药品的赋码、采码和数据上传工作。因而,消费者通过第三方平台,仅能

查询到部分配送环节信息,无法查询到药品所有信息。

随着医保药品追溯信息采集应用的深入推进,待药品上市许可持有人、药品生产企业、药品经营企业和医疗机构全量采集并上传信息后,预计到年底,公众通过国家医保服务平台APP“药品追溯信息查询”模块,可以查询部分通过医保结算的药品追溯信息。此外,国家医保局提示,如果消费者退药后,药品被重新扫码,这通常不会被视为重复流通。退药后,药品的追溯码信息会被更新或重置,表示该药品已经回到了待销售状态,医药机构可以再次进行销售和扫码。

国家医保局介绍,药品、耗材的追溯码会以条形码或二维码的形式印制在包装上,相当于药品“电子身份证”。今后任何人都可能通过扫码了解所买药品的来源。这就完全切断了骗保“回流药”的生存土壤,也会让集采药窜货的现象彻底消失。药品追溯码是国家医保局控制医保资金流向、监督药品销售、打击骗保犯罪的有效手段。在定点零售药店,消费者可借助追溯码核实药品耗材的真伪和来源,杜绝临期、过期药品耗材,确保其质量和安全性。  
据《北京晚报》

## 省市场监管局发布室内加热器消费提示 选择正规商家购买 远离“三无”产品

本报讯(记者 谢斌 张维)12月5日,陕西省市场监管局结合日常产品质量安全风险监测信息及有关案例,发布室内加热器消费提示,提醒广大消费者在购买和使用室内加热器时注意安全。

加热器种类较多,分为电热油汀室内加热器、对流式加热器、电取暖风机(风扇式加热器)、辐射式加热器、板状加热器。购买时选择正规商家,尽量到较大规模、信誉良好、证照齐全的商铺里购买品牌知名度高、口碑好的产品,避免购买“三无”产品,同时记得索要并保留购买时的所有凭证如发票等。查看产品标识和说明书、产品外观、选择合适的功率。一般情况下功率越大,室内加热器热效力也越强,应选择适合自己使用空间面积的室内加热器,且应尽可能地选择有多档位功率可调的产品,可选档位越多,使用时灵活性越强,舒适性也越高。通常20平方米的房间可采用额定功率约

2000W的室内加热器。使用普通10A家用插座的室内加热器的功率不应超过2200W,否则长时间使用会有过热风险。如果确实需要更大功率的室内加热器,就需要使用更大规格的插座并配备相适应的电线。

使用室内加热器之前,应仔细阅读使用说明书,并严格按照说明操作使用。加热器应放在不易触碰的地方,如墙角或靠墙处,但不能紧贴墙面,距离墙面至少20厘米,并远离易燃易爆品。不要直接置于电源插座附近,防止高温导致插座过热起火。凡有“严禁覆盖”“禁止覆盖”等字样的区域,在加热器工作状态下,不要贪图美观或为了烤干衣物,在其上覆盖其他物品(尤其是棉织类),以免引燃发生意外。对流式加热器和风扇式加热器的进气口和排气口严禁有杂物堵塞,并要在加热器前留有足够大的空间,便于空气畅通,加强对流效果,避免局部空间过热。

## 冬季天空亮星最多

据新华社电 进入12月,天空迎来了一年中亮星最“热闹”的季节。争相辉映的繁星“镶嵌”冬季天幕上,吸引星空爱好者们不惧严寒凝神仰望。

“一年里,冬季是肉眼可见亮星最多的季节。夜空中肉眼可见的最亮恒星是天狼星,视星等为-1.46等,位于大犬座。”中国科学院紫金山天文台科普主管王科超说。以12月上旬的北京为例,晚上9时左右,天狼星从天空东南方升起,整夜可见。

冬季星空,还有机会看到夜空中肉眼可见的第二亮恒星老人星。王科超介绍,虽然老人星很亮,但由于它的赤纬很低,因而属于“地区限定款”,大多数北方观察者看不见它。对南方公众而言,当天狼星位于天空正南方时,可以在它的下方尝试寻找老人星。

冬季众多的亮星还会组成该季的代表性图案。由天狼星、小犬座南河三及猎户座参宿四组成的“冬季大三角”是代表图案之一,位于天球的赤道附近,几乎整个北半球都可见到。其中,南河三是

夜空中肉眼可见的第八亮恒星,参宿四的亮度也位居前十。

“冬季大钻石”则是冬季星空另一代表性图案,它是由天狼星、南河三、猎户座的参宿七、金牛座的毕宿五、御夫座的五车二、双子座的北河三连成一个不太规则的六边形。12月上旬天黑后不久,这些璀璨的星空图案便闪耀在东方的天宇,整夜可见。

不仅恒星闪耀,行星也加入冬季星空的“舞台”,让冬季星空更加璀璨。其中,木星位于金牛座,与毕宿五相距不远,火星则位于巨蟹座,与北河三相距不远。

此外,“隐藏”了很长一段时间的金星,也以明亮耀眼的姿态在冬季夜幕中“复出”。王科超解释说,金星是地内行星,总是在太阳的周围,与太阳的最大角距离不超过48度,当金星位于太阳东边时,在黄昏后可见于天空西方,被称为昏星,也叫长庚星;位于太阳西边时,在黎明前可见于天空东方,被称为晨星,也叫启明星。