

平均气温偏高 雨量偏少日照偏多

桂林今冬天气走势如何？ 气象专家给出了最新预测

→ 11月10日，记者在市区上海路看到，市民上午出行穿着厚实（下图），进入午后在暖阳照射下，则换上了短袖（右图）。

进入11月，我们已来到二十四节气的“立冬”。按理说，这个节气代表着冬季开始，但根据气候学标准，桂林地处我国华南地区，正式入冬一般需要等到12月至次年1月。虽然距离真正进入冬季还有一段时间，但我市气象部门已经预测出了接下来的天气走势。总体来看，今年冬季，桂林降雨量偏少、平均气温偏高，出现过程性强降温、极端低温的可能性大。

阶段性偏暖和偏低情况 都会发生

近日，我市气象部门对今年冬季的气候总趋势进行了预测。

总体来看，2024年12月至2025年2月，我市总雨量140~240毫米，比常年同期偏少1~2成；平均气温7.0℃~11.0℃，比常年同期偏高0.1℃~0.5℃，出现过程性强降温、极端低温的可能性大。日照总时数偏多1~2成。霜（冰）冻总日数比常年同期多，北部山区初霜期在12月上旬，其余各地在12月下旬，比常年偏早，而终霜期大约在明年2月下旬，比常年同期偏晚。发生风险较高的气象灾害主要有：霜冻、寒潮、雨雪冰冻、雾、气象干旱等。

其中，在冬季各月气温、雨量趋势预测中，预计12月平均气温8.0℃~12.0℃，比常年同期偏高0.1℃~0.5℃；雨量30~60毫米，接近常年同期。明年1月，平均气温5.5℃~9.5℃，接近常年同期；雨量40~70毫米，偏少2~4成。明年2月，平均气温7.0℃~11.0℃，偏低0.1℃~1.0℃；雨量80~150毫米，偏多1~2成。

日照趋势预测方面，预计12月的日照时数80~110小时，明年1月日照时数40~60小时，明年2月日照时数30~50小时。与常年同期相比，12月偏多，明年1月正常，明年2月偏少。

此外，关于霜冻的预测为，北部及高寒山区有14~24天，中南部8~14天，大部分县（区、市）总日数比常年同期偏多。初霜日期各不同，北部及高寒山区将出现在12月上旬，其余各地在12月下旬。终霜于明年2月下旬，较常年同期偏晚，北部及山区有冰冻。

自治区气候中心也印证了这一点，在气候变暖背景下，大气不稳定性加大，冬季气温波动性可能加大。预计11月至明年2月，整个广西阶段性偏暖和偏低的情况都会发生，并可能出现过程性强降温，出现极端低温的可能性也较大，桂北等地发生阶段性低温雨雪冰冻和霜冻天气风险高。

气象专家提醒，预计今年冬季我市会出现较重霜冻、北部或山区出现低温雨雪冰冻的可能性大，农作物、经济林果及养殖业遭受寒冻害的风险较高，需要加强防范。冬季大部地区降水量偏少，降水时空分布不均，各地可能出现不同程度的气象干旱，需合理安排蓄水用水，抓住有利时

机开展人工增雨作业，提高土壤墒情。预计冬季大风（5级以上）和干燥日数偏多，森林火险等级高，要加强野外用火管理，注意城乡用火安全，做好监测预报、预警和防火工作。

立冬节气后将开启全年 降温最猛时段

从我市气象部门发布的最新预测不难看出，今年冬季将会面临平均气温偏高、降雨量偏少、日照数偏多等特点。其实，从10月份以来至今，我市就呈现出了这些气候特征。

根据国家基本气象观测站监测资料统计，10月1日~30日，我市平均气温16.5℃~21.0℃，与常年同期相比，各地偏高0.5℃~1.7℃。最高气温出现在平乐，为32.8℃，最低气温在资源，为8.0℃。10月1日~12日，资源、兴安、全州、灌阳、龙胜、灵川等北部地区出现了今年第一次连续3~12天日平均气温≤22.0℃的“干冷型”寒露风天气过程。10月14日~17日资源、全州出现连续3~4天日平均气温≤22.0℃的寒露风天气过程。到了10月22日~30日，全市各地日平均气温都降至22℃以下。

降雨量方面，10月1日~30日，全市雨量累计25.4~110.8毫米，各地雨量时空分布不均，地域差异较大，与常年同期相比，全州、灵川、桂林城区、临桂、永福、荔浦偏少2~6成，其余各地偏多1~9成。雨日只有4~9天，主要出现在10月14日~19日、27~28日，其中龙胜、恭城出现了61.8、58.7毫米的降雨。

从我市气象部门的11月气候预测来看，预计北部平均气温13.0℃~15.0℃，中部及南部15.5℃~17.5℃。与历年同期相比，偏高0.1℃~1.0℃。降雨量35~70毫米，与历年同期相比，偏少1~3成。由此可见，平均气温偏高、降雨量偏少等特点持续存在。

眼下，我们已进入二十四节气中的“立冬”，但不少市民对于桂林的天气有一个深刻印象：晴多雨少，还有点热。气象专家表示，这是典型的“小阳春”气象特征，尤其是在南方地区，从立冬至小雪期间，常会出现风和日丽、温暖舒适的天气。但毕竟已进入冬季的第一个节气，冷空气加速进程，活动更加频繁，气温总体呈波动式递减趋势。

根据中央气象台预报，我市本周经历了30℃的气温大幅回暖后，下周就会出现断崖式下跌，预计白天最高气温只有“1”字头，夜晚最低气温将降至个位数。至于我市何时正式入冬？就常年气象数据显示，我市东北部入冬最早，一般在11月下旬步入冬天，其余地区要到12月或次年1月才



会达到入冬标准。

寒意渐重时需要做好防护

眼下，我市受晴空辐射降温影响，气温有昼夜温差大等特点，市民需要做好相关防护。

天气忽冷忽热，人体机能会跟着下降，它是诱发感冒和呼吸道疾病的重要因素。日常生活中，在早晚气温下降时及时添衣保暖，当昼夜温差超过10℃，尝试“洋葱”穿衣法，内穿棉质衣服，外搭防风外套，随时根据气温变化增减衣物。还要保持良好的卫生习惯，做到勤洗手、勤开窗通风、保持室内干净整洁，在密闭人多的环境中佩戴口罩。

养成健康的生活方式也很重要，比如早睡早起、均衡饮食，少吃辛辣刺激油腻食物，戒烟戒酒等。心态上保持安宁平静，以缓和秋天萧杀之气对人体的影响，多走去户外，到一些景色优美的地方旅游。可以适当锻炼，进行呼吸操、扩胸运动、腹式呼吸等，运动不宜过量，以全身微热或微微出汗为宜，避免大汗淋漓。

饮食上，尽量选择扶助正气、健脾补气的食物。比如羊、牛、鸡肉等，避免燥热油腻食物，可用党参、黄芪、生姜等药膳煲汤，以补气驱寒。儿童饮食方面，要注意让孩子养成规律饮食，膳食均衡。此外，进入秋季，脾胃疾病高发，特别是溃疡患者更易复发，这个时节尤其要注意调养脾胃，有慢性胃炎的人群，要少吃或不吃寒凉食物或生冷瓜果。

记者马翔 文/摄