

Hà Nội bắt đầu hứng chịu đợt rét đậm, rét hại kèm mưa nhỏ từ đêm 7/1

18:10 06/01/2021

Từ đêm mai (7/1), Hà Nội bắt đầu hứng chịu đợt rét đậm, rét hại kèm mưa nhỏ. Người dân Thủ đô cần lưu ý các biện pháp phòng tránh để bảo vệ sức khỏe và giảm thiệt hại trong sản xuất nông nghiệp.

Mặc quần áo mỏng nhiều lớp, đeo khẩu trang, giữ ấm phần đầu, ngực, cổ, bàn tay, bàn chân... là cách chống rét hiệu quả khi ra ngoài trời.

Theo Trung tâm Dự báo khí tượng thủy văn quốc gia, bộ phận không khí lạnh mạnh ở phía Bắc vẫn đang di chuyển xuống nước ta. Trong ngày mai, bộ phận không khí lạnh mạnh này sẽ tăng cường và ảnh hưởng đến vùng núi các tỉnh phía Bắc thuộc khu vực Bắc Bộ, sau đó ảnh hưởng đến các nơi khác ở Bắc Bộ...



Ảnh minh họa. (Ảnh: internet)

Do ảnh hưởng của không khí lạnh mạnh nên từ gần sáng 7-1, các tỉnh, thành phố thuộc khu vực Bắc Bộ có mưa, mưa nhỏ. Tối đêm 7-1, khu vực Bắc Bộ và các tỉnh từ Thanh Hóa đến Hà Tĩnh thời tiết chuyển rét đậm, rét hại với nhiệt độ

thấp nhất 8-11 độ C, vùng núi 4-7 độ C, vùng núi cao có nơi dưới 0 độ C và có khả năng xảy ra mưa tuyết, băng giá...

Hà Nội từ đêm nay (6-1) đến sớm mai, không mưa, trời rét, nhiệt độ thấp nhất phổ biến 14-16 độ C, riêng khu vực phía Tây thành phố trong khoảng 13-15 độ C. Đến trưa và chiều 7-1, Hà Nội có mưa nhỏ vài nơi, nhiệt độ cao nhất 15-17 độ C.

Từ đêm 7-1, ảnh hưởng của không khí lạnh mạnh, thời tiết tại Hà Nội chuyển rét hại, nhiệt độ thấp nhất 11-14 độ C. Những ngày sau đó, nền nhiệt tại Thủ đô tiếp tục giảm, thấp nhất ở mức 6-8 độ C...

Theo cơ quan y tế, rét hại (dưới 13 độ C) là nguyên nhân gây ra hiện tượng đột quỵ ở người, nhất là những người cao tuổi, mắc các bệnh huyết áp, tim mạch... Vì vậy, để bảo vệ sức khỏe trong những ngày rét, người cao tuổi nên ngâm chân bằng nước ấm trước khi đi ngủ để tăng khả năng lưu thông của máu và nhiệt độ cho cơ thể... Trước khi ngủ, người dân nên kiểm tra an toàn điện thiết bị sưởi và tuyệt đối không sử dụng bếp than tổ ong để sưởi trong phòng kín.

Khi thức dậy, người dân nên vận động tại chỗ vài phút rồi mới ra khỏi giường. Khi mở cửa để ra ngoài trời, người dân cần mặc quần áo ấm, tránh để gió lạnh lùa trực tiếp hoặc xâm nhập đột ngột vào cơ thể.

Người chăn nuôi cần che chắn kín gió chuồng nuôi; không chăn thả gia súc, gia cầm ngoài trời vào sáng sớm hoặc khi nền nhiệt ở mức dưới 15 độ C; tăng thức ăn giàu tinh bột, muối khoáng, vitamin...

Hà Trần