

今日有分散性雷阵雨体感闷热

下周晴热回归 周三起最高33℃以上

昨日白天,本市出现分散性雷阵雨,津南区和滨海新区个别点达到中雨到大雨。今日上午阴有分散性雷阵雨,下午到夜间阴(宁河、滨海新区分散性雷阵雨转阴)。微风,最高气温32℃,最低27℃。体感温度最高33℃、最低27℃。空气湿度较大,闷热感明显。

昨日7时至16时,全市平均降

雨量0.6毫米。最大降雨量41.5毫米,最大小时降雨量37.5毫米,均出现在滨海新区中塘南台。中心城区最大降雨量1.0毫米,出现在红桥区先春园。蓟州区最大降雨量0.1毫米。

受副热带高压影响,预计周一到周二晴间多云,最高气温33℃至35℃,最低28℃。下周二体

感温度最高将达37℃,高温闷热感更加明显。外出或户外作业的市民需注意防暑防晒。

下周三至周四有一次阴天过程,两日最高气温33℃,最低28℃。下周五多云,最高气温升至36℃,最低28℃,体感温度最高将达38℃。

记者 王婷

2026年普通高中录取全部结束

截至7月25日,本市普通高中征询志愿录取工作完成,全市普通高中学校录取工作全部结束。7月25日14时起,考生可登录招考资讯网(www.zhaokao.net),进入“公众服务大厅—录取查询”查询本人录取结果。考生还可打开“津心办”App或微信小程序,点击“2026年中考录取查询”轮播图进入查询页面。尚未被录取的考生,可关注后续其他类学校招生安排。

记者 常健

院校	录取最低分	最低分优先录取顺序		
		同等优先	语数外成绩和	语数成绩和
90631 ◆天骄高级中学	540.00	无	253.50	174.50

注: 1. 其他参加征询志愿的学校均未完成招生计划。
2. “最低分优先录取顺序”是指各招生学校录取末位考生的基本信息。

—— 2026年普通高中学校征询志愿录取最低分 ——

昨日进二伏 冬病夏治正当时

昨日进二伏。今年三伏共40天,属长三伏。此时自然界阳气最为浮盛,人体腠理开泄、气血趋于体表,是“冬病夏治”的最佳时机。天津中医药大学第一附属医院治未病健康管理中心主任、主任医师董桦介绍,“冬病夏治”是一套系统组合拳,不仅限于穴位贴敷疗法(三伏贴),还有艾灸、中药内服等多种方式。

“冬病夏治”的理论源于《黄帝内经》“春夏养阳,秋冬养阴”的治

未病思想。所谓“冬病”,指遇寒加重、冬季易发或反复发作的慢性病,如哮喘、关节炎等,多为阳虚所致。“夏治”则是借三伏天暑热鼎盛、人体气血流畅之机,运用温热药物或疗法温补阳气,调整人体阴阳平衡,减少冬季发病。

三伏贴是最为人熟知的疗法。临床常选用白芥子、细辛、甘遂、延胡索等辛温走窜的中药,辅

以鲜姜汁调制成药饼,贴敷于特定穴位,温通经络。艾灸疗法包括督灸、脐灸、温针灸等。三伏天人体阳气浮于表而虚于里,此时施以艾火纯阳之性,灸大椎、关元、足三里、神阙等要穴,能温补脾肾之阳,驱散阴寒凝滞。中药内服(汤剂与代茶饮)重在“清补”与“温通”结合,需由专业中医师望闻问切后开立,遵循“一人一方”。

董桦提醒,“冬病夏治”并非包治百病,前提是辨体施治。因人、因时、因地“三因制宜”,方能安穩度夏、从容过冬。

记者 李梅旭



昨日,以“职引未来 筑梦青春”为主题的天津市2026年百日千万专场招聘会在西青永旺梦乐城中北店举办,66家企业现场招聘,还通过就业招聘、职业指导服务、政策宣讲等方面为现场企业及求职者提供服务。

记者 潘立峰 摄

雷暴天气警惕“雷暴哮喘”

近期多地雷暴天气频发,不少医院急诊科接连接诊雷雨后发现急性喘息、胸闷及持续性干咳的患者。

雷暴天气为何会诱发哮喘?宁夏医科大学总医院急诊科主任医师冯珂解释,雷暴期间,强风将花粉、霉菌等过敏原卷入空气,受强气流影响,这些过敏原被破碎成更微小颗粒,极易被人体吸入。微粒随气流沉降至地面,使空气中可吸入过敏原浓度急剧上升。吸入

后,气道黏膜通透性改变,过敏原更易侵入气道,引发过敏反应,导致哮喘急性发作。

“雷雨天,四类人群最容易‘中招’。”宁夏疾控中心环境卫生与消毒杀虫科主任医师齐爱说,包括有雷暴哮喘发作史者、确诊哮喘且对花粉或霉菌过敏者、季节性过敏性鼻炎患者,以及花粉过敏原检测阳性、有过敏性疾病家族史的“隐匿人群”。

专家建议,易感人群应及时关

注雷暴预警,雷暴来临前、发生期间及雨后短时间内严格减少外出;必须外出时佩戴N95或KN95口罩和密封护目镜,回家后立即换衣、洗脸漱口、用生理盐水冲洗鼻腔;同时预防性使用抗过敏药物,随身携带哮喘急救药。一旦哮喘发作,尽量采取半坐位或坐位,使用急救药物,每隔20分钟吸入一次。若连续使用3次后症状仍未缓解,务必及时就医。

新华社记者 邹欣媛



荧屏早知道

电视剧

■ 文艺频道

19:00 多彩剧场:郎本无情(3—5)

莫君强的话让张慕哲相信了他就是天宝,叶学辉也为天宝进行了开脱。莫语堂说他这么多年来和张叔庭合伙做生意,欠了别人不少账,他提出欠三千大洋的钱,张慕哲将钱给了他并按照天宝的主意留下了莫语堂,张慕哲让他在张家做个账房先生。

专题

■ 天津卫视

21:20 非你莫属

江西姑娘刘忆是天津财经大学珠江学院会计学大一本科生,深耕专业、负重前行渴望提早历练;刘畅然是天津天师学院舞蹈表演专业在读本科生,对口求职却遭遇能力考验;26岁的任雨新是天津农学院水产养殖专业硕士,跨界转型寻求职业破局。本期三位特色鲜明的求职者直面职场考验、突破自我局限,见证青春逐梦力量!

电视节目表

■ 天津卫视

19:30 剧场:蜜语纪

21:20 非你莫属

■ 新闻频道

18:30 天津新闻

18:57 都市报道60分

■ 文艺频道

19:00 多彩剧场:郎本无情

21:20 相声大会

■ 影视频道

19:00 强档剧场:擒狼

22:00 晚间剧场:百媚千娇

■ 都市频道

18:20 津津有味

20:55 都市生活剧场:沉默的荣耀

■ 体育频道

18:00 旗开得胜

22:00 世界杯经典回眸:2010年世界杯八分之一决赛 巴西VS智利

■ 教育频道

19:25 问律师

20:10 百医百顺

(节目如有变动 以当天播出为准)

明日演艺

★剧目:相声专场

明日 19:30 名流茶馆

★剧目:相声专场

明日 19:30 谦祥益文苑

★剧目:相声专场

明日 19:30 天津市西岸相声剧场

★剧目:相声专场

明日 19:30 民园相声茶馆

★剧目:相声专场

明日 19:30 哏都青年相声剧场

★剧目:相声专场

明日 20:00 武清貽笑坊相声会馆

(么家佳)