

如何明智地度过今年和未来的酷暑

How to survive this (and next) summer heat like a genius



“天气太热了！”

这句话已经越来越没有争议了。致命的热浪是气候变化又一个活生生的指标，没有人能否认这一点。

热衰竭和中暑等与酷热相关的病症不仅仅会给人造成疲劳和恶心，身体过热甚至会夺去人的生命，这种情况可能发生在任何人身上。此外，过度暴露在直射阳光下还会带来其他严重的健

康风险，例如皮肤癌、白内障、免疫系统受损等。

为什么天气这么热？

汗流浹背的人类和“发烧”的地球都想搞明白为什么天气变得如此之热。

从科学角度来说，到达地球表面的阳光刚好足以维持人类、动物和植物的生命，剩余热量会被反射出地球表面，

防止地球和人类过热。但现在的情况不再是这样了，“剩余热量”被锁住，而没有向外散发。

热量是如何被锁住的？

那么，是什么锁住了热量呢？答案是温室气体。

既然如此，我们为什么不消除温室气体呢？我们不能是因为，其中一些温室气体本身就是大气层的天然组成部分。那么，为什么温室气体会变得如此有害呢？其实温室气体并不坏，只是太多了。在这一点上，全球变暖已为人类敲响了警钟。

温室气体可以是天然的，也可以是人造的。当谈到气候变化时，我们讨论的是人造温室气体，比如含氢氯氟烃（HCFCs）、氢氟碳化合物（HFCs）等物质就是广泛用于生产生活的人造温室气体，建造屋顶和墙壁、生产平底玻璃杯以及制造冰箱和空调都会产生这类温室气体。

总而言之，人类活动导致了热量滞留在我们生活的低层大气中。

聪明人如何熬过今年和未来的酷暑？

聪明人往往从根源上解决问题。我们不太可能对冷饮、冰淇淋和高功率空调熟视无睹，这些都是降温生存的攻略，也是我们能挺过酷热的依赖。但这些办法有一个共同点：使用制冷剂。

HCFCs、HFCs等物质能让人类感到凉爽，暂时忘记炎热，对我们来说是一种制冷剂，但对地球来说却是一种加热剂。在冰箱和空调中，HFC通常被装在一个我们很少能亲眼看到的彩色圆形容容器里。当制冷行业生产、使用和处理HFC时，就会排放温室气体，因此热量也会随之而来。与航空业相比，制冷业的排放量更大，其二氧化碳排放量占全球排放量的10%。

像你一样的聪明人，会明智地对含有HCFCs、HFCs的冰箱和空调说“不”，并在下次购买时选用含有低（零）全球变暖潜能值（GWP）制冷剂的冰箱和空调。如果你不打算购买新设备，请正确地维护和保养现有设备，以确保制冷剂不泄漏。许多国家和企业正从HCFCs、HFCs制冷剂向替代制冷剂过渡，你明智的选择会证明他们的改变是对的。这种改变听起来遥不可及，但事实并非如此。这样惊人的大变革，恰恰是从你自身开始的，也是从你的家中开始的。

根据联合国环境规划署的数据，如果所有人，包括我们每个人的家庭和各国政府，根据《蒙特利尔议定书》基加利修正案》的要求于2047年前将HFCs使用量减少85%，我们就能够在2100年前避免全球气温上升0.5摄氏度。换句话说，我们可以期待未来的夏天更凉爽。

本文由联合国环境规划署、生态环境部对外合作与交流中心供稿



《探寻大自然的神秘与美丽》 李丽川 / 摄