



# 防暑降温 健康度夏

7月22日，我国进入大暑节气，一年中最热时段到来了。健康度夏，从防暑降温做起，使用空调时，室内外温度差不宜超过8摄氏度，避免吹风受凉，引发感冒或关节不适。