भारत सरकार
पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय
भारत मौसम विज्ञान विभाग

प्रेस विज्ञप्ति
तारीखः 14 दिसंबर, 2025
जारी करने का समय: 1350 घंटे

विषय: (i) ठंडी लहर की स्थिति 15 और 16 दिसंबर को तेलंगाना तथा आंतरिक कर्नाटक के अलग-अलग स्थानों पर बनी रहने की बहुत संभावना है तथा 15 दिसंबर को उत्तर आंतरिक कर्नाटक में गंभीर ठंडी लहर की स्थिति बनी रहने की संभावना है।

(ii) सुबह के समय उत्तर प्रदेश के अलग-अलग हिस्सों में 15 एवं 16 दिसंबर को घने कोहरे की स्थिति बनी रहने की बहुत संभावना है तथा 15 दिसंबर को उत्तर प्रदेश में अत्यंत घना कोहरा रहने की संभावना है। सुबह के समय उत्तर-पूर्वी भारत में 15-19 दिसंबर, हिमाचल प्रदेश में 15-17 दिसंबर, पंजाब, हरियाणा, चंडीगढ़ तथा उत्तर-पूर्वी मध्य प्रदेश में 15 एवं 16 दिसंबर को अलग-अलग हिस्सों में घने कोहरे की स्थिति बनी रहने की बहुत संभावना है।

अतीत 24 घंटों (14 दिसंबर, 0830 भा.मा.स. तक) के दौरान वास्तविक मौसम:

- अंडमान द्वीप समूह के अलग-अलग स्थानों पर **भारी वर्षा** दर्ज की गई।
- सुबह के समय उत्तर प्रदेश के अलग-अलग हिस्सों में **अत्यंत घना से घना कोहरा (दृश्यता <50 मीटर)** बना रहा; **घना कोहरा (दृश्यता 50-199 मीटर):** मेघालय, हिमाचल प्रदेश, हरियाणा, उत्तर-पूर्वी मध्य प्रदेश के अलग-अलग हिस्सों में दर्ज किया गया; **मध्यम से घना कोहरा** दिल्ली-एनसीआर में भी बना रहा।
- **दर्ज की गई दृश्यता (≤200 मीटर): पश्चिम उत्तर प्रदेश:** आगरा वायुसेना अड्डा-00 मीटर, आगरा (ताज)-20 मीटर, अलीगढ़-30 मीटर, मुरादाबाद-50 मीटर, अलीगढ़-150 मीटर; **पूर्वी उत्तर प्रदेश:** प्रयागराज वायुसेना अड्डा-00 मीटर, प्रयागराज-20 मीटर, वाराणसी हवाई अड्डा, बलिया एवं चुर्क-50 मीटर प्रत्येक, **पूर्वी मध्य प्रदेश:** रीवा 50 मीटर; मेघालय: बारापानी 100 मीटर; **हिमाचल प्रदेश:** बिलासपुर-100 मीटर; **हरियाणा:** हिसार 40 मीटर; **दिल्ली:** सफदरजंग: 200 मीटर।
- आंतरिक कर्नाटक के अलग-अलग स्थानों पर **शीत लहर से गंभीर शीत लहर** की स्थिति बनी रही।

मौसमी प्रणालियाँ, पूर्वानुमान एवं चेतावनियाँ (परिशिष्ट I एवं II देखें):

- पश्चिमी विक्षोभ उत्तर पाकिस्तान के ऊपर निचली क्षोभमंडलीय स्तर पर एक ऊपरी वायु चक्रवाती परिसंचरण के रूप में मौजूद है।
- एक अन्य पश्चिमी विक्षोभ मध्य क्षोभमंडलीय स्तर पर एक गर्त के रूप में लगभग देशांतर 55°E के साथ अक्षांश 30°N के उत्तर में चल रहा है।
- उपोष्णकटिबंधीय पश्चिमी जेट स्ट्रीम, जिसकी कोर हवाएँ समुद्र तल से 12.6 किमी ऊंचाई पर 95 नॉट तक की गति वाली हैं, पश्चिम एवं इससे सटे उत्तर-पश्चिम भारत के ऊपर प्रचलित है।
- एक नया कमजोर पश्चिमी विक्षोभ 17 दिसंबर 2025 की रात से पश्चिमी हिमालयी क्षेत्र को प्रभावित करने की संभावना है। इसके प्रभाव में 18 एवं 19 दिसंबर को जम्मू-कश्मीर-लद्दाख-गिलगित-बाल्टिस्तान-मुजफ्फराबाद के अलग-अलग स्थानों पर हल्की वर्षा/हिमपात होने की संभावना है।

इन प्रणालियों के प्रभाव में, निम्नलिखित मौसम संभावित है:

- जम्मू-कश्मीर-लद्दाख-गिलगित-बाल्टिस्तान-मुजफ्फराबाद के अलग-अलग स्थानों पर 14 एवं 15 दिसंबर को तथा हिमाचल प्रदेश और उत्तराखंड में 14 दिसंबर को तथा अरुणाचल प्रदेश में 15-17 दिसंबर के दौरान हल्की वर्षा/हिमपात होने की संभावना है।
- अंडमान एवं निकोबार द्वीप समूह के अलग-अलग स्थानों पर 14-18 दिसंबर के दौरान 30-40 किमी/घंटा तक की गति वाली झोंकेदार हवाओं के साथ गरज और बिजली की बहुत संभावना है।

आज, 14 दिसंबर, 0830 भा.मा.स. तक के पिछले 24 घंटों के दौरान तापमान दशाएँ:

- न्यूनतम तापमान जम्मू-कश्मीर-लद्दाख-गिलगित-बाल्टिस्तान-मुजफ्फराबाद के कई स्थानों पर 5°C से नीचे रहे; हिमाचल प्रदेश तथा उत्तराखंड के अलग-अलग स्थानों पर तथा पंजाब, हरियाणा, चंडीगढ़ एवं दिल्ली, उत्तर प्रदेश, मध्य प्रदेश में कई स्थानों पर 5°-10°C की रेंज में; छत्तीसगढ़, मध्य महाराष्ट्र, विदर्भ, असम एवं मेघालय के कुछ स्थानों पर; बिहार, झारखंड, आंतरिक ओडिशा, पश्चिम राजस्थान, तेलंगाना, उप-हिमालयी पश्चिम बंगाल एवं सिक्किम के अलग-अलग स्थानों पर रहे। भारत के मैदानी इलाकों में सबसे कम न्यूनतम तापमान 5.6°C राजगढ़ (पश्चिम मध्य प्रदेश) तथा अंबिकापुर (छत्तीसगढ़) में दर्ज किया गया।
- न्यूनतम तापमान सामान्य से काफी नीचे (-5.0°C से -3.1°C) कर्नाटक, विदर्भ, तमिलनाडु, पुडुचेरी एवं कराईकल, ओडिशा, रायलसीमा, पश्चिम मध्य प्रदेश, तेलंगाना तथा छत्तीसगढ़ के अलग-अलग/कुछ स्थानों पर; सामान्य से नीचे (-1.6°C से -3.0°C) तटीय आंध्र प्रदेश एवं यनम के कई स्थानों पर, मराठवाड़ा में; मध्य महाराष्ट्र, कोंकण एवं गोवा के कुछ स्थानों पर; पूर्वी मध्य प्रदेश, केरल एवं महे, असम एवं मेघालय, नागालैंड, मणिपुर, मिजोरम एवं त्रिपुरा, अंडमान एवं निकोबार द्वीप समूह के अलग-अलग स्थानों पर रहे। (परिशिष्ट IV देखें)
- पिछले 24 घंटों के दौरान न्यूनतम तापमान में वृद्धि की प्रवृत्ति जम्मू-कश्मीर, गुजरात क्षेत्र, मध्य महाराष्ट्र, तेलंगाना के कई/कुछ स्थानों पर 1-2°C; हरियाणा, झारखंड, उत्तर आंतरिक कर्नाटक, केरल एवं महे के अलग-अलग स्थानों पर देखी गई; गिरावट की प्रवृत्ति तमिलनाडु, हिमाचल प्रदेश, उत्तर प्रदेश, बिहार, दक्षिण आंतरिक कर्नाटक के कुछ हिस्सों में 1-2°C दर्ज की गई।

न्यूनतम तापमान का पूर्वानुमान:

- अगले 3 दिनों के दौरान उत्तर-पश्चिम भारत में न्यूनतम तापमान में लगभग 2°C की धीरे-धीरे गिरावट होने की संभावना है और उसके बाद अगले 4 दिनों में लगभग 2°C की बढ़ोतरी होगी।
- अगले 3 दिनों के दौरान गुजरात में न्यूनतम तापमान में कोई खास बदलाव होने की संभावना नहीं है और उसके बाद अगले 4 दिनों में 2-3°C की बढ़ोतरी होगी।
- अगले 7 दिनों के दौरान भारत के बाकी हिस्सों में न्यूनतम तापमान में कोई खास बदलाव नहीं होगा।

सघन कोहरा एवं शीत लहर चेतावनियाँ:

- 15 और 16 तारीख को तेलंगाना और अंदरूनी कर्नाटक में कुछ जगहों पर शीतलहर चलने की बहुत ज़्यादा संभावना है, और 15 दिसंबर को उत्तरी अंदरूनी कर्नाटक में गंभीर शीतलहर चलने की संभावना है।
- 15-19 तारीख के दौरान पूर्वोत्तर भारत के कुछ इलाकों में, 15-17 तारीख के दौरान हिमाचल प्रदेश में, 15 और 16 दिसंबर को पंजाब, हरियाणा, चंडीगढ़ और उत्तर-पूर्वी मध्य प्रदेश में सुबह के शुरुआती घंटों/सुबह के समय घना कोहरा छाए रहने की बहुत ज़्यादा संभावना है।
- 15 और 16 दिसंबर को उत्तर प्रदेश के कुछ इलाकों में सुबह के शुरुआती घंटों/सुबह के समय घना कोहरा छाए रहने की बहुत ज़्यादा संभावना है, और 15 दिसंबर को उत्तर प्रदेश में बहुत घना कोहरा छाए रहने की संभावना है।

मछुआरों के लिए चेतावनी:

मछुआरों को सलाह दी जाती है कि वे निम्नलिखित क्षेत्रों में न जाएं:

• बंगाल की खाड़ी: 14 से 17 दिसंबर के दौरान मन्नार की खाड़ी और आस-पास के कोमोरिन इलाके में मछली पकड़ने न जाएं।

ii) दिल्ली/एनसीआर में 14-17 दिसंबर 2025 तक मौसम की स्थिति और पूर्वानुमान (परिशिष्ट III)

अधिक जानकारी के लिए, कृपया राष्ट्रीय मौसम बुलेटिन देखें:

https://mausam.imd.gov.in/responsive/all_india_forcast_bulletin.php

जिला-वार चेतावनियों के लिए: https://mausam.imd.gov.in/responsive/districtWiseWarningGIS.php

मछुआरों की चेतावनी के लिए: https://rsmcnewdelhi.imd.gov.in/fishermen-warning.php

महत्वपूर्ण बारिश दर्ज की गई (सेमी में) (कल सुबह 0830 बजे से आज सुबह 0830 बजे तक):

- **अंडमान और निकोबार द्वीप समूह:** लॉन्ग आइलैंड (जिला उत्तरी और मध्य अंडमान) 7, माया बंदर (जिला उत्तरी और मध्य अंडमान) 3, हट बे (जिला दक्षिण अंडमान) 3, पोर्ट ब्लेयर (जिला दक्षिण अंडमान) 2
- **कश्मीर, लद्दाख और हिमाचल प्रदेश** के ऊंचे इलाकों में हल्की से मध्यम बारिश/बर्फबारी हुई।

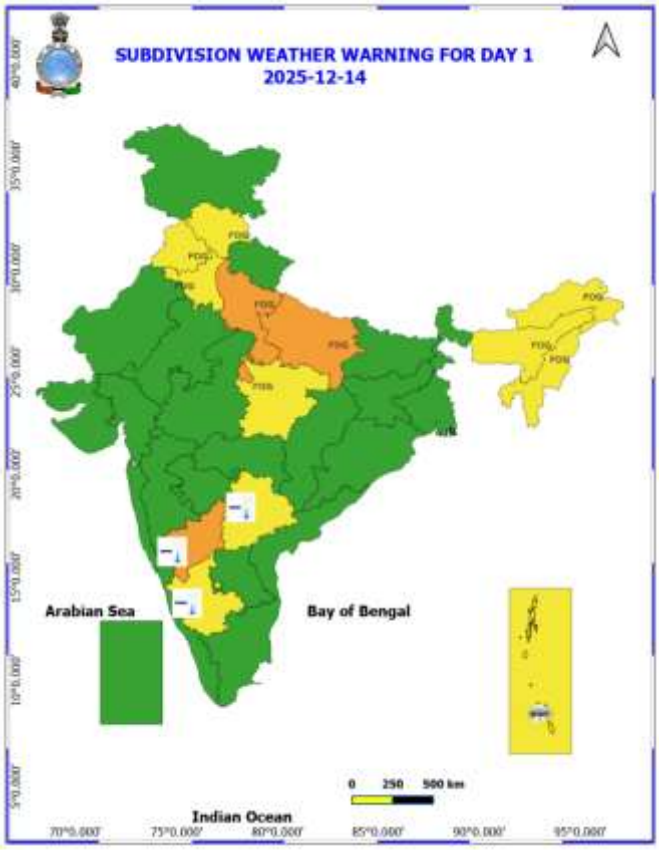
अनुलग्नक I

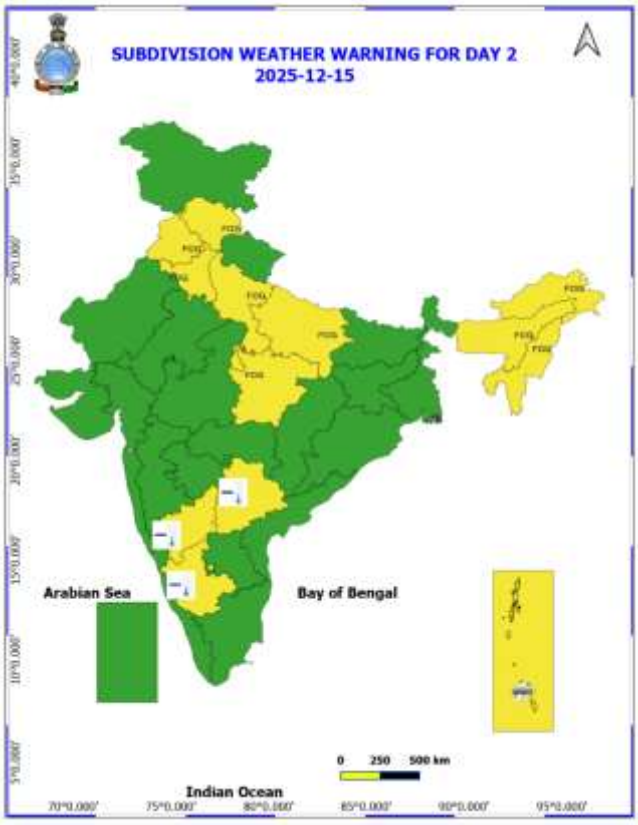
Table-1

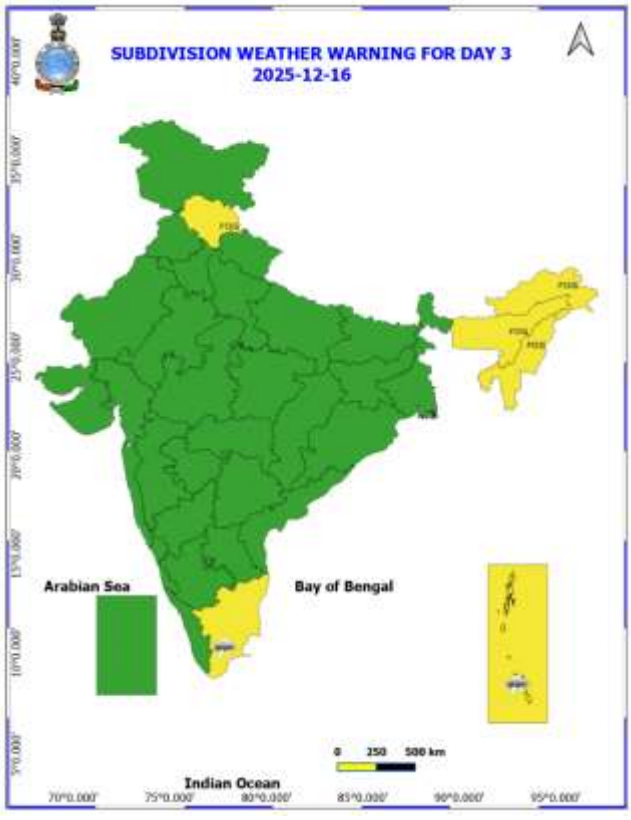
7 Days Rainfall Forecast

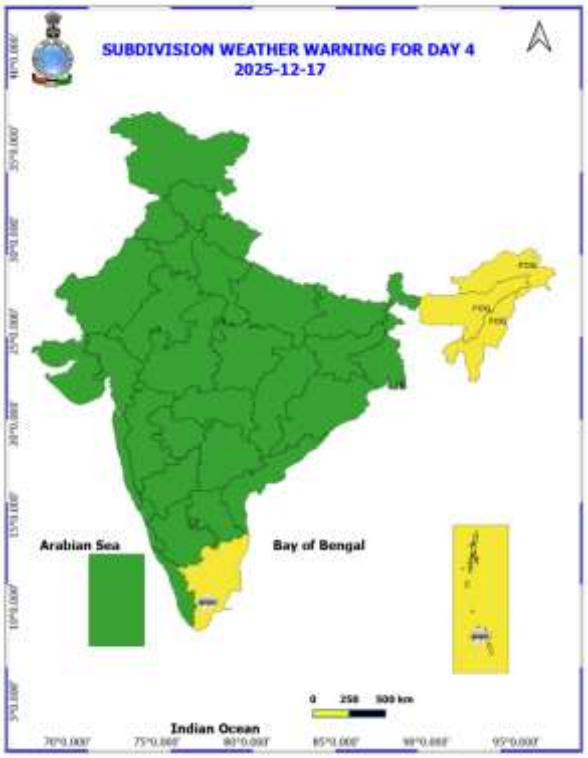
S.No.	Subdivision	14- Dec	15- Dec	16- Dec	17- Dec	18- Dec	19- Dec	20- Dec
		Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	Day 6	Day 7
1	ANDAMAN & NICOBAR ISLANDS	FWS	FWS	SCT	SCT	SCT	SCT	SCT
2	ARUNACHAL PRADESH	DRY	ISOL	ISOL	ISOL	DRY	DRY	DRY
3	ASSAM & MEHGHALAYA	DRY	DRY	ISOL	ISOL	DRY	DRY	DRY
4	NAGALAND, MANIPUR, MIZORAM AND TRIPURA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
5	SUB HIMALAYAN WEST BENGAL & SIKKIM	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
6	GANGETIC WEST BENGAL	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
7	ODISHA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
8	JHARKHAND	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
9	BIHAR	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
10	EAST UTTAR PRADESH	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
11	WEST UTTAR PRADESH	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
12	UTTARAKHAND	ISOL	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
13	HARYANA, CHANDIGARH & DELHI	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
14	PUNJAB	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
15	HIMACHAL PRADESH	ISOL	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	ISOL
16	JAMMU AND KASHMIR AND LADAKH	ISOL	ISOL	DRY	DRY	ISOL	ISOL	ISOL
17	WEST RAJASTHAN	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
18	EAST RAJASTHAN	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
19	WEST MADHYA PRADESH	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
20	EAST MADHYA PRADESH	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
21	GUJRAT REGION	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
22	SAURASHTRA & KUTCH	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
23	KONKAN & GOA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
24	MADHYA MAHARASHTRA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
25	MARATHWADA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
26	VIDARBHA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
27	CHHATTISGARH	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
28	COASTAL ANDHRA PRADESH	DRY	DRY	DRY	ISOL	DRY	DRY	DRY
29	TELANGANA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
30	RAYALASEEMA	DRY	DRY	ISOL	ISOL	DRY	DRY	DRY
31	TAMILNADU & PUDUCHERRY	DRY	ISOL	ISOL	ISOL	ISOL	DRY	DRY
32	COSTAL KARNATAKA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
33	NORTH INTERIOR KARNATAKA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
34	SOUTH INTERIOR KARNATAKA	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY	DRY
35	KERALA AND MAHE	ISOL	DRY	ISOL	ISOL	ISOL	DRY	DRY
36	LAKSHADWEEP	DRY	DRY	DRY	DRY	SCT	SCT	DRY

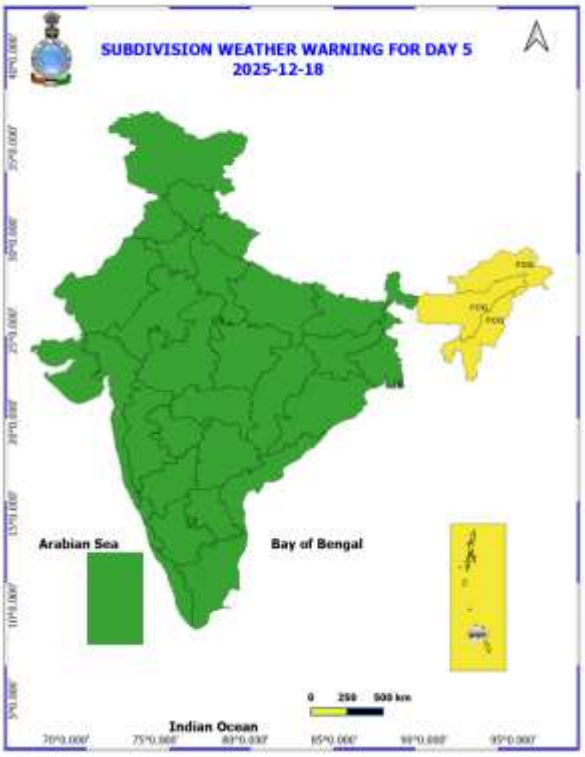
• जैसे-जैसे लीड पीरियड बढ़ता है पूर्वानुमान सटीकता कम हो जाती है।

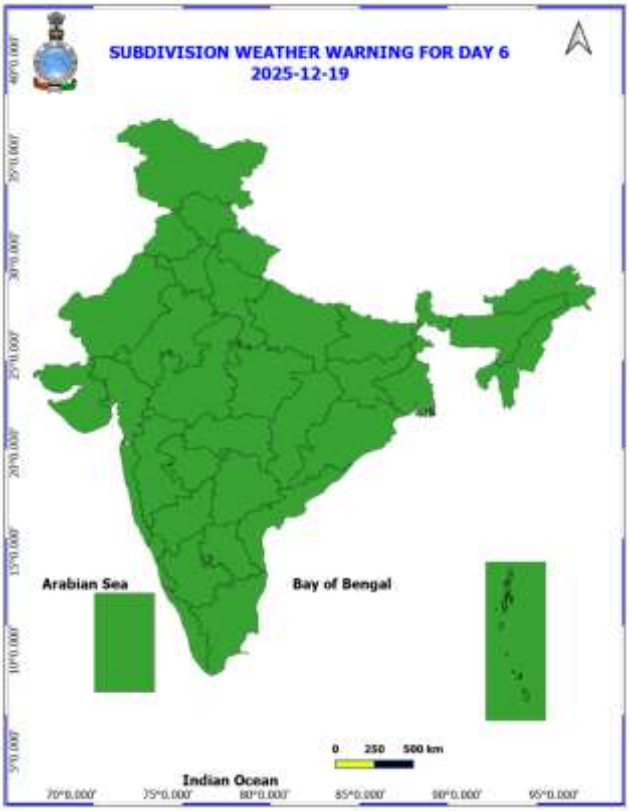

SUBDIVISION WEATHER WARNING FOR DAY 1
2025-12-14
Arabian Sea
Bay of Bengal
Indian Ocean
0 250 500 km

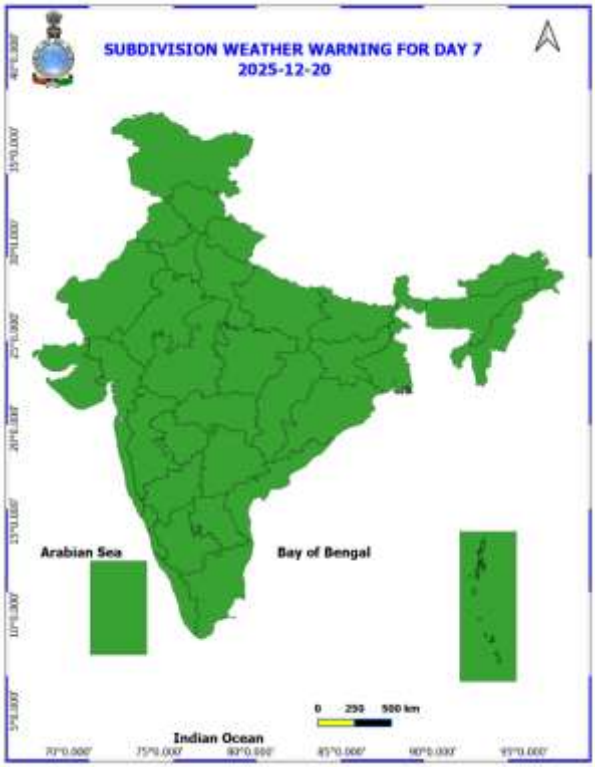

SUBDIVISION WEATHER WARNING FOR DAY 2
2025-12-15
Arabian Sea
Bay of Bengal
Indian Ocean
0 250 500 km


SUBDIVISION WEATHER WARNING FOR DAY 3
2025-12-16
Arabian Sea
Bay of Bengal
Indian Ocean
0 250 500 km









- नारंगी और लाल रंग की चेतावनियों के आधार पर कार्रवाई की जा सकती है।
- असुरक्षित क्षेत्रों में भारी वर्षा की चेतावनी के लिए शहरी और पहाड़ी क्षेत्रों में कार्रवाई शुरू की जा सकती है।
- जैसे-जैसे समय बढ़ता है, पूर्वानुमान की सटीकता कम होती जाती है।

अगले पाँच दिनों के लिए जिलेवार विस्तृत बहु-जोखिम मौसम चेतावनी यहाँ उपलब्ध है

https://mausam.imd.gov.in/responsive/districtWiseWarningGIS.php

14 से 17 दिसंबर 2025 के दौरान दिल्ली/एनसीआर में मौसम का पूर्वानुमान

पिछला मौसम:

पिछले 24 घंटों के दौरान दिल्ली में अधिकतम और न्यूनतम तापमान में कोई खास बदलाव नहीं हुआ है। दिल्ली में अधिकतम और न्यूनतम तापमान क्रमशः 24 से 26 डिग्री सेल्सियस और 08 से 10 डिग्री सेल्सियस के आसपास रहा। न्यूनतम तापमान कुछ जगहों पर सामान्य से कम (-0.4 से -1.3 डिग्री सेल्सियस) और दिल्ली में सामान्य (-0.4 से 1.4 डिग्री सेल्सियस) रहा। अधिकतम तापमान कुछ जगहों पर सामान्य (1.0 से 1.5 डिग्री सेल्सियस), कई जगहों पर सामान्य से ज़्यादा (1.5 से 2.2 डिग्री सेल्सियस) और दिल्ली में कुछ जगहों पर काफी ज़्यादा (2.0 से 2.5 डिग्री सेल्सियस) रहा। सफदरजंग एयरपोर्ट पर 14 दिसंबर 2025 को 0800 बजे IST पर सबसे कम विजिबिलिटी 200 मीटर रिकॉर्ड की गई, जो बाद में 0830 बजे IST पर बढ़कर 400 मीटर हो गई। पालम एयरपोर्ट पर 14 दिसंबर 2025 को 0800 बजे IST पर सबसे कम विजिबिलिटी 350 मीटर रिकॉर्ड की गई, जो बाद में 0830 बजे IST पर बढ़कर 400 मीटर हो गई। पिछले 24 घंटों के दौरान मुख्य रूप से आसमान साफ रहा और सतह पर हवा पश्चिम दिशा से चली, जिसकी गति 08 किमी प्रति घंटा तक रही। आज सुबह क्षेत्र में आंशिक रूप से बादल छाए रहे और हवा शांत रही।

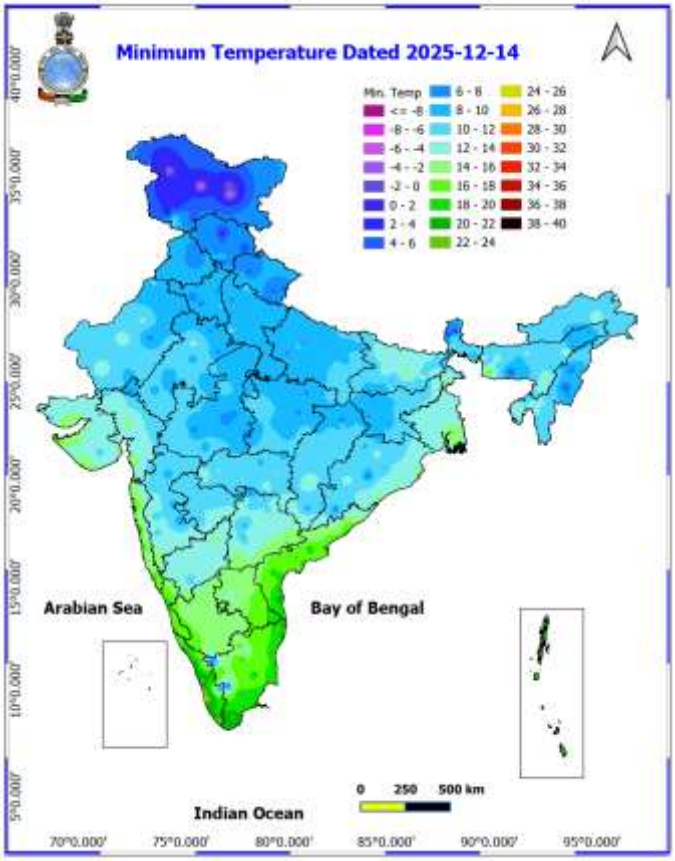
मौसम का पूर्वानुमान:

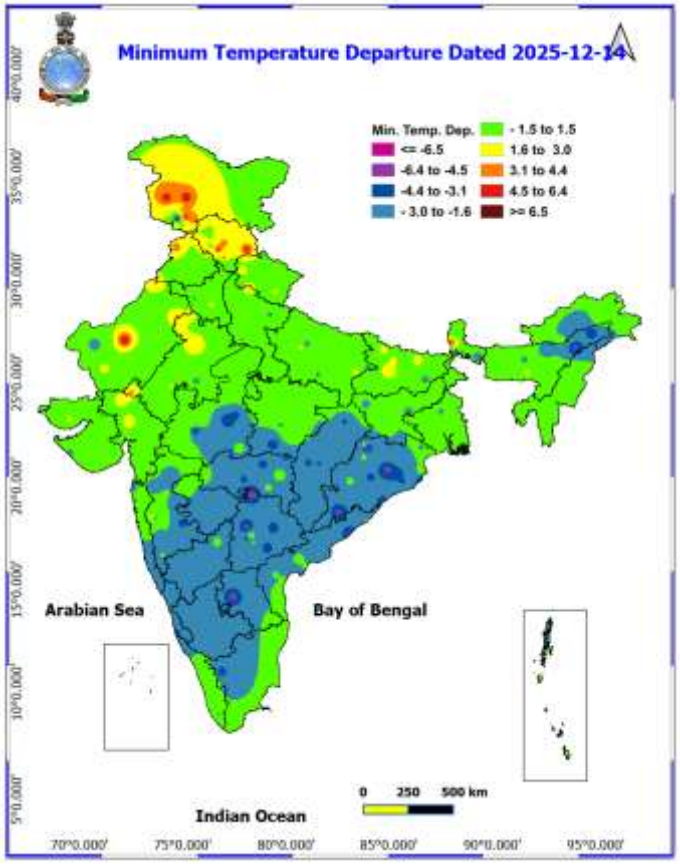
14.12.2025: आंशिक रूप से बादल छाए रहेंगे। रात में धुंध/हल्का कोहरा रहेगा। अधिकतम तापमान 23 से 25 डिग्री सेल्सियस के बीच रहने की संभावना है। दिल्ली में अधिकतम तापमान सामान्य से ज़्यादा (1.5 डिग्री सेल्सियस तक) रहेगा। दोपहर के समय सतह पर हवा मुख्य रूप से उत्तर दिशा से चलने की संभावना है, जिसकी गति 05 किमी प्रति घंटा तक रहेगी। शाम और रात में हवा की गति उत्तर-पश्चिम दिशा से 05 किमी प्रति घंटा से कम रहेगी।

15.12.2025: मुख्य रूप से आसमान साफ रहेगा। सुबह के समय ज़्यादातर जगहों पर हल्का कोहरा और कुछ जगहों पर मध्यम कोहरा रहेगा। दिल्ली में अधिकतम और न्यूनतम तापमान क्रमशः 24 से 26°C और 07 से 09°C के बीच रहने की संभावना है। न्यूनतम तापमान सामान्य से ज़्यादा (0.4 से 1.0°C) और अधिकतम तापमान सामान्य से ज़्यादा (2.0°C तक) रहेगा। सुबह के समय हवा मुख्य रूप से उत्तर-पश्चिम दिशा से चलेगी और हवा की गति 10 किमी प्रति घंटा तक पहुँच सकती है। दोपहर में हवा की गति उत्तर-पश्चिम दिशा से बढ़कर 15 किमी प्रति घंटा हो जाएगी। शाम और रात में हवा की गति उत्तर-पश्चिम दिशा से घटकर 10 किमी प्रति घंटा हो जाएगी।

16.12.2025: आसमान मुख्य रूप से साफ़ रहेगा। सुबह के समय हल्की धुंध रहेगी। दिल्ली में अधिकतम और न्यूनतम तापमान क्रमशः 24 से 26°C और 07 से 09°C के बीच रहने की संभावना है। न्यूनतम तापमान सामान्य के करीब रहेगा और अधिकतम तापमान सामान्य से ज़्यादा (1.0 से 2.0°C) रहेगा। सुबह के समय हवा मुख्य रूप से उत्तर-पश्चिम दिशा से चलेगी और हवा की गति 10 किमी प्रति घंटा तक पहुँच सकती है। दोपहर में हवा की गति उत्तर-पश्चिम दिशा से बढ़कर 25 किमी प्रति घंटा हो जाएगी। शाम और रात में हवा की गति उत्तर-पश्चिम दिशा से घटकर 15 किमी प्रति घंटा हो जाएगी।

17.12.2025: आसमान मुख्य रूप से साफ़ रहेगा। सुबह के समय हल्की धुंध रहेगी। दिल्ली में अधिकतम और न्यूनतम तापमान क्रमशः 23°C से 25°C और 08°C से 10°C के बीच रहने की संभावना है। न्यूनतम तापमान सामान्य के करीब रहेगा और अधिकतम तापमान सामान्य से ज़्यादा (1.0 से 2.0°C) रहेगा। सुबह के समय हवा मुख्य रूप से उत्तर-पश्चिम दिशा से चलेगी और हवा की गति 10 किमी प्रति घंटा तक रहेगी। दोपहर में हवा की गति पश्चिम दिशा से बढ़कर 15 किमी प्रति घंटा हो जाएगी। शाम और रात में हवा की गति उत्तर-पश्चिम दिशा से घटकर 10 किमी प्रति घंटा से कम हो जाएगी।





✓ 15 और 16 दिसंबर को तेलंगाना और अंदरूनी कर्नाटक में कुछ जगहों पर शीत लहर/गंभीर शीत लहर की स्थिति रहने की संभावना है।

प्रभाव अपेक्षित

- ❖ फ्लू, बहती/नाक बंद होना या नाक से खून आना जैसी विभिन्न बीमारियों की संभावना बढ़ जाती है, जो आमतौर पर शीत के लंबे समय तक संपर्क में रहने के कारण होती हैं या बढ़ जाती हैं।
- ❖ कंपकंपी को नजरअंदाज न करें। यह पहला संकेत है कि शरीर गर्मी खो रहा है। घर के अंदर आ जाएं।
- ❖ लंबे समय तक शीत के संपर्क में रहने से शीतदंश हो सकता है। त्वचा पीली, सख्त और सुन्न हो जाती है और अंततः शरीर के खुले हिस्सों जैसे उंगलियों, पैर की उंगलियों, नाक और/या कानों पर काले छाले दिखाई देते हैं। गंभीर शीतदंश में तत्काल चिकित्सा ध्यान और उपचार की आवश्यकता होती है।
- ❖ कुछ स्थानों पर कृषि, फसल, पशुधन, जल आपूर्ति, परिवहन और बिजली क्षेत्र पर प्रभाव।

सुझाए गए उपाय:

- ❖ ढीले-ढाले, हल्के वज़न के गर्म ऊनी कपड़ों की कई परतें पहनें।
- ❖ अपने सिर, गर्दन, हाथों और पैरों की उंगलियों को अच्छी तरह से ढकें क्योंकि शरीर की अधिकांश ऊष्मा इन्हीं अंगों से निकलती है। भारी कपड़े की एक परत के बजाय ढीले-ढाले, हल्के वज़न के गर्म ऊनी कपड़ों की कई परतें पहनें।
- ❖ पर्याप्त प्रतिरक्षा बनाए रखने के लिए विटामिन-सी से भरपूर फल और सब्ज़ियाँ खाएँ और पर्याप्त मात्रा में तरल पदार्थ, अधिमानतः गर्म तरल पदार्थ पिएँ।
- ❖ बाहरी गतिविधियों से बचें या उन्हें सीमित करें।
- ❖ शरीर को सूखा रखें, यदि गीला हो, तो शरीर की गर्मी को कम होने से बचाने के लिए तुरंत कपड़े बदलें। इंसुलेटेड/वाटरप्रूफ जूते पहनें।
- ❖ शरीर के प्रभावित हिस्से को गुनगुने पानी से धीरे-धीरे गर्म करें; त्वचा को ज़ोर से न रगड़ें।
- ❖ यदि प्रभावित त्वचा का हिस्सा काला पड़ जाए, तो तुरंत डॉक्टर से सलाह लें।
- ❖ जहरीले धुएं से बचने के लिए हीटर का उपयोग करते समय वेंटिलेशन बनाए रखें।
- ❖ बिजली और गैस से चलने वाले हीटिंग उपकरणों का उपयोग करते समय सुरक्षा उपाय करें।
- ❖ संवेदनशील लोगों के लिए अत्यधिक देखभाल की आवश्यकता है।

- ❖ शीतदंश/ हाइपोथर्मिया से पीड़ित व्यक्ति के लिए जल्द से जल्द चिकित्सा सहायता लें।
- ❖ पशुओं को शीत के मौसम से बचाएँ।

❖ सुबह के शुरुआती घंटों में घने/बहुत घने कोहरे के कारण असर पड़ने की संभावना है: 15-19 दिसंबर के दौरान पूर्वोत्तर भारत के कुछ इलाकों में, 15-17 दिसंबर के दौरान हिमाचल प्रदेश में, पंजाब, हरियाणा, चंडीगढ़ और दिल्ली, उत्तर-पूर्वी मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश में 15 और 16 दिसंबर को सुबह के समय कोहरा छाए रहने की संभावना है।

❖ परिवहन और विमानन:

- मेट-उप-मंडल के क्षेत्रों में कुछ हवाई अड्डों, राजमार्गों और रेलवे मार्गों पर प्रभाव पड़ सकता है।
- धीमी यात्रा के समय के साथ कठिन ड्राइविंग परिस्थितियाँ।
- यदि एहतियाती उपाय नहीं किए गए, तो इससे कुछ सड़क यातायात दुर्घटनाएँ हो सकती हैं।

❖ बिजली क्षेत्र:

- बहुत घने कोहरे वाले मार्गों में बिजली लाइनों के ट्रिप होने की संभावना।

❖ मानव स्वास्थ्य:

- फेफड़ों से संबंधित स्वास्थ्य प्रभाव: घने कोहरे में कणिका तत्व और अन्य प्रदूषक होते हैं और इनके संपर्क में आने पर ये फेफड़ों में जमा हो जाते हैं, उन्हें अवरुद्ध कर देते हैं और उनकी कार्यात्मक क्षमता को कम कर देते हैं जिससे घरघराहट, खांसी और सांस लेने में तकलीफ बढ़ जाती है।
- अस्थमा, ब्रोंकाइटिस से पीड़ित लोगों पर प्रभाव: लंबे समय तक घने कोहरे के संपर्क में रहने से अस्थमा, ब्रोंकाइटिस और फेफड़ों से संबंधित अन्य स्वास्थ्य समस्याओं से पीड़ित लोगों को सांस लेने में समस्या हो सकती है।
- आँखों में जलन: घने कोहरे में विभिन्न प्रकार के प्रदूषण होते हैं और हवा में मौजूद ये प्रदूषक आँखों की झिल्लियों में जलन पैदा कर सकते हैं जिससे विभिन्न संक्रमण हो सकते हैं जिससे आँखों में लालिमा या सूजन आ सकती है।

सुझाई गई कार्रवाई:

❖ परिवहन और विमानन:

- वाहन चलाते समय या किसी भी परिवहन से यात्रा करते समय सावधान रहें।
- वाहन चलाते समय फॉग लाइट का प्रयोग करें।
- अपनी यात्रा के कार्यक्रम के लिए एयरलाइन, रेलवे और राज्य परिवहन से संपर्क में रहें।

❖ विद्युत क्षेत्र:

- रखरखाव टीम को तैयार रखना।
- मानव स्वास्थ्य: आपातकालीन स्थिति को छोड़कर बाहर जाने से बचना और चेहरा ढकना चाहिए।

शीत लहरों/सामान्य से कम तापमान के संभावित प्रभाव के लिए कृषि मौसम विज्ञान संबंधी सलाह

शीत लहर / कम तापमान के संभावित प्रभाव के लिए कृषि-मौसम संबंधी परामर्श

➢ **आंतरिक कर्नाटक** और **तेलंगाना** में, खड़ी फसलों को निम्न तापमान के प्रतिकूल प्रभाव से बचाने के लिए शाम के समय हल्की और नियमित अंतराल पर सिंचाई करें। मृदा में पर्याप्त तापमान बनाए रखने के लिए मल्चिंग का प्रयोग करें और सब्जियों की नर्सरी और फलों के छोटे पौधों को पुआल या पॉलीथीन शीट से ढक दें।

पशुपालन / मुर्गीपालन

➢ रात के समय पशुओं को शेड के अंदर रखें और शीत से बचाने के लिए उन्हें सूखा बिस्तर उपलब्ध कराएं।
➢ मुर्गी शेड में कृत्रिम प्रकाश की समुचित व्यवस्था सुनिश्चित कर चूजों को आवश्यक ऊष्मा प्रदान करें।

तूफान / तेज़ हवाओं के संभावित प्रभाव के लिए कृषि-मौसम संबंधी परामर्श

➢ बागवानी फसलों, सब्जियों और फलों के नए पौधों व फल देने वाले पौधों को तेज हवाओं के कारण गिरने से बचाने के लिए सहारा प्रदान करें।

किंवदंतियाँ एवं संक्षिप्ताक्षर:

- **भारी वर्षा:** 64.5-115.5 मिमी; **बहुत भारी वर्षा:** 115.6-204.4 मिमी; **अत्यधिक भारी वर्षा: >**204.4 मिमी।

मौसम विज्ञान उप-विभागों का क्षेत्रवार वर्गीकरण:

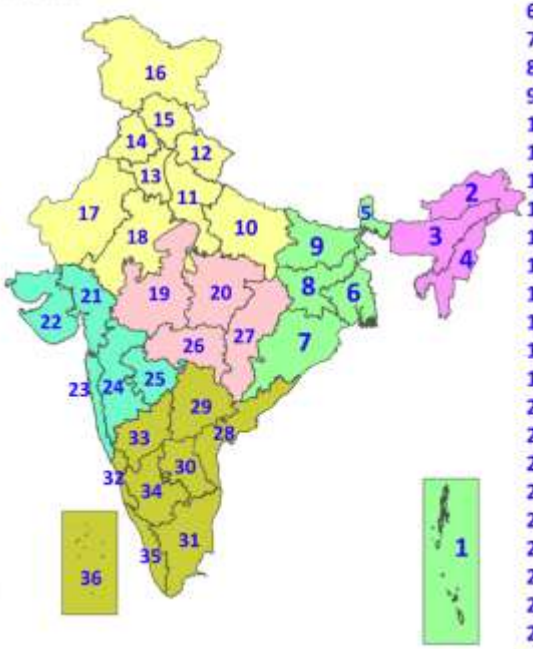
- **उत्तर-पश्चिम भारत:** पश्चिमी हिमालयी क्षेत्र जम्मू-कश्मीर-लद्दाख-गिलगित-बाल्टिस्तान-मुजफ्फराबाद, हिमाचल प्रदेश और उत्तराखंड); पंजाब, हरियाणा-चंडीगढ़-दिल्ली; पश्चिमी उत्तर प्रदेश, पूर्वी उत्तर प्रदेश, पश्चिमी राजस्थान और पूर्वी राजस्थान।
- **मध्य भारत:** पश्चिमी मध्य प्रदेश, पूर्वी मध्य प्रदेश, विदर्भ और छत्तीसगढ़।
- **पूर्वी भारत:** बिहार, झारखंड, उप-हिमालयी पश्चिम बंगाल और सिक्किम; गंगा के मैदानी पश्चिम बंगाल, ओडिशा और अंडमान और निकोबार द्वीप समूह।
- **पूर्वोत्तर भारत:** अरुणाचल प्रदेश, असम और मेघालय और नागालैंड, मणिपुर, मिजोरम और त्रिपुरा।
- **पश्चिम भारत:** गुजरात क्षेत्र, सौराष्ट्र और कच्छ, कोंकण और गोवा, मध्य महाराष्ट्र और मराठावाड़ा।
- **दक्षिण भारत:** तटीय आंध्र प्रदेश और यनम, तेलंगाना, रायलसीमा, तटीय कर्नाटक, उत्तर आंतरिक कर्नाटक, दक्षिण आंतरिक कर्नाटक, केरल और माहे, तमिलनाडु, पुडुचेरी और कराईकल और लक्षद्वीप।

राष्ट्रीय मौसम पूर्वानुमान केन्द्र
भारत मौसम विज्ञान विभाग
पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय

National Weather Forecasting Centre
India Meteorological Department
Ministry of Earth Sciences

LEGENDS

1. अंडमान और निकोबार द्वीपसमूह
2. अरुणाचल प्रदेश
3. असम और मेघालय
4. नागालैंड, मणिपुर, मिजोरम और त्रिपुरा
5. उप-हिमालयी पश्चिम बंगाल और सिक्किम
6. गंगीय पश्चिम बंगाल
7. ओडिशा
8. झारखंड
9. बिहार
10. पूर्वी उत्तर प्रदेश
11. पश्चिम उत्तर प्रदेश
12. उत्तराखंड
13. हरियाणा, चंडीगढ़ और दिल्ली
14. पंजाब
15. हिमाचल प्रदेश
16. जम्मू और कश्मीर और लद्दाख
17. पश्चिम राजस्थान
18. पूर्वी राजस्थान
19. पश्चिम मध्य प्रदेश
20. पूर्वी मध्य प्रदेश
21. गुजरात
22. सौराष्ट्र
23. कोंकण और गोवा
24. मध्य महाराष्ट्र
25. मराठवाड़ा
26. विदर्भ
27. छत्तीसगढ़
28. तटीय आंध्र प्रदेश और यनम
29. तेलंगाना
30. रायलसीमा
31. तमिलनाडु, पुडुचेरी और कराईकल
32. तटीय कर्नाटक
33. आंतरिक उत्तरी कर्नाटक
34. आंतरिक दक्षिणी कर्नाटक
35. केरल और माहे
36. लक्षद्वीप



1. Andaman & Nicobar Islands
2. Arunachal Pradesh
3. Assam & Meghalaya
4. Nagaland, Manipur, Mizoram & Tripura
5. Sub-Himalayan West Bengal & Sikkim
6. Gangetic West Bengal
7. Odisha
8. Jharkhand
9. Bihar
10. East Uttar Pradesh
11. West Uttar Pradesh
12. Uttarakhand
13. Haryana, Chandigarh & Delhi
14. Punjab
15. Himachal Pradesh
16. Jammu & Kashmir and Ladakh
17. West Rajasthan
18. East Rajasthan
19. West Madhya Pradesh
20. East Madhya Pradesh
21. Gujarat
22. Saurashtra
23. Konkan & Goa
24. Madhya Maharashtra
25. Marathwada
26. Vidarbha
27. Chhattisgarh
28. Coastal Andhra Pradesh & Yanam
29. Telangana
30. Rayalaseema
31. Tamilnadu, Puducherry & Karaikal
32. Coastal Karnataka
33. North Interior Karnataka
34. South Interior Karnataka
35. Kerala & Mahe
36. Lakshadweep

SPATIAL DISTRIBUTION (% of Stations reporting)

% Stations	Category	% Stations	Category
76-100	Widespread (WS/Most Places)	26-50	Scattered (SCT/A Few Places)
51-75	Fairly Widespread (FWS/Many Places)	1-25	Isolated (ISOL)

Fog
Heavy Rain
Very Heavy Rain
Extremely Heavy Rain
Thunder & Lightning
Hailstorm
Dust Raising Winds

Heavy Snow
Dust Storm
Heat Wave
Warm Night
Hot Day
Hot & Humid
Strong Surface Winds

Cold Wave
Cold Day
Ground Frost

COLOUR CODED WARNING

- No Warning (No Action)
- Watch (Be Aware)
- Alert (Be Prepared To Take Action)
- Warning (Take Action)

Probabilistic Forecast

Terms	Probability of Occurrence (%)
Unlikely	< 25
Likely	25 - 50
Very Likely	50 - 75
Most Likely	> 75

* Red colour warning does not mean "Red Alert", Red colour warning means "Take Action".
Forecast and Warning for any day is valid from 0830 hours IST of day till 0830 hours IST of next day.
For more details, kindly visit https://mausam.imd.gov.in or contact: 011-2434-4599
(Service to the Nation since 1875)