

# 霾又来了

雾霾对身体有哪些危害？这种天还能外出活动吗？  
孩子能不参加学校规定的户外体育活动吗？……

## 尽量减少外出 更别“霾”头苦练



世界上最远的距离就是看得见路标看不清路



核心提示

□记者 申利超 王博东 见习记者 刘晓宇 实习生 周韦月  
通讯员 谢雅敏/文 记者 张斌/图

昨日，雾霾再度“伏击”我市。不少市民想问，雾霾对身体有哪些危害吗？这种天还能外出活动吗？孩子能不参加学校规定的户外体育活动吗？……洛阳晚报记者走访发现，此次雾霾未对市民出行造成太大影响。医生建议，虽然此次雾霾程度不高，但市民也应尽量减少外出。

### 【户外篇】雾霾来袭，晨练大军“败退”

昨日，雾霾笼罩洛城。公园里原本热闹的早晨，在雾霾的影响下，也冷清了许多。在牡丹公园内，往日的晨练大军不见踪影，只有几位老人戴着口罩在锻炼身体。

“天气不好，按理说不该出来锻炼，我特意推迟了时间，没想到还是这么糟糕。”76岁的张老先生抱怨。

雾霾不仅影响市民晨练，也影响了高空作业。联盟路与黔川路交叉口附近一工地的工人说，在这种天气中，工程虽然没停，但确实让塔吊司机干起活来感到郁闷。“在高空中，对面的楼看不清就罢了，连塔吊的大臂看起来都隐隐约约的。”另一名工人戏称，从高空往下看，脚下雾气缭绕，宛如身在云中。

### 【交通篇】此次雾霾基本不影响市民出行

昨日一早，洛阳晚报记者在龙门大道沿途看到，骑车出行的市民少于平时，且大多戴起了口罩，而乘坐公交车出行的市民比平时要多。

此次雾霾对交通有影响吗？洛阳晚报记者从市公交集团了解到，此次雾霾未对公交运行造成太大影响，各条公交线路均按正常班次发车。

公路方面，洛阳汽车站相关负责人表示，站内各班次发车正常，工作人员也提醒驾驶员减慢车速，安全驾驶。

市交警支队高速大队交警介绍，从昨日凌晨开始，洛阳境内二广高速、宁洛高速、连霍高速等高速路段，出现了不同程度的薄雾，但各站口道路通行基本正常。在洛栾、郑卢、郑洛高

速公路易出现“团雾”的路段，交警加大了巡逻力度，以保证正常通行。

交警提醒司机朋友要注意减速行驶，并保持车距。另外，冬季上高速公路之前，最好先电话咨询一下路况。市高速交警指挥室电话：15937993935；省高速交警总队指挥中心电话：0371-68208836。

铁路方面，洛阳火车站相关负责人表示，列车运行正常。

洛阳机场相关负责人表示，昨日的雾霾天气并未影响机场工作。该负责人建议，冬季，雾霾出现的频率可能有所增高，建议旅客前往机场前先拨打洛阳机场24小时客服热线62328666咨询航班情况。

### 【健康篇】呼吸道疾病患者增加，建议减少户外活动

洛阳晚报记者从河科大一附院新区医院了解到，近几日到院诊治上呼吸道感染的患者有所增加。

“秋冬季节本就是呼吸道疾病高发期，雾霾也会加重病情。”该院呼吸科副主任张英民说，昨日上午就有四五十名呼吸道疾病患者就诊。

孙英民介绍，雾霾天气空气流动性差，空气中有害颗粒物不容易扩散，被吸入人体后易刺激呼吸道，人体长时间吸入这种有害物质，不仅会诱发、加重哮喘、慢性支气管炎、肺炎等患者的病情，还易诱发健康人群患上呼吸道疾病。

“呼吸道疾病的发病不仅与干冷、雾霾等天气状况有关，还与个人体质有关。”孙英民说，虽然昨天空气污染指数属轻度，但市民也需要重视。

“中老年人和婴幼儿体质较弱，遇到雾霾天气更应该加强自身的防护。”孙英民说，市民在雾霾天气应尽量减少外出，取消晨练和户外活动，如果外出最好戴上口罩，回家后要立即清洗面部及裸露的肌肤，避免吸入污染物。建议市民减少刺激性食物摄入，最好选择清淡、好消化且富含维生素的食物，平常多吃水果多喝水，增强身体抵抗力。

### 【市教育局】雾霾严重时，会要求学校减少室外运动或停课

昨日上午，市民焦女士上小学的孩子小豆（化名）按课程上了体育课。焦女士得知后拨打本报热线问，雾霾天气，孩子们能不参加学校规定的室外运动吗？

市教育局相关负责人介绍，他们针对洪水、地质、气象等灾害的不同程度，制订了相应的预警信号及防御预案，一旦发生相应的灾情，他们会立即启动防御预案，保证全市师生的人身安全和正常的教学秩序。

“一般来说，对大雾、雷雨、大雪、雾霾等气象灾害，我们会根据环保部门和气象部门发布的灾情预警启动相应的预案。”市教育局相关负责人表示

示，他们在雾霾严重时，会通知全市中小学校减少学生的室外运动，将体育课移至室内。

该负责人说，由于气象灾害具有区域性，他们会在气象灾害发生时，对各区域学校提出具有针对性的应对措施。

“今天，我们还没有接到有关部门的预警通知，全市中小学都正常上课，一旦雾霾加重，我们会向学校发出相应通知。”该负责人说，如果天气状况不适合上课，他们会要求学校停课或调整教学内容和时间，学校也可根据情况自主调配。（更多相关报道详见本报今日B01、B04、B11。）



1. 权威、专业、及时、准确，洛阳手机报由洛阳日报报业集团精心打造，萃取本地、国内、国际新闻资讯，时尚实用，服务贴心。
2. 洛阳手机报本地新闻资讯内容丰富，总量占到了60%以上。

#### 定制方法：

移动用户发送短信 LYD 到 10658300 订阅，3元/月。不收GPRS流量费。  
联通用户发送短信712到10655885订阅，3元/月。不收GPRS流量费。