

# 做好个人防护 严防臭氧污染

本报讯(记者 任晓明)根据我市和晋中市、阳泉市、忻州市、吕梁市联合会商结果,结合中国环境监测总站技术团队、省生态环境监测和应急保障中心推送信息和专家组研判分析,6月11日至12日,低压底部,偏南风为主,气温高,湿度低,利于臭氧生成,污染物扩散条件差,预测我市将出现较长时间臭氧中度污染。6月10日,市生态环境保护委员会办公室发布应对夏季臭氧污染不利气象条件第1号调度令,确定从6月11日0时至12日24

时,针对臭氧污染采取加严减排措施,对臭氧污染“削峰降速”。

对于臭氧,人们更熟悉的是位于大气中距地面12千米至35千米的臭氧层,它能阻止太阳短波紫外辐射进入近地面大气,保护地球生态系统。但在对流层中,较高的臭氧浓度对地球生态环境和人类健康却是不利的。与“看得见”的霾污染相比,悄悄“隐藏”在晴空万里中的臭氧行事非常“低调”,不易被察觉。然而,近年来,它已成为我市夏季大气环境污染的最主要“元凶”。

臭氧污染无色无味,公众也容易掉以轻心。但实际上,相比PM<sub>2.5</sub>,臭氧的危害可一点也不小:它会破坏人体免疫机能,诱发淋巴细胞染色体病变,加速衰老,致使孕妇生畸形儿;造成人的神经中毒,导致头晕头痛、视力下降、记忆力衰退;会刺激和损害鼻黏膜和呼吸道,这种刺激轻则引发胸闷咳嗽、咽喉肿痛,重则引发哮喘,导致上呼吸道疾病恶化,还可能导致肺功能减弱、肺气肿和肺组织损伤,而这些损伤往往是不可修复的。

臭氧污染对人体会造成一定影响,但影响是非急性的,需要一个过程,与臭氧的浓度以及暴露在臭氧中的时间等因素有关。面对臭氧污染,个人如何做好防护?有关专家表示,臭氧超标时段一般集中在中午到下午3时之间,在此期间应尽量减少外出及室外活动。如果家里有空气净化器话,可打开进行空气的净化,对减少室内臭氧浓度有帮助;如果必须在户外工作或者运动的话,建议大家尽量减少运动幅度。



6月10日,迎泽区桥东街道双塔寺街三社区开展2025年度安全生产月“人人讲安全、个个会应急”宣传消防演练活动。图为工作人员为居民讲解灭火器使用方法。

郭苑甫 张丽娜  
摄影报道

## 十一座地下人行通道焕“新颜”

本报讯(记者 任晓明)为给市民创造安全舒适的出行环境,提升通行体验,连日来,市市政建管中心对太原南站、龙城大街等11座地下人行通道进行了全面、细致地清洗维护。

在清洗过程中,工作人员化身“城市美容师”,先用高压水枪对通道内的墙面、地面及台阶进行轮番冲洗,去除表面浮尘和污渍;针对顽固污渍,用洗地机搭配专业清洗剂进行靶向清除,确保每一处角落

都清洁到位,原本灰蒙蒙的墙面和地面逐渐露出“本色”。紧接着,工作人员手持抹布,细致擦拭通道扶手,对通道内的垃圾、杂物展开“地毯式”清理,杜绝垃圾残留,让设施恢复原貌,整洁如新。

## 加强情绪管理 促进家庭和睦

本报讯(记者 周利芳 文/摄)近日,长风社区和正阳街社区分别举办亲子沟通主题活动,帮助社区家庭化解亲子矛盾,提升情绪管理能力,促进家庭和睦。

在长风社区解忧室,国家二级心理咨询师陈超进行引导,家长们轮流自我介绍、互相肯定,现场气氛活跃。接下来,陈老师帮助家长梳理亲子关系,鼓励家长多花时间陪伴孩子,用积极心态感染孩子,在团结协作中与孩子共同完成目标。

在正阳街社区,小店区心理协会心理咨询师结合典型案例,从心理学角度解析亲子冲突中愤怒情绪的成因。通过对比“指责型”与“倾听型”沟通模式,引导家长反思日常教育方式,引发参与者共鸣。家长们表示,学到了很多与孩子高效沟通的方法,找到了亲子有效沟通的密钥。



正阳街社区活动现场

## 志愿服务送清凉 关爱户外劳动者

本报讯(记者 刘志刚)一份清凉,一份关怀,一份爱心。6月7日,古交市西曲街道迎宾路社区新时代文明实践站组织党员、志愿者开展“科学防暑,夏日送清凉”志愿服务活动,为坚守岗位的户外劳动者送去关怀。

“师傅,天气这么热,喝点水解

解渴吧!”在社区所辖的快递站点、环卫工人清扫的街巷里,“志愿红”穿梭其间,将矿泉水和防暑药品亲手递到劳动者手中。“谢谢社区惦记着我们!这水真甜到心里了。”收到物资的环卫工人脸上绽开了笑容。志愿者们同时化身“科普宣传员”,细心讲解科学防暑知识,“避开正午

高温时段,及时补充水分和电解质,备好防暑药品,感觉不适别硬撑……”贴心叮咛,为户外工作者撑起健康防护伞。“不仅送去了清凉,更传递了社区对劳动者的尊重与关爱,也提升了大家的防暑意识和自我保护能力。”迎宾路社区负责人表示。

## 健步鞋领取通知

物资如下:

- 1.老年健步鞋一双;
- 2.老年马甲一件;
- 3.铁棍山药粉条1袋;
- 4.100-600度自动变焦老花镜一副。



1.年满65周岁的人群; 太原市迎泽区皓皓食品店 广告  
2.物资分批发放,发放时间统一安排,请先电话报名,合理安排时间。

领取电话:0351-2459111

地址:太原市迎泽区起凤街19号中央C公寓6层