# 最新雾霾调查报告小学生(实用13篇)

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2024-05-31

*在当下这个社会中，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。报告的作用是帮助读者了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。雾霾调查报告小学生篇一雾霾是一种恶劣的...*

在当下这个社会中，报告的使用成为日常生活的常态，报告具有成文事后性的特点。报告的作用是帮助读者了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面是小编帮大家整理的最新报告范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**雾霾调查报告小学生篇一**

雾霾是一种恶劣的天气。它破坏环境，危害人类健康，使空气质量恶化。为了证明我们能为社会做出贡献，尽自我的一份力，我们开展了这次活动。

减轻雾霾，保护环境。培养自我的分析本事，调查本事，阅读本事，宣传本事等。

1月14日~2月17日

1、调查各个城市雾霾天气的情景

2、了解雾霾对城市的危害

3、查查爆竹对雾霾的影响

4、调查邻居新年放爆竹的数量

5、宣传减轻雾霾，拒绝爆竹的活动

6、写一篇关于雾霾的记叙文

7、整理资料，做成小报

(1)、调查各个城市雾霾天气的情景。

调查城市雾霾情景能够让我充分地了解雾霾。查资料我一向拿手。我敲打着键盘，很快得到了答案：第一个雾霾严重的城市是北京。雾霾可严重了，最长的一次雾霾持续了足足12天。雾霾天气期间，不管是体格强壮的青年人，还是瘦弱幼小的婴儿;不管是年迈的老人，还是年轻的妇女。大家带着口罩，把口鼻蒙的紧紧的。天安门广场，这个往日充满辉煌的首都，在这只怪兽的侵略下，早已不见往日欢乐地人民。武汉的雾霾情景简直是更上一层楼。天上滚滚雾霾早已惨入了不少黄沙，铺天盖地向人们袭来。马路上的车乱了手脚，慢慢地向前行驶。那是因为，前面看到的不足50米!人们不敢出门，躲在家里。雾霾在武汉猖狂着，陷入了一阵阵狂欢。人们痛苦呻吟，却无济于事。

(2)、了解雾霾对城市的危害。

(3)、查查爆竹对雾霾的影响

为了更促进这次减轻雾霾的活动，我得弄清楚爆竹和雾霾的联系。我上网搜集了资料，果然不出我所料，爆竹对雾霾的影响简直是一位大功臣啊。爆竹在燃放过程中，会产生很多的二氧化硫，它是大气污染的一类，爆竹放多了，就会造成雾霾。并且，随着科技的变化，人们燃放的爆竹越来越多。从1箱到2箱，再到3箱如果在这样下去，地球迟早会面临末日。

(4)、调查邻居新年放鞭炮的数量

(5)、宣传减轻雾霾，拒绝爆竹的活动

宣传，这对我来说，是困难的。我很胆小，并且，也不明白说什么好。这一点，我只好经过练习，来流利地说出宣传语言，并完成我愉快地宣传之旅。第一次，我敲开一个邻居家的门，开门的是一个中年男子，他很严肃，留着小胡子。我顿时感到瑟瑟发抖。僵持了一会，我才慢慢吞吞地说：嗯那个，我是来宣传的说----那个男子拖长了音，一副老大看不起人的样貌。我愤愤不平。可还是忍住怒火，完成了第一次宣传。第二次宣传的对象时一个小学生模样的女孩。他的态度很和善，我们一齐愉快地交流，我感到心花怒放。像吃了蜜糖一般。我又连续宣传了好几家，宣传，让我感到无比的愉快。

(6)、写一篇关于雾霾的记叙文

关于雾霾的作文怎样写呢我叼着笔，思索着。我做过很多的事情，可是改写什么呢对了!我灵光一闪，如果用记叙文的方式，那我向邻居宣传的那件事是最适宜的!我先把资料简略地写在草稿上，然后，我试着在一些地方加入了修辞。这样，文章就慢慢生动了。我又试着把文章分段，然后详略分明地抄在日记本上，很快，我的杰作就此诞生。

(7)、整理资料，做成小报

做小报是一个趣味的环节。我把搜集到的资料分为4部分：城市雾霾情景、雾霾的危害，雾霾的作文还有小区爆竹统计。我此刻角落里画了一个大太阳，大厦那个6个方框;在中间的位置写上大标题;然后，我又画了一个有翅膀的小朋友，一首握着一根绳子。然后，那绳子有一端和另一端合在一齐，这就是要写字的方框。第三个方框，我画了一面墙，为了美化，我特意在旁边画了一个小男孩。我突然想到能够加一点创意。于是，一条粗藤蔓编制的梯子从云里顺下来，大功告成!我得意极了。

这次活动，不仅仅让我深刻地了解了雾霾，还让我学会了去减少雾霾。明白了爆竹对雾霾的影响。相信经过这次活动，大家都会以身作则，去为减少雾霾出一份力，因为，这是刻不容缓的!

**雾霾调查报告小学生篇二**

（一）地形及气象因素

1、xx地形

xx地处渭河平原，并不是黄土高坡。渭河平原东西狭长，其南部为秦岭山地，北部为黄土高坡，西部地势也相对较高，因此能够说渭河平原其实就好似一个小盆地。从卫星地图上能够看出，xx是绿色的（即地势较低），而周围却是黄色（即地势较高），空气流动相对封闭。

2、雾霾与地形的联系

xx冬季雾霾最严重南有秦岭，北有黄土高坡，西有秦岭和黄土高坡的结合，东边又是潼关和黄河构成的通风口，处于“盆”中的xx，在少风又少雨雪、空气流动性差的冬天，雾霾就像放在一个加了“盖子”的“盆”里，难以向外排出。“盆”里的xx沙尘暴少了，雾霾多了。三面环山少风自然除“霾”务必有“风”雾霾天越来越多跟xx的地形有关，风是空气污染物的克星，但强风来到xx不是件容易的事。xx地处关中盆地，南有秦岭，北有黄土高坡，西有秦岭和黄土高坡的结合，东边又是潼关和黄河构成的通风口，还受太行山脉影响。为什么类似的空气污染多发生在冬季夏天就很少见到这样的空气，这其中有一个很重要的原因是因为秦岭的存在。

在冬季，由于秦岭山脉对冷空气的阻挡，容易在关中盆地构成了‘冷湖效应’，并且在近地面易构成逆温层，阻碍大气污染物垂直和水平的扩散。如果没有秦岭，我们就应算是关中平原，但有了秦岭，有了参照，我们就叫关中盆地，而xx又处在这个盆地的最中央，在冬天长时间处于无风或者弱风状态下，这样个性不利于污染物的扩散。秦岭是我国南北气候的分水岭，但在特定的时候也确实是加剧xx空气污染的一个“帮手”。

三面环山，从西面、北面及南面吹来的冷空气抵达xx后，会因为周边的山势逐级减弱。因此，只有强冷空气来袭，xx才能产生风。xx冬季正是北方冷空气强烈、暖湿气流减弱的时候，但受全球变暖影响，北方冷空气变弱，很难抵达xx，xx周边空气流动性不强，少风，少雨雪。因此，xx“雾霾”最严重的在冬季。而周边城市污染物也不断向xx靠拢，加剧了xx的空气污染。入冬以来我省6市中空气质量最好的是延安市，其次是铜川、渭南、咸阳与宝鸡，xx污染最为严重，xx地处中国大陆腹地、黄河流域的关中盆地，受秦岭山脉、黄土高原影响，全年静风和沙尘天气约占34%。

3、雾霾与气候气象条件的联系

xx每逢冬季，离地1.5公里到2公里之间，都容易构成“逆温层”。一般状况下，在低层大气中，气温随高度增加而降低。但也有例外，逆温层就是气温随高度的增加而升高。因为逆温层，地面的空气无法向上流动，相当于给大地盖上了被子，阻止了空气的上下流通，加上水汽比空气重，这样近地面水汽个性容易到达饱和而凝结，与空气中的污染物共同构成雾霾天气。而关中盆地就像一口锅，四个方向不能出风，再加上逆温层这个“盖子”，将雾霾“封”在关中盆地里。从卫星云图上观察，常出现的状况是，xx周边城市的雾霾天气不断向xx靠拢。省气候中心专家表示，近10年关中地区风速有明显减弱趋势，2024年以来xx平均风速约1.0ms，比上世纪80、90年代减少了约0.2～0.3ms，风速较小不利于污染物扩散，加重了城市空气污染。

为何xx今冬雾霾天气如此之多省气候中心专家表示，20xx年冬季关中持续雾霾天气主要有三个方面的原因：

三是大气层结稳定，从12月12日以来的探空曲线看（在900～700百帕之间），始终维持着一个较强的逆温层，湍流活动较弱，不利于大气污染物的扩散。今年1月以来xx偏干旱，冷空气活动频繁，每次冷空气来临之前，由于水汽条件比较差，降水十分少，但是高空中仍有必须湿度，构成云的天气较多，低层就易构成雾霾天气，虽然下了几场雪，却并没从本质上解决问题。

（二）季节因素

冬季采暖，焚烧垃圾也会影响空气质量，去年11月份，xx就开始供暖季了，每年冬天，一些供暖公司使用煤、天然气等为居民供暖，有的居民自己烧蜂窝煤取暖，还有一些地方焚烧垃圾、焚烧落叶，这些对xx的空气质量都有影响。xx市周边以及城中村冬季取暖大多使用蜂窝煤和炭火，会产生超多的颗粒物进入大气，而冬季的气候不利于这些颗粒物的扩散即加剧了雾霾家表示，近10年关中地区风速有明显减弱趋势，20xx年以来xx平均风速约1.0ms，比上世纪80、90年代减少了约0.2～0.3ms，风速较小不利于污染物扩散，加重了城市空气污染。为何xx今冬雾霾天气如此之多省气候中心专家表示，20xx年冬季关中持续雾霾天气主要有三个方面的原因：

三是大气层结稳定，从12月12日以来的探空曲线看（在900～700百帕之间），始终维持着一个较强的逆温层，湍流活动较弱，不利于大气污染物的扩散。今年1月以来xx偏干旱，冷空气活动频繁，每次冷空气来临之前，由于水汽条件比较差，降水十分少，但是高空中仍有必须湿度，构成云的天气较多，低层就易构成雾霾天气，虽然下了几场雪，却并没从本质上解决问题。

（三）交通因素

1、城市道路状况

2、汽车尾气

除了天气原因外，xx空气质量差跟xx私家车太多肯定有关系，汽车尾气的超多排放更加剧了污染程度。因此可能会出台雾霾天气限行方案。如果能减少车辆上街的话，空气质量就应会比此刻好一点。推进机动车尾气治理。一方面‘减量’，减少车辆上路行驶，落实雾霾天气停驶三分之一公务用车的规定，启动实施公共自行车服务系统建设，3年内投入5万辆公共自行车，建成2024个服务网点基本覆盖主城区。另一方面要‘提标’，今年计划淘汰黄标车及老旧汽车3.13万辆，全市党政机关、企事业单位黄标车今年全部淘汰。

（四）城市发展因素

1、城市发展建设

两年前，美国驻华大使馆的m2.5报告让国人第一次开始讨论这种“微细颗粒物污染”。随后国家《环境空气质量标准》才添加了“m2.5”指标。xx市m2.5年平均浓度值的增减与城市发展有密切联系。根据推算19xx年，xx市m2.5年平均浓度值比较高，当时居民生活、重工业用煤均较多，空气中的细颗粒物也很多。上世纪八十年代初，国家对环境保护立法之后，xx市m2.5年平均浓度值大幅下降。19xx年，xx经济发展提速，m2.5年平均浓度值相应增加。城市的发展，建设用地的增加，新开工项目的增多使空气质量方面的问题越来越突出。一些地方城中村拆迁改造，推倒时有不少灰尘，影响空气质量。此外城市建设等使大气颗粒物浓度迅速增加。下垫面高大密集建筑物鳞次栉比阻挡了空气运动和城市风道，严重的影响城市污染物扩散。排除气候原因，人类的活动才是造成此刻空气污染的主要原因。

2、工业布局

xx城中地区人口密集大多是老工业基地，而北郊正处于开发阶段，超多的企业聚集加上快速的开发加重了环境问题。冬季的集中供暖和用电增多导致东郊和西郊的火力发电厂增加了燃煤的供应，对雾霾起到了助长的效果。

（一）对经济发展的影响

1、对旅游业的影响

雾霾天气导致xx地区的空气质量恶化对xx的旅游业产生了必须影响，一些景点游客数量同比下降，而周边的服务餐饮等行业也会受到不利影响。而当外地，外国游客来到xx遭遇雾霾，势必对xx的旅游形和环境而担忧，影响xx旅游业的长期发展。

2、对工业的影响

雾霾的加剧导致了政府对于高耗能高污染企业的限制，从必须程度上影响了工业的正常生产，加上可能出台的限行措施，也会间接影响社会的生产生活，导致一部分企业外迁到周边，对正常的经济发展带来危害。而xx同样作为一个高新产业发达的城市，长期的严重雾霾会使xx在人才竞争中处于劣势。

（二）对市民生活的影响

1、对市民健康的影响

20xx年10月17日，世界卫生组织下属国际癌症研究机构发布报告，首次指认大气污染“对人类致癌”。全球20xx年因肺癌死亡的患者中，22.3万人因大气污染患癌。这份报告向国际社会传递一个强烈信号，治霾刻不容缓。我们若长此以往生活在这样的空气环境下，势必会对自身的健康造成很大危害。

2、对市民出行的影响

雾霾天气不利于有疾病的人出门活动，而对正常人来说也具有危害，这种天气条件下，能见度低对于交通运输和行人出行都造成了极大的不便，还会带来较多的安全隐患。

（三）对城市形象的影响

20xx年xx的空气污染指数排在七十个大中城市的第九位，对于xx的城市形象有着极大的负面影响，从而影响到对xx的评价以及企业的投资、入驻等等。

（一）政府职能方面

1，加强政府监管和规划

政府部门还需要加强有效的监管，对于城市周边开发区的建设工地严格按照标准加强管理，对于违反规定的行为严加查处才能有效的行使作为监管部门的权利。未来应加强城市气候环境风险评估，针对今后如何避免因为社会发展、项目开发而造成的空气污染，应在城市规划中全面开展城市气候环境的风险评估，采取更加科学的方法，合理的安排城市各项建设布局，避免对自然环境的人为破坏。如果在项目的开发中能够加入气候风险评估，那对于项目的可持续发展是很有益处的，例如对空气污染较重企业的厂房就务必建在城市的下风区，而想要明白哪里是下风区就务必做这个评估。对建设项目进行气候适宜性、风险性以及可能对局地气候产生影响的分析、评估不仅仅是对自然环境的尊重，更是]对项目本身的负责。

2，出台法律法规

由于一些环保相关的法律法规的确实，xx也就应出台自己的治理雾霾的措施和计划，并出台相应的条例和规章制度对一些有可能导致、加剧雾霾的行为加以规范。区域性甚至全国性的雾霾天气需要规模对等的公共治理，必须要加强周边城市群联防联控，共同防治。

3，加快工业调整改造

从去年开始，xx在西部城市率先施行m2.5监测与发布，今年将对m2.5实现从“监测”到“防治”的重大跨越。首先要加快能源结构调整，要像当年‘拔烟囱’一样，加大燃煤锅炉拆改力度。同时，提高天然气等清洁能源使用比例，个性是大力推进机动车辆‘油改气’。狠抓扬尘污染防治。在全市所有工地全面施行湿法作业、清洗覆盖等措施，坚决杜绝黄土裸露和尘土飞扬等问题。开展有机废气治理。加强对餐饮、夜市烧烤等油烟排放的综合治理，并动员全社会力量参与、配合，共同开展防治工作。同时也就应将一些高污染企业由市区迁移到郊区起到改善城区环境的效果。大力发展、扶持高新技术产业，进行技术升级改造，科学地减少企业的污染区排放，鼓励使用清洁能源。

（二）市民生活方面

1，注重环保的生活方式

治污减霾，不光是政府的事，我们每个人都有职责。我们应选取低碳环保的生活方式，为节能减排出一份力。

2，绿色出行

发展公共交通、鼓励低碳出行也是减少雾霾的好办法。多乘公交、地铁、骑自行车，大家每少开一次私家车，就会为保卫我们的蓝天做出一份贡献。

思考总结：

开学来这几天，雾霾就个性严重，我们出了宿舍看不到教室，看不到图书馆，放了学看不见餐厅，出行司机开的个性慢，但也没办法，大家都感觉十分压抑，雾霾严重，天气个性的不好，雾霾已经影响到我们生活的各个方面，以前天气预报从来没有雾霾这一说，随着我们社会的发展，出现的这种怪天气，让我们都很担忧，所以我们就应痛定思痛，想办法为减轻雾霾，治理雾霾做出自己的贡献，进入三月份，也到了植树日子，我们能够参加植树活动，平常呢，选取低碳的生活方式，从一点一滴做起。看xx晚报报导，市雾霾办启动xx市空气重度污染应急响应，市区内禁止燃放烟花爆竹，全市所有扬尘污染防治措施落实不到位的建筑工地一律停工等，我相信在大家的共同努力下，xx会出现一片蓝天。

冷湖效应：盛夏季节，由于地面状况不同，空气受热程度就会出现很大的差异。个性是陆地裸露地，当太阳光到达地面后，很容易被反射到大气中，加之地面热容量小，个性是午后前后，太阳暴晒就使得近地层上空气温度很高，成为一个“热源”。而湖泊或江面上空，由于下面是水，阳光能够透射一部分，反射到空中的热量较少，加之水的热容量较大，这样就使得水面上空的温度相对较低，这就是我们常说的“冷湖效应”。与之对应的就是“热岛效应”。冷湖效应的体现：在陆地上，有些地方增温较快，温度较高，能够连续不断地带给水汽和上升气流。当雷雨云团移到江河湖泊上空时，由于下垫面的“冷湖效应”，空气下沉，雷雨云团得不到上升的动力和水汽的输送，因此，它就会立刻减弱甚至停止。

**雾霾调查报告小学生篇三**

从上午10点到下午4点，郑州经历了今年以来空气最糟糕的6个小时。随着空气质量的恶化，昨晚郑州市启动了今年首个重污染天气预警应急二级响应。露天烧烤和焚烧被叫停，郑州市党政机关、事业单位的公车要停驶15%。

连续几天，郑州空气都是高污染。27日到29日，郑州市空气质量指数(aqi)在176~238之间，其中27日、28日为重度污染，29日为中度污染。而昨天，这种污染一度走到\"巅峰\"。

从昨日凌晨1点开始，郑州空气质量持续处于严重污染级别。上午10点到下午4点，aqi指数稳定在500左右。

\"这是今年以来，郑州aqi指数首次出现500。\"郑州市环保局专家介绍，aqi达300以上就是严重污染。\"aqi最高为500，再往上就爆表了。\"

他介绍，aqi达500是今年郑州的最差成绩。今年1月初，郑州有个别监测站aqi指数接近500。

二级应急响应，公车停驶15%

昨晚8点，郑州市的重污染天气预警应急三级响应升级为二级响应，规定了一系列强制性减排措施。

按照规定，郑州市将加大燃煤锅炉、工业企业等重点大气污染源的执法检查力度;对黄色环保检验合格标志机动车采取限制行驶的管理措施,对机动车尾气排放抽测不合格的,公安机关交通管理部门依法暂扣其机动车行驶证;露天堆放可能产生扬尘的货物或者物料,应当采取遮盖、设置围挡等防止扬尘污染的措施,禁止露天烧烤和焚烧;停止建筑拆除工程;道路清扫保洁洒水在原有基础上每天增加1次(零摄氏度以下低温天气除外);对煤炭、矿产、钢铁、冶金、建材、化工、电力行业和国控、省控、市控的重点排污单位,通过降低生产负荷、提高污染防治设施运行效率等方式,减少15%污染物排放;加大公交运力保障,增加清洁能源公交车辆的使用,减少老旧公共交通工具的使用;全市党政机关、行政事业单位带头停驶15%公务用车。

昨天，aqi指数达500的，不只郑州。北京、河北多地也\"同呼吸，共雾霾\"。

北京从下午4点进入爆表模式。石家庄、保定、廊坊等地多个时段aqi指数稳居500。

接连几天的区域性严重污染也波及我省各地。截至昨天晚上7点，全省气象部门发布了27个大雾预警。昨天，除郑州外，开封、新乡等地也一度出现了严重污染。

从11月27日起，郑州市就相继启动了大气污染防治重度污染管控措施和重污染天气预警应急三级响应。环保部门的三级督导工作也全面启动。

渣土车停运、工地土石方作业停工等措施，还是挡不住郑州空气质量的持续恶化。

\"这次是区域性空气污染，如此严重，和气象因素关系很大。\"郑州市环保局专家介绍，大气条件持续静稳，空气中污染物难以扩散。加上大气中污染边界层的快速降低，空气中的污染物急剧压缩，郑州市空气中的污染物浓度持续升高。

更糟的是，今天的雨力度不够，难以化解这场浓重雾霾。

据省气象台预测，今天白天，全省阴天，大部分地区有零星小雨。全省偏东风转偏南风2到3级。

\"预计今天郑州市空气污染会处于中到重度污染级别。\"郑州市环保局专家介绍。而今晚将成为我省这轮重污染天气的转折点。

据省气象台预测，今晚到明天，全省多云转晴天。受冷空气影响，全省自西向东大部分地区转西北风4级左右，雾、霾将随之消散。

**雾霾调查报告小学生篇四**

伴随着马年春节的来临，宝鸡多次出现的雾霾天气，不仅对海陆空各类交通运输造成影响，使很多人不能如期回家过年，更对人们的身体健康造成危害，医院里增加了很多病人。那么，到底是什么原因造成的空气污染？怎样去治理这种污染呢？为此，我进行了调查。

雾霾天气是一种空气质量严重恶化的产物，是空气中的灰尘、硫酸、硝酸、有机碳氢化合物等颗粒大量积聚，特别是pm2.5含量剧增，在很大空间内造成能见度模糊的一种天气现象。“pm2.5”是指大气中直径小于或等于2.5微米的颗粒物，也称为可入肺颗粒物。pm2.5粒径小，富含大量的有毒、有害物质且在大气中的停留时间长、输送距离远，因而对人体健康和大气环境质量的影响更大。

目前，全国中东部地区陷入严重的雾霾和污染天中，中央气象台将大雾蓝色预警升级至黄色预警，从东北到西北，从华北到中部导致黄淮、江南地区，都出现了大范围的重度和严重污染。

了解人们对于雾霾天气的态度，对于雾霾天气的认识，探究雾霾天气所带来的警示与实际性问题。并对于现在的雾霾天气尽自己最大的努力去改善眼前的雾霾天气，为我们人类自己创造一个这样的美好环境，为保护地球的生态环境做出自己的贡献。

调查主题：雾霾天气

调查对象:普通民众

调查时间：20xx年2月8日

调查方式：实地拍照，上网查阅。

成因：

据气象专家介绍，春节期间雾霾天气的形成主要原因是，近地面空气相对湿度比较大；没有明显冷空气活动，大气层比较稳定；天空晴朗少云，有利于夜间的辐射降温，使得近地面原本湿度比较高的空气饱和凝结形成雾。加上春节期间机动车使用频繁、燃放烟花爆竹等污染颗粒物排放增加，容易作为凝结核加速雾霾的生成，两者相互作用，迅速形成雾霾天气。

危害：

1.对人体的危害：由于雾霾中混有大量有毒有害的小颗粒，人在呼吸的时候就随着空气进入呼吸道和肺部，轻者会引进气管炎、肺炎等疾病，重者会导致更加严重的疾病。

2.对生产生活的危

害：雾霾天气能见度低，给航空、铁路、海运、公路等各类交通运输行业造成影响，容易导致交通安全事故，扰乱了正常的生产生活秩序。同时，对建筑物、车辆等固体物具有腐蚀性。

防治：据资料显示，到目前为止，靠人为的力量还是无法控制雾的产生，这是自然现象。只有想办法控制各种小颗粒的产生，就会只有雾而没有霾了。因此，防治的重点应放在控制颗粒物排放上。首先是工业排放，需要将重工业企业合理规划，做到节能减排、清洁排放。其次，城市交通规划及发展公共交通也是减少城市人为污染物排放的重要措施。最后，政府及媒体应加强环保知识宣传，提高民众对空气污染事件的关注。

那么，作为我们个人应该做到：不开车或少开车；尽量乘坐公共交通工具；不抽烟或尽量少抽烟；学习雾霾防护知识并向身边人宣传；从自身做起，注意节能环保。

各地雾霾天气的出现，本质上是环境自净能力达到临界点的提醒。对于城市的居民而言，它既是对现代社会触碰自然底线的警告，也是对人类侵犯大自然的警告。当然，还是对城市居民肩负保护环境的责任，维护地球生态自觉性的考验。面对雾霾天气，人们需要的是共同减少污染的一种决心与信念，也需要实际生活中的改变。

伴随着羊年春节的来临，多次出现的雾霾天气，不仅对海陆空各类交通运输造成影响，使很多人不能如期回家过年，更对人们的身体健康造成危害，医院里增加了很多病人。

到底是什么原因造成的空气污染?怎样去治理这种污染呢?

为此，我通过上网查资料、询问家长等方法，对此进行了调查。

雾霾天气是一种空气质量严重恶化的产物，是空气中的灰尘、硫酸、硝酸、有机碳氢化合物等颗粒大量积聚，特别是pm2.5含量剧增，在很大空间内造成能见度模糊的一种天气现象。“pm2.5”是指大气中直径小于或等于2.微米的颗粒物，也称为可入肺颗粒物。pm2.5粒径小，富含大量的有毒、有害物质且在大中的停留时间长、输送距离远，因而对人体健康和大气环境质量的影响更大。

在全国中东部地区陷入严重的雾霾和污染天中，中央气象台将大雾蓝色预警升级至黄色预警，从东北到西北，从华北到中部导致黄淮、江南地区，都出现了大范围的重度和严重污染。济宁和邹城市也先后发布大雾天气橙色预警。泰安市也成为全国空气污染最严重的城市之一。

据气象专家介绍，春节期间雾霾天气的形成主要原因是，近地面空气相对湿度比较大;没有明显冷空气活动，大气层比较稳定;天空晴朗少云，有利于夜间的辐射降温，使得近地面原本湿度比较高的空气饱和凝结形成雾。加上春节期间机动车使用频繁、燃放烟花爆竹等污染颗粒物排放增加，容易作为凝结核加速雾霾的生成，两者相互作用，迅速形成雾霾天气。

1.对人体的危害：由于雾霾中混有大量有毒有害的小颗粒，人在呼吸的时候就随着空气进入呼吸道和肺部，轻者会引进气管炎、肺炎等疾病，重者会导致更加严重的疾病。轻者会引进气管炎、肺炎等疾病，重者会导致更加严重的疾病。

2.对生产生活的危害：雾霾天气能见度低，给航空、铁路、海运、公路等各类交通运输行业造成影响，容易导致交通安全事故，扰乱了正常的生产生活秩序。同时，对建筑物、车辆等固体物具有腐蚀性。

我觉得，防治的重点应放在控制颗粒物排放上：首先是工业排放，需要将重工业企业理规划，做到节能减排、清洁排放。其次，城市交通规划及发展公共交通也是减少城市人为污染物排放的重要措施。最后，政府及媒体应加强环保知识宣传，提高民众对空气污染事件的关注。那么，作为我们个人怎么做呢?应该做到：不开车或少开车;尽量乘坐公共交通工具;不抽烟或尽量少抽烟;学习雾霾防护知识并向身边人宣传;从自身做起，注意节能环保。

**雾霾调查报告小学生篇五**

雾霾，雾和霾的统称。二氧化硫、氮氧化物和可吸入颗粒物这三项是雾霾主要组成，前两者为气态污染物，最后一项颗粒物才是加重雾霾天气污染的罪魁祸首，它们与雾气结合在一起，让天空瞬间变得阴沉灰暗。

雾和霾的区别十分。雾，是由量悬浮在近地面空气中的微小水滴或冰晶组成的气溶胶系统，是近地面层空气中水汽凝结的产物。雾的存在会降低空气透明度，使能见度恶化。形成雾时气湿度呈饱和状。由于液态水或冰晶组成的雾散射的光与波长关系不，因而雾看起来呈乳白色或青白色和灰色。霾，是由空气中的灰尘、硫酸、硝酸、有机碳氢化合物等粒子组成的。它也能使气浑浊，视野模糊并导致能见度恶化。在《地面气象观测规范》中定义为：“量极细微的干尘粒等均匀地浮游在空中，使水平能见度小于10千米的空气普遍有混浊现象。

霾与雾的区别在于发生霾时相对湿度不，而雾中的相对湿度是饱和的。一般相对湿度小于80%时的气混浊视野模糊导致的能见度恶化是霾造成的，相对湿度于90%时的气混浊视野模糊导致的能见度恶化是雾造成的，相对湿度介于80-90%之间时的气混浊视野模糊导致的能见度恶化是雾和霾的混合物共同造成的，但其主要成分是霾。

造成近期雾霾天气偏多、偏重的原因主要有以下三方面：

(一)自然环境的原因。一方面，影响我国的冷空气活动较常年偏弱，风速小，风力弱，气层比较稳定，部地区稳定类天气出现频率明显偏多，尤其是华北地区高达.5%，出现为近10年最高，频繁出现的稳定天气造成污染物在近地面层积聚，从而导致雾霾天气多发;另一方面，因我国冬季气溶胶背景浓度高，地区近地面空气相对湿度比较，在冷空气较弱和水汽条件较好的尺度气环流形势下，近地面低空为静风或微风，受范围静稳天气的原因，沙尘的叠加，偏南气流，湿度，水汽使干细的粒子迅速膨胀，也催生了雾霾形成。

(二)环境污染的原因。pm2.5是形成雾霾天气的主要原凶，使用柴油的型车是排放pm2.5的“重犯”，包括公交、各单位的班车，以及型运输卡车等。使用汽油的小型车虽然排放的是气态污染物，比如氮氧化物等，但碰上雾天，也很容易转化为颗粒污染物，加重雾霾，进一步催化雾霾天气的形成，加剧雾霾发展。雾霾形成的另一个原凶，是冬季燃煤产生的二氧化硫及有机物、工业生产排放的废气、量汽修喷漆、建材生产窑炉燃烧排放的废气、建筑工地和道路交通产生的扬尘，这些悬浮污染物在静稳空气中产生化学应，转变成的粒子，也促进了雾霾天气的形成。

(三)地理环境的原因。现在城市里楼越建越高，阻挡和摩擦作用使风流经城区时明显减弱，促使静风现象增多，导致在垂直方向上出现高空的气温比低空气温更高的逆温现象，逆温层好比一个锅盖覆盖在城市上空，使得气层低空的空气垂直运动受到限制，空气在水平和垂直方向流动性均非常小，气扩散条件非常差，受近地面静稳天气控制，扬尘基源和运动差过程中形成空气中的悬浮微粒，难以向高空飘散而被阻滞在低空和近地面，受其控制，城市无论规模小，其局地交通、生活、生产所需的能源消耗的污染物排放均在低空不断积累，最终集聚在一定空间范围内，与水分子结核集聚成霾。与此同时，由于雾霾天气的湿度较高，水汽较，雾滴提供了吸附和应场所加速应性气态污染物向液态颗粒物成分的转化，同时颗粒物也容易作为凝结核加速雾霾的生成，两者相互作用，迅速形成污染。

(四)追求经济发展的原因。在发展就是硬道理的思想指导下，我国以经济建设为中心，长期把国内生产总值(gdp)作为衡量一切的标准。追求gdp本身没有错，错在盲目上。西方国家用了几百年才能完成的事，我们非要几十年就完成，殊不知我们同时也是在用几十年的时间制造了几百年的污染。另外对于引进外资各国都有规定，而像我国这样来者不拒，多多益善的没有第二家，其结果是中国变成了世界工厂，给全世界的知名企业打工，然后把利润送给人家，把污染留给自己，既浪费了宝贵的资源又污染了生存的环境。同时，为扩内需，没有考虑我国人口众多的国情，道路承载的能力，力发展汽车产业，鼓励国人购置，忽略这么多汽车尾气对气污染的后果，据专家介绍汽车尾气排放已占到pm2.5的20%25%。国人为图方便，企业为了赚钱，国家为了gdp，当然污染的后果不仅催生了雾霾的产生，还导致了环境的恶化。

(一)危害人体健康。雾霾的组成成分非常复杂，包括数百种气颗粒物。其中危害人类健康的主要是直径小于10微米的气溶胶粒子，它能直接进入并粘附在人体上下呼吸道和肺叶中，引起鼻炎、支气管炎等病症，长期处于这种环境还会诱发肺癌。除了诱发癌症，雾霾天还是心脏杀手。有研究表明，空气中污染物加重时，心血管病人的死亡率会增高。阴霾天中的颗粒污染物不仅会引发心肌梗死，还会造成心肌缺血或损伤。老慢支、肺气肿、哮喘、支气管炎、鼻炎、上下呼吸道感染等常见的呼吸道系统疾病，也可能被雾霾天急性触发。霾在吸入人的呼吸道后对人体有害，长期吸入严重者会导致死亡。霾对新生儿健康的影响更，最近一项型的国际研究证实，接触过某些较高空气污染物的孕妇，更容易产下体重不足的婴儿，而出生时低体重的婴儿很容易增加儿童死亡率和疾病的风险，并且与婴儿未来一生的发育及健康都有很关系。无庸讳言，气污染状况正严重地影响人类的身体健康。

(二)影响交通畅通。雾霾天气对交通最为显著的影响是车速的降低，班机延误、火车晚点，为出行人群带来出行时间和行程延误的增加。特别是在交通流量较的道路，公路设施实际通行能力的下降可能会导致较为严重的交通拥堵，且这种拥堵在部分路网发达、交通出行强度的地区，会造成区域路网的运行阻塞、甚至瘫痪。根据交通运输部的有关统计，我国每年地方上报的公路阻断事件中，约有四分之一到三分之一是由雾天气所致。雾天气也是道路交通事故的主要诱因之一。根据部道路交通事故统计报告，我国每年约有10%左右的交通事故直接与雨雪雾等恶劣天气有关。高速公路由于技术等级高、设施完善、控制出入等特点，车辆行驶速度高，因此，雾诱发的高速公路交通事故往往是灾难性的，造成重人员伤亡。据统计，雾已成为导致高速公路连环相撞交通事故的第一杀手，这方面的案例不在少数。这也是当前高速公路一旦出现雾，必须采取限速等交通管制措施，甚至是封闭道路的原因。

**雾霾调查报告小学生篇六**

20xx.2.17

伴随着马年春节的来临，多次出现的雾霾天气，不仅对海陆空各类交通运输造成影响，使很多人不能如期回家过年，更对人们的身体健康造成危害，医院里增加了很多病人。

到底是什么原因造成的空气污染?怎样去治理这种污染呢?

为此，我通过上网查资料、询问家长等方法，对此进行了调查。

1、雾霾天气是一种空气质量严重恶化的产物，是空气中的灰尘、硫酸、硝酸、有机碳氢化合物等颗粒大量积聚，特别是pm2.5含量剧增，在很大空间内造成能见度模糊的一种天气现象。“pm2.5”是指大气中直径小于或等于2.微米的颗粒物，也称为可入肺颗粒物。pm2.5粒径小，富含大量的有毒、有害物质且在大中的停留时间长、输送距离远，因而对人体健康和大气环境质量的影响更大。

xx2年1月9日以来，全国中东部地区陷入严重的雾霾和污染天中，中央气象台将大雾蓝色预警升级至黄色预警，从东北到西北，从华北到中部导致黄淮、江南地区，都出现了大范围的重度和严重污染。济宁和邹城市也先后发布大雾天气橙色预警。而济宁市成为全国空气污染最严重的城市之一。

2、形成原因：

据气象专家介绍，春节期间雾霾天气的形成主要原因是，近地面空气相对湿度比较大;没有明显冷空气活动，大气层比较稳定;天空晴朗少云，有利于夜间的辐射降温，使得近地面原本湿度比较高的空气饱和凝结形成雾。加上春节期间机动车使用频繁、燃放烟花爆竹等污染颗粒物排放增加，容易作为凝结核加速雾霾的生成，两者相互作用，迅速形成雾霾天气。

3、雾霾天气的危害(调查结果)

1.对人体的危害：由于雾霾中混有大量有毒有害的小颗粒，人在呼吸的时候就随着空气进入呼吸道和肺部，轻者会引进气管炎、肺炎等疾病，重者会导致更加严重的疾病。轻者会引进气管炎、肺炎等疾病，重者会导致更加严重的疾病。

2.对生产生活的危害：雾霾天气能见度低，给航空、铁路、海运、公路等各类交通运输行业造成影响，容易导致交通安全事故，扰乱了正常的生产生活秩序。同时，对建筑物、车辆等固体物具有腐蚀性。

我觉得，防治的重点应放在控制颗粒物排放上：首先是工业排放，需要将重工业企业理规划，做到节能减排、清洁排放。其次，城市交通规划及发展公共交通也是减少城市人为污染物排放的重要措施。最后，政府及媒体应加强环保知识宣传，提高民众对空气污染事件的关注。那么，作为我们个人怎么做呢?应该做到：不开车或少开车;尽量乘坐公共交通工具;不抽烟或尽量少抽烟;学习雾霾防护知识并向身边人宣传;从自身做起，注意节能环保。

**雾霾调查报告小学生篇七**

雾霾，是雾和霾的组合词。雾霾常见于城市。中国不少地区将雾并入霾

一起作为灾害性天气现象进行预警预报，统称为“雾霾天气”。

雾霾是特定气候条件与人类活动相互作用的结果。高密度人口的经济及社会活动必然会排放大量细颗粒物(pm 2.5)，一旦排放超过大气循环能力和承载度，细颗粒物浓度将持续积聚，此时如果受静稳天气等影响，极易出现大范围的雾霾。

2024年，“雾霾”成为年度关键词。这一年的1月，4次雾霾过程笼罩30个省(区、市)，在北京，仅有5天不是雾霾天。有报告显示，中国最大的 500个城市中，只有不到1%的城市达到世界卫生组织推荐的空气质量标准，与此同时，世界上污染最严重的10个城市有7个在中国。

2024年1月4日，国家减灾办、民政部首次将危害健康的雾霾天气纳入2024年自然灾情进行通报。

2024年2月，主席在北京考察时指出：应对雾霾污染、改善空气质量的首要任务是控制pm2.5，要从压减燃煤、严格控车、调整产业、强化管理、联防联控、依法治理等方面采取重大举措，聚焦重点领域，严格指标考核，加强环境执法监管，认真进行责任追究。

针对愈发严重的雾霾天气状况，我进行了一次问卷调查。调查了解周边居民对雾霾天气的了解状况。

调查的问卷及数据如下：

1、您对本次雾霾天气是否关心?

a.关心 79% b.不关心6% c.没想过15%

2、你是否知道雾霾对人体的危害?

a.非常清楚15% b.有所了解67% c.不太清楚18%

3、pm2.5的标准中文名是?

a..悬空细尘 14% b.微尘 21%

c.超细悬空尘颗粒 65%

4、您是否对本次雾霾天气采取了防御措施?

a.未采取55% b.已采取21% c.打算采取24%

5、雾霾天气对您有何影响?

a.出行 22% b.健康32% c.心情46%

6、在雾霾的天气下，您会选择什么交通工具出行?

a.步行48% b.自行车4% c.私家车5% d.公交车41%

7、您认为造成雾霾天气严重的原因是什么?

a.人为造成 76% b.大气气压不稳 4% c.氮化合物增多20%

8、对于近年雾霾天气的频繁出现您有什么态度或看法?

a. 应分日限制尾气排量63% b. 应减少燃放烟花21% c.与我无关16%

根据调查结果可知，大多数人还是关心并基本了解最近的雾霾天气的，但真正采取防护措施的人却很少。

大多数人认为雾霾天气对自己影响最大的是心情，健康其次。而出行时，更多人还是愿意选择步行或公交车，相对于私家车来说，确是环保太多了。同样，在出现雾霾天气时，也还是有人会选择大门不出，二门不迈的，只不过是少数。

对于造成雾霾天气的原因，大家看法不一，但大多数人认为是人为因素造成的，正如前一段时间存在大量的焚烧秸秆现象一样。许多人认为应该加大政府的干预力度，例如分日限制尾气排量等。而减少雾霾的产生，确实需要减少汽车尾气排放的污染物、工业企业排放的污染物、家庭生活排放的污染物等。而做到这些却不是任何一个人或者任何一个企业单独可以做到的，这是一个国家共同的责任，需要全体公民的共同努力。

雾霾，顾名思义是雾和霾。但是雾是雾，霾是霾，雾和霾的区别很大。 雾——雾是由大量悬浮在近地面空气中的微小水滴或冰晶组成的气溶胶系统。 霾——霾，也称灰霾(烟雾) 空气中的灰尘、硫酸、硝酸、有机碳氢化合物等粒子也能使大气混浊。

二氧化硫、氮氧化物以及可吸入颗粒物这三项是雾霾主要组成，前两者为气态污染物，最后一项颗粒物才是加重雾霾天气污染的罪魁祸首。它们与雾气结合在一起，让天空瞬间变得灰蒙蒙的。颗粒物的英文缩写为pm，北京监测的是pm10，也就是空气动力学当量直径小于等于10微米的污染物颗粒。

1. 大气空气气压低，空气不流动时主要因素。由于空气的不流动，使空气中的微小颗粒聚集，漂浮在空气中。

2. 地面灰尘大，空气湿度低，地面的人和车流使灰尘搅动起来。

3. 汽车尾气是主要的污染物排放，近年来城市的汽车越来越多，排放的汽车尾气是雾霾的一个因素。

4. 工厂制造出的二次污染。

5. 冬季取暖排放的co2等污染物

雾霾天气易诱发心血管疾病，雾霾天气时气压低，湿度大，人体无法排汗，诱发心脏病的几率会越来越高。

诱发呼吸道疾病，雾霾中含有大量的颗粒物，这些包括重金属等有害物质的颗粒物一旦进入呼吸道并粘着在肺泡上，轻则会造成鼻炎等鼻腔疾病外，重则会造成肺部硬化，甚至还有可能造成肺癌。

雾霾天气时光照严重不足，接近底层的紫外线明显减弱，使得空气中细菌很难被杀死，从而传染病的概率大大增加。

雾霾天气时，由于空气质量差，能见度低，容易出现车辆追尾相撞，影响正常交通秩序，对大家出行造成不便，在日常行车行走时更应该多观察路况，以免发生危险。

在此种极端天气中，市民应怎么做才能减少对身体危害?吃什么才能提高免疫力?针对市民关心的问题，相关专家逐一进行了解答。

一、避免雾天锻炼。可以改在太阳出来后再晨练。也可以改为室内锻炼。

二、尽量减少外出。如果不得不出门时，最好戴上口罩。

三、患者坚持服药。呼吸病患者和心脑血管病患者在雾天更要坚持按时服药

四、别把窗子关得太严。可以选择中午阳光较充足、污染物较少的时候短时间开窗换气。

五、尽量远离马路。上下班高峰期和晚上大型汽车进入市区这些时间段，污染物浓度最高。

六、补钙、补维d，多吃豆腐、雪梨等

青少年身体发育不完全，灰霾天气灰尘、颗粒会通过孩子们的呼吸道直接侵害其健康，容易引起呼吸道疾病如感冒、咳嗽、鼻炎、支气管炎、哮喘等发生。对儿童的防护从以下几个方面进行。

首先，通过学校的宣传和知识普及让儿童对雾霾天气以及对健康的影响有直接关系和感官认识。

其次，提高家长自身对孩子的方法意识。

再次，减少室外活动，将户外活动改为室内活动，从而减少灰霾对儿童的影响。 此外，在平时的生活中，毛绒玩具表面的灰尘、细菌较多，尽量少给孩子玩或常清洗，让孩子的活动远离污染严重的交通干道，临街住的，避免在交通高峰期开窗通风。

城市风光

汽车如此多娇 千里朦胧

引无数男女竞相开 万里霾飘

惜贪图安逸 望城市内外

自排毒气 浓雾茫茫

男女老少 举国上下

共同吸毒 阴霾滔滔

孰能幸免 车舞长龙

欲消灭霾 尾气绵延

拯救生命之空气 欲把毒气遍满天

弃开车

颗粒物

从你我做起 生命危矣

刻不容缓各地雾霾天气的出现，本质上是环境自净能力达到临界点的提醒。对于城市的居民而言，它既是对现代社会触碰自然底线的警告，也是对人类侵犯大自然的警告。当然，还是对城市居民肩负保护环境的责任，维护地球生态自觉性的考验。面对雾霾天气，人们需要的是共同减少污染的一种决心与信念，也需要实际生活中的改变治理雾霾，根治大气污染，让城市充满清新的空气，才能让百姓更加健康幸福地生活。建设生态文明，呵护生态环境，建设美丽家园，已刻不容缓。虽然防治大气污染是一个复杂的综合课题，虽然我们面对的是一场艰苦卓绝的战役，但有政府有效应对，企业积极参与，社会各界共同担当，一个清新秀美的生态文明城市，也将离我们不远.

以上 雾霾天气的调查报告 就为您介绍到这里，希望它对您有帮助。

**雾霾调查报告小学生篇八**

新学期开始，但是还是依旧的雾霾不断，给市民的生活和出行造成了很大影响，同时也对人们的身体健康造成了极大伤害。那么，到底是什么原因造成的空气污染呢?又怎样去治理这种污染呢?群众又有什么反应呢?为此，我们学院在团委书记的带领下对市区以及周边的农村进行了关于雾霾的问卷调查。

在年月日上午，我们一行13名调查员骑车来到北部村。调查人员两人一组随机对不同年龄阶段的村民进行问卷调查(主要以谈话的方式了解情况)，并笔记记录。

当天下午，我们又分成两组，分别乘公交车来到和社区再次进行问卷调查，并加以记录。

我们对记录结果进行了整理，可以看出，大多数人还是比较了解和关心的雾霾天气的，但是他们也就仅仅是停留在知道的层面，并未采取什么防护措施，原因是大部分人认为危害不大和带口罩不方便。这充分说明他们并不真正了解雾霾给身体健康带来的危害。(建议：应该对他们进行一些雾霾危害的宣传。)另外，对于雾霾的成因大家也有各自的看法，但是人们还是比较同意鞭炮、尾气并不是造成雾霾的主要原因，主要还是制药厂、发电厂等工厂造成的。在出行这方面呢，更多人还是愿意选择戴口罩步行或坐公交车，一来是比较环保，二来也是比较省钱的。同时，在出现雾霾天气时，大多数人在没有特别重大的事情时还是选择了在家休息，我个人觉得还是比较正确的选择。

调查还显示，农村焚烧秸秆的现象几乎没有了，都采用了秸秆还田的方法，省事还环保。并且我们还了解到农村冬季有的农家是才用电暖气的方式供暖，这又减少了污染物的排放。在由博物馆采访的情况分析，大多数市民都认为汽车的排放、烟花爆竹等都不是造成雾霾的主要原因，他们认为主要还是工厂污染严重。与此同时大家还给了一些建议，认为政府应该加大干预力度，例如限号，减少汽车尾气排放的污染物，加强对企业的管理，减少污染物的排放等等。但是我们也必须认识到这些并不是任何一个人或者任何一个企业单独就可以完成的，这需要我们全体公民的共同努力。提高环保意识，从点点滴滴做起!

1.大气空气气压低，空气不流动是主要因素。由于空气的不流动，使空气中的微小颗粒聚集，漂浮在空气中。

2.地面灰尘大，空气湿度低，地面的人和车流使灰尘搅动起来。

3.燃放烟花爆竹等污染颗粒物排放增加。

4.工厂制造出的二次污染。

5.冬季取暖排放的污染物。

6.焚烧秸秆。

7.汽车尾气是主要的污染物，近年来城市的汽车越来越多，排放的.汽车尾气也是雾霾的一个因素。

1.对呼吸系统的影响：霾的组成成分非常复杂，包括数百种大气化学颗粒物质。其中有害健康的主要是直径小于10微米的气溶胶粒子，如矿物颗粒物、海盐、硫酸盐、硝酸盐、有机气溶胶粒子、燃料和汽车废气等，它能直接进入并粘附在人体呼吸道和肺泡中。尤其是亚微米粒子会分别沉积于上、下呼吸道和肺泡中，引起急性鼻炎和急性支气管炎等病症。对于支气管哮喘、慢性支气管炎、阻塞性肺气肿和慢性阻塞性肺疾病等慢性呼吸系统疾病患者，雾霾天气可使病情急性发作或急性加重。如果长期处于这种环境还会诱发肺癌。

2.对心血管系统的影响：雾霾天气空气中污染物多，气压低，容易诱发心血管疾病的急性发作。比如雾大的时候，水汽含量非常的高，如果人们在户外活动和运动的话，人体的汗就不容易排出，造成人们胸闷、血压升高。

3.影响交通安全。出现雾霾天气时，视野能见度低，空气质量差，容易引起交通阻塞，发生交通事故。4.由于雾天日照减少，儿童紫外线照射不足，体内维生素d生成不足，对钙的吸收大大减少，严重的会引起婴儿佝偻病、儿童生长缓慢。

5.影响心理健康。阴沉的雾霾天气由于光线较弱及导致的低气压，容易让人产生精神懒散、情绪低落及悲观情绪，遇到不顺心的事情甚至容易失控。

1.尽量少出门：由于雾霾天气中存在着大小颗粒物，严重危害身体健康，颗粒物进入身体后会粘附在呼吸道，造成支气管炎，咽炎。尤其是抵抗力相对比较弱的老年人和患有呼吸道疾病的人群更应该减少出行，或户外运动时应戴口罩防护身体。

2.晨练应限制：有很多人比较习惯晨练，其实这对于人体来讲，时间并不是很正确，由于早晨处于空气交换环境，空气质量很差，尤其是雾霾天气，呼吸道容易受到刺激，在锻炼时容易诱发呼吸道和心脑血管疾病。

3.做好个人卫生，出门后进入室内要洗脸，漱口，换掉外出时穿的衣服，去掉污染的残留

4.饮食方面有讲究：

a多喝水，加快身体的新陈代谢

b饮食上我们应该尽量避免辛辣刺激食物的摄入，对于冬季爱吃火锅的人群应尽量较少。

c多吃含有维生素和钙类丰富的食物，如鱼类，黑鱼汤是不错的选择。

d饮食清淡，多吃新鲜蔬菜水果，银耳，梨，柿子，百合，萝卜，荸荠等润肺食品。

**雾霾调查报告小学生篇九**

实践内容：调查绍兴雾霾天气日益严重的原因、现状、危害及政府的解决措施。

实践方式：关注新闻媒体、走访有关部门、向有经验的前辈询问.了解、自己观察登记。

雾：在水气充足、微风及大气层稳定的情况下，如果接近地面的空气冷却至某程度时，空气中的水气便会凝结成细微的水滴悬浮于空中，使地面水平的能见度下降，这种天气现象称为雾。霾：指原因不明的因大量烟、尘等微粒悬浮而形成的浑浊现象。雾霾：雾霾是雾和霾的组合词。因为空气质量的恶化，阴霾天气现象出现增多，危害加重。中国不少地区把阴霾天气现象并入雾一起作为灾害性天气预警预报。统称为“雾霾天气”。pm2.5:pm2.5是指大气中直径小于或等于2.5微米的颗粒物，也称为可入肺颗粒物。虽然pm2.5只是地球大气成分中含量很少的组分，但它对空气质量和能见度等有重要的影响。pm2.5粒径小，富含大量的有毒、有害物质且在大气中的停留时间长、输送距离远，因而对人体健康和大气环境质量的影响更大。

1.雾霾天气极易使哮喘复发。包括支气管哮喘、支气管炎、过敏性鼻炎和变异性咳嗽闷气、呼吸不畅等哮喘症状。人们每次呼吸，往肺部深处吸入大约50万个微粒，可是在受到污染的空气中，吸入的微粒比这多100倍。

2.雾霾天气是心血管疾病患者的“健康杀手”，尤其是有呼吸道疾病和心血管疾病的老人，雾天最好不出门，更不宜晨练，否则可能诱发病情，甚至心脏病发作，引起生命危险。专家指出，之所以说雾天是心血管疾病患者的“危险天”，是因为起雾时气压低，空气中的含氧量有所下降，人们很容易感到胸闷，早晨潮湿寒冷的雾气还会造成冷刺激，很容易导致血管痉挛、血压波动、心脏负荷加重等。同时，雾中的一些病原体会导致头痛，甚至诱发高血压、脑溢血等疾病。因此，患有心血管疾病的人，尤其是年老体弱者，不宜在雾天出门，更不宜在雾天晨练，以免发生危险。

3.事实上，雾霾天气持续，空气质量下降并不是今年的新现象。近几年，每到秋冬特别是入冬以后，国内中东部地区不时会遭遇类似的情况，当中虽有一定的气象因素，但最主要还是粗放式无序发展带来的恶果。应该看到，雾霾并非一般空气污染，它可能对公众生活和健康造成极大威胁，1952年伦敦大雾中，据官方统计就有逾4000人丧生，有环保专家分析，灰霾很可能取代吸烟成为肺癌头号致病“杀手”。

4.霾天对人体心脑血管疾病的影响也很严重，会阻碍正常的血液循环，导致心血管病、高血压、冠心病、脑溢血，可能诱发心绞痛、心肌梗塞、心力衰竭等，使慢性支气管炎出现肺源性心脏病等。另外，浓雾天气压比较低，人会产生一种烦躁的感觉，血压自然会有所增高。再一方面雾天往往气温较低，一些高血压、冠心病患者从温暖的室内突然走到寒冷的室外，血管热胀冷缩，也可使血压升高，导致中风、心肌梗死的发生。所以心脑血病患者一定要按时服药小心应对。专家指出，持续大雾天对人的心理和身体都有影响，从心理上说，大雾天会给人造成沉闷、压抑的感受，会刺激或者加剧心理抑郁的状态。此外，由于雾天光线较弱及导致的低气压，有些人在雾天会产生精神懒散、情绪低落的现象。

**雾霾调查报告小学生篇十**

雾霾这一环境问题一直是大家关注的焦点，“穹顶之下”的演讲更是发人深省。据可靠数据，宁波市去年的雾霾天数占了全年的近三分之一，也就是每三天里就有一天是雾霾天。这次暑期社会实践就有一个小组对雾霾问题做了调查报告，我们一起来看看他们的调查经过吧!

7月12日

今天是台风“灿鸿”过去的第一天，也是我们暑期社会实践进行的第一天，天气不错，我们乘着公交车去了宁波大学，开始了我们暑期社会调查的第一站：宁波大学。

之后，我们便进入校内进行实地的采访与分发问卷，首先，我们碰到一个女生，我们向她分发了问卷，同时问了她询问了关于雾霾的一些问题，得到她的回答之后，我们负责记录的同学如实记录下她的回答。之后我们在整个校园内逛，不断发放问卷，重复同样的过程，同时进行数据的统计和照片的采集，虽然中途被拒绝了好几次，也算是历经波折，但经过一上午的忙碌，我们获得了大量的素材与数据。

7月14日

今天我们暑期社会实践小组在浙江纺织技术学院进行了大学生相关雾霾的问卷调查。

我们了解到普遍大学生对于雾霾问题有着一定了解。他们对于宁波当地的空气，特别是江北区的环境有一点不满意。由于江北区在修地铁，学校附近往往空气不好，影响了学生们的休息与外出。

我们还采访了部分学生对于遇到雾霾情况需要外出有什么办法。我们的学生在面临这种情况下，往往会选择戴上口罩，或者尽量不外出。在这次的调查中我们发现雾霾情况对学生的出行产生了比较严重的影响，我们也希望宁波的空气能在我们的保护下能越来越好。

7月15日

今天是我们暑期社会实践的第三天，我们选择我们自己学校进行调查。

下午一点，我们开始了我们的调查，天气比较闷热，但是大家干劲十足。我们先去了教学楼分发问卷，由于考试基本结束，所以教学楼里的人并不多。我们分成了两组，对教三教四的每一个教室的每一个学生进行了调查。我们分发了问卷，分发问卷的时候，就感觉到宁工的学子都很愿意帮助人，没有人拒绝填写问卷。在他们填写问卷的同时，我们也问了关于雾霾的几个问题 。教室的问卷调查做的很顺利。

**雾霾调查报告小学生篇十一**

据报道，11月8日，沈阳遭遇6级严重雾霾污染，全市pm2.5均值一度达到1155（微克/立方米），超过爆表值（500）2倍多，目前沈阳已启动重污染天气一级响应。

长春遭遇严重雾霾，市民戴口罩上街。长春遭遇严重雾霾，市民戴口罩上街。

沈阳雾霾有多严重？pm2.5高达1400，网友调侃防卫星监测

进入供暖季一周后，辽宁大部遭遇严重雾霾侵扰，11月7日开始，辽宁省除丹东、朝阳、葫芦岛外，其余11个城市达到重度污染以上。其中，营口、鞍山、沈阳、盘锦、铁岭、辽阳6市达到严重污染（aqi超过300），首要污染物为pm2.5。

11月8日，曾有国家环境保护模范城市之称的沈阳更是遭遇6级严重雾霾污染，局部pm2.5的平均浓度超过1400（微克/立方米），呼吸科就诊率上升约20%。9日，沈阳中小学已经停止户外活动。

对此，网友纷纷调侃道：

@笑书神侠iu：长霾（长春雾霾）的醇厚，是如此真实，如此具体。黑土的甜腥与秸秆焚烧的碳香充分混合，再加上尾气的催化和低气压的衬托，使长霾口感甘冽适口，吸入后挂肺持久绵长，让品味者肺腑欲焚，欲罢不能。这是人类的辛劳与自然的馈赠共同作用的结晶，雾是帝都重，霾是家乡醇！雾以吸为贵。厚德载雾，自强不吸。海上升明月，吸霾共此时。

@爱橄榄rugby：沈阳雾霾天气也是醉了，都飞到沈阳上空了，雾霾太大降落不了，又飞回天津来，在天津困着了，这要等到啥时候啊。

@潮鸣汐：这浓度是为了防间谍卫星？

今天上午，各地网友都在看沈阳在雾霾中沦陷。然而，好景不长，北京上午的雾霾没有像昨天那样散去，而是越聚越浓，渐渐也在沦陷。

今天下午4时30分，北京市气象台发布大雾黄色预警信号：预计9日夜间至10日上午，北京将出现大雾，部分地区能见度将低于500米。

而就在一周前，11月3日，北京曾发布空气重污染蓝色预警，当时是一月3次拉响雾霾警报。

停止供暖可以解决雾霾？停止供暖不切实际，治霾重在治煤

我国的北方供暖举措可追溯到上世纪50年代，为提高居民的生活质量，我国在苏联援助下为城市居民安装集中供热系统，但当时能源短缺，便人为确定以中国南北分界线秦岭淮河一线为我国集中供暖的界限。此后每年11月15日北方开始集中供暖。

而供暖式雾霾，是特指北方由于大规模燃煤供暖，导致雾霾天气的情况。

其实供暖与雾霾并不具有直接的因果关系，问题出在燃料上。我国北方大部分地区利用的是燃煤集中供暖系统，这种季节性燃煤不仅会带来严重的空气污染，还有巨大的能源浪费问题。

据黑龙江环保部门xx年监测数据显示，以哈尔滨为例，每年工业和采暖期用煤量大约2840万吨。而煤在燃烧中会转化为大量的二氧化硫、一氧化碳等有害气体、细微颗粒，1吨燃料或原料会产生污染物515kg。pm2.5平均浓度将大幅增加，据统计，其平均浓度将高出全年20%左右。

再加之我国采暖主要在人口密集的城镇和工矿企业，北方冬季气候更加干燥寒冷，雨雪少，空气自净能力极差，加剧了雾霾的侵害。

11月8日时值农历立冬，吉林省长春市迎来今冬首次降雪，伴随而来的还有严重的空气污染。11月8日时值农历立冬，吉林省长春市迎来今冬首次降雪，伴随而来的还有严重的空气污染。

如何解决供暖与雾霾的矛盾？煤改气，使用清洁能源

今年10月30日，环保部就供暖季大气污范本染防治，紧急引发了《关于做好今冬明春大气污染防治工作的通知》，要求提前完成优质煤存储工作；优先使用超低排放机组发电，加强燃煤锅炉污染治理等。

天津市供暖部门推出了供热煤改燃计划，预计在xx年之前，更加环保的燃气锅炉代替燃煤供热锅炉。

石家庄新增供热区域中，80%是利用炼油厂工业余热、污水源热泵、天然气供热等新能源供热。

那么，国外有何先进的供热方式呢？是否可以借鉴？

芬兰：热电联产。利用发电厂发电过程中产生的余热将水加热，并通过密布在城市地下的供暖管道向用户供暖。

德国：主要为天然气供暖。目前，德国75%的新住宅使用天然气供暖。一般一户或几户使用一个天然气锅炉进行采暖，没有固定的供暖期。并采用分户计量模式。

韩国：一方面利用天然气和柴油为燃料的锅炉产生蒸汽或热水向住户定期供暖；另一方面利用发电厂的废热向特定区域供暖。

**雾霾调查报告小学生篇十二**

雾和霾的区别十分大。空气中的`灰尘、硫酸、硝酸等颗粒物组成的气溶胶系统造成视觉障碍的叫霾。霾就是灰霾（烟霞）。当水汽凝结加剧、空气湿度增大时，霾就会转化为雾。霾与雾的区别在于发生霾时相对湿度不大，而雾中的相对湿度是饱和的（如有超多凝结核存在时，相对湿度不必须到达100%就可能出现饱和）。

雾霾天气是一种大气污染状态，雾霾是对大气中各种悬浮颗粒物含量超标的笼统表述，尤其是pm2.5（粒径小于2。5微米的颗粒物）被认为是造成雾霾天气的“元凶”。雾霾的源头多种多样，比如汽车尾气、工业排放、建筑扬尘、垃圾焚烧，甚至火山喷发等等，雾霾天气通常是多种污染源混合作用构成的。

（1）环境因素

雾和霾相同之处都是视程障碍物。但雾与霾的构成原因和条件却有很大的差别。雾是浮游在空中的超多微小水滴或冰晶，构成条件要具备较高的水汽饱和因素。出现雾时空气相对湿度常达100%或接近100%。雾有随着空气湿度的日变化而出现早晚较常见或加浓，白天相对减轻甚至不见的现象。出现雾时有效水平能见度小于1km。当有效水平能见度1—10km时称为轻雾。

‘雾’和‘霾’实际上是有区别的。雾是指大气中因悬浮的水汽凝结，能见度低于1公里时的天气现象；而灰霾的构成主要是空气中悬浮的超多微粒和气象条件共同作用的结果，其成因有三：

（一）、在水平方向静风现象增多。

城市里大楼越建越高，阻挡和摩擦作用使风流经城区时明显减弱。静风现象增多，不利于大气中悬浮微粒的扩散稀释，容易在城区和近郊区周边积累。

（二）、垂直方向上出现逆温。

逆温层好比一个锅盖覆盖在城市上空，这种高空的气温比低空气温更高的逆温现象，使得大气层低空的空气垂直运动受到限制，空气中悬浮微粒难以向高空飘散而被阻滞在低空和近地面。

（三）、空气中悬浮颗粒物的增加。

随着城市人口的增长和工业发展、机动车辆猛增，导致污染物排放和悬浮物超多增加，直接导致了能见度降低。

（1）机动车尾气

机动车的尾气是雾霾颗粒组成的最主要的成分，最新的数据显示，北京雾霾颗粒中机动车尾气占22.2%，燃煤占16.7%，扬尘占16.3%，工业占15.7%。但随着汽车技术进步以及油品质量的上升，环境管理者发现机动车尾气对雾霾天气构成并不起决定性作用，但作为一些汽车拥有量较大的城市，管理者依旧需要控制机动车排放标准，避免雾霾天气的构成。

（2）气候

二是我国冬季气溶胶背景浓度高，有利于催生雾霾构成；

三是雾霾天气会使近地层大气更加稳定，会加剧雾霾发展、加重大气污染。雾霾天气构成既受气象条件的影响，也与大气污染物排放增加有关，推荐进一步加大大气环境治理和保护力度，个性是要加强多部门会商联动，完善静稳天气条件下大气污染物应急减排方案，以防范和控制重污染天气的出现。

1、人体心脑血管疾病的危害

人体心脑血管疾病的影响也很严重，会阻碍正常的血液循环，导致心血管病、高血压、冠心病、脑溢血，可能诱发心绞痛、心肌梗塞、心力衰竭等，使慢性支气管炎出现肺源性心脏病等。另外，浓雾天气压比较低，人会产生一种烦躁的感觉，血压自然会有所增高。再一方面雾天往往气温较低，一些高血压、冠心病患者从温暖的室内突然走到寒冷的室外，血管热胀冷缩，也可使血压升高，导致中风、心肌梗死的发生。

2、长期雾霾天易诱发心理抑郁

专家指出，持续大雾天对人的心理和身体都有影响，从心理上说，大雾天会给人造成沉闷、压抑的感受，会刺激或者加剧心理抑郁的状态。此外，由于雾天光线较弱及导致的低气压，有些人在雾天会产生精神懒散、情绪低落的现象。

3、空气质量下降

事实上，雾霾天气持续，空气质量下降并不是今年的新现象。近几年，每到秋冬个性是入冬以后，国内中东部地区不时会遭遇类似的状况，当中虽有必须的气象因素，但最主要还是粗放式无序发展带来的恶果。

1、减少出门，外出戴口罩

减少出门是自我保护最有效的办法。如果必须要出门，不要骑自行车，避开交通拥挤的高峰期以及开车多的路段，避免吸入更多的化学成分。也最好不好开私家车，多乘坐公共交通工具，为减少pm2.5做贡献。

2、饮食清淡多喝水

雾天的饮食宜选取清淡易消化且富含维生素的食物，多饮水，多吃新鲜蔬菜和水果，这样不仅仅可补充各种维生素和无机盐，还能起到润肺除燥、祛痰止咳、健脾补肾的作用。少吃刺激性食物，多吃些梨、枇杷、橙子、橘子等清肺化痰食品。

3、雾霾天气少开窗

4、适量补充维生素d

这个季节雾多、日照少，由于紫外线照射不足，人体内维生素d生成不足，有些人还会产生精神懒散、情绪低落等现象，必要时可补充一些维生素d。

5、停止晨练

人们晨练时，人体需要的氧气量增加，而雾中的有害物质会侵害呼吸道造成供氧不足，从而产生呼吸困难、胸闷、心悸等不良症状。乳白色的雾会给人一种洁净的感觉，其实雾中聚积着超多污染物，它可引发气道高反应，而雾中的可吸入颗粒、二氧化硫等污染物正是哮喘、慢性支气管炎的主要诱发因素。所以不推荐在大雾天气晨练，这样是十分伤身的。

**雾霾调查报告小学生篇十三**

在我国经济飞速发展的今天,环境却日益化，严重影响人们的健康、生活和出行，必须要生活中的人们去保护。

健康关系到我们每个人的未来，我们每个人必须高度重视。

20xx年4月

四川成都

营销二班刘静茹

调查中国雾霾天气日益严重的原因、现状、危害及的解决措施。

关注新闻媒体、走访有关部门、向有经验的前辈询问.了解、自己观察登记

一、什么是”雾霾”

1、雾：在水气充足、微风及大气层稳定的情况下，如果接近地面的空气冷却至某程度时，空气中的水气便会凝结成细微的水滴悬浮于空中，使地面水平的能见度下降，这种天气现象称为雾。

霾：指原因不明的因大量烟、尘等微粒悬浮而形成的浑浊现象。

雾霾：雾霾是雾和霾的组合词。因为空气质量的恶化，阴霾天气现象出现增多，危害加重。中国不少地区把阴霾天气现象并入雾一起作为灾害性天气预警预报。统称为“雾霾天气”。

pm2.5:pm2.5是指大气中直径小于或等于2.5微米的颗粒物，也称为可入肺颗粒物。虽然pm2.5只是地球大气成分中含量很少的组分，但它对空气质量和能见度等有重要的影响。pm2.5粒径小，富含大量的有毒、有害物质且在大气中的停留时间长、输送距离远，因而对人体健康和大气环境质量的影响更大。

二、雾霾的危害

1、雾霾天气极易使哮喘复发。包括支气管哮喘、支气管炎、过敏性鼻炎和变异性咳嗽等，多与近期气温下降、雾霾天气有关。雾霾天气时，空气中漂浮着粉尘、烟尘，尘螨也可能悬浮在雾气中，支气管哮喘患者吸入这些过敏原，就会呼吸道，出现咳嗽、闷气、呼吸不畅等哮喘症状。人们每次呼吸，往肺部深处吸入大约50万个微粒，可是在受到污染的空气中，吸入的微粒比这多100倍。

2、雾霾天气是心血管疾病患者的“健康杀手”，尤其是有呼吸道疾病和心血管疾病的老人，雾天最好不出门，更不宜晨练，否则可能诱发病情，甚至心脏病发作，引起生命危险。专家指出，之所以说雾天是心血管疾病患者的“危险天”，是因为起雾时气压低，空气中的含氧量有所下降，人们很容易感到胸闷，早晨潮湿寒冷的雾气还会造成冷，很容易导致血管痉挛、血压波动、心脏负荷加重等。同时，雾中的一些病原体会导致头痛，甚至诱发高血压、脑溢血等疾病。因此，患有心血管疾病的人，尤其是年老体弱者，不宜在雾天出门，更不宜在雾天晨练，以免发生危险。

3、事实上，雾霾天气持续，空气质量下降并不是今年的新现象。近几年，每到秋冬特别是入冬以后，国内中东部地区不时会遭遇类似的情况，当中虽有一定的气象因素，但最主要还是粗放式无序发展带来的恶果。应该看到，雾霾并非一般空气污染，它可能对公众生活和健康造成极大威胁，1952年伦敦大雾中，据官方统计就有逾4000人丧生，有环保专家，灰霾很可能取代吸烟成为肺癌头号致病“杀手”。

4、霾天对人体心脑血管疾病的影响也很严重，会阻碍正常的血液循环，导致心血管病、高血压、冠心病、脑溢血，可能诱发心绞痛、心肌梗塞、心力衰竭等，使慢性支气管炎出现肺源性心脏病等。另外，浓雾天气压比较低，人会产生一种烦躁的感觉，血压自然会有所增高。再一方面雾天往往气温较低，一些高血压、冠心病患者从温暖的室内突然走到寒冷的室外，血管热胀冷缩，也可使血压升高，导致中风、心肌梗死的发生。所以心脑血病患者一定要按时服药小心应对专家指出，持续大雾天对人的心理和身体都有影响，从心理上说，大雾天会给人造成沉闷、压抑的感受，会或者加剧心理抑郁的状态。此外，由于雾天光线较弱及导致的低气压，有些人在雾天会产生精神懒散、情绪低落的现象。

三、雾霾的影响

1、雾霾天气极易使哮喘复发。包括支气管哮喘、支气管炎、过敏性鼻炎和变异性咳嗽等，多与近期气温下降、雾霾天气有关。雾霾天气时，空气中漂浮着粉尘、烟尘，尘螨也可能悬浮在雾气中，支气管哮喘患者吸入这些过敏原，就会呼吸道，出现咳嗽、闷气、呼吸不畅等哮喘症状。人们每次呼吸，往肺部深处吸入大约50万个微粒，可是在受到污染的空气中，吸入的微粒比这多100倍。

作，引起生命危险。专家指出，之所以说雾天是心血管疾病患者的“危险天”，是因为起雾时气压低，空气中的含氧量有所下降，人们很容易感到胸闷，早晨潮湿寒冷的雾气还会造成冷，很容易导致血管痉挛、血压波动、心脏负荷加重等。同时，雾中的一些病原体会导致头痛，甚至诱发高血压、脑溢血等疾病。因此，患有心血管疾病的人，尤其是年老体弱者，不宜在雾天出门，更不宜在雾天晨练，以免发生危险。

3、事实上，雾霾天气持续，空气质量下降并不是今年的新现象。近几年，每到秋冬特别是入冬以后，国内中东部地区不时会遭遇类似的情况，当中虽有一定的气象因素，但最主要还是粗放式无序发展带来的恶果。应该看到，雾霾并非一般空气污染，它可能对公众生活和健康造成极大威胁，1952年伦敦大雾中，据官方统计就有逾4000人丧生，有环保专家，灰霾很可能取代吸烟成为肺癌头号致病“杀手”。

4、霾天对人体心脑血管疾病的影响也很严重，会阻碍正常的血液循环，导致心血管病、高血压、冠心病、脑溢血，可能诱发心绞痛、心肌梗塞、心力衰竭等，使慢性支气管炎出现肺源性心脏病等。另外，浓雾天气压比较低，人会产生一种烦躁的感觉，血压自然会有所增高。再一方面雾天往往气温较低，一些高血压、冠心病患者从温暖的室内突然走到寒冷的室外，血管热胀冷缩，也可使血压升高，导致中风、心肌梗死的发生。所以心脑血病患者一定要按时服药小心应对专家指出，持续大雾天对人的心理和身体都有影响，从心理上说，大雾天会给人造成沉闷、压抑的感受，会或者加剧心理抑郁的状态。此外，由于雾天光线较弱及导致的低气压，有些人在雾天会产生精神懒散、情绪低落的现象。

四、中国的雾霾

电视台《新闻1+1》1月15日报道，我国中东部的大部分地区被雾霾笼罩。截至14日零时，在全国74个监测城市中，有33个城市的部分监测站点，检测数据都超过了300，这意味着这些城市的空气质量，已经达到了严重污染。雾霾天气导致道路管制、企业停工、机场关闭、港口停运，并使得市民的工作生活受到了很大影响。不仅如此，在多地的医院，患上呼吸道疾病的病人在大幅增加，部分中小学的体育课甚至改在了室内进行。这样的天气下，很多人希望空气净化器和品种繁多的口罩能带来一些帮助。

中新网1月13日电综合报道，连日来，中国中东部地区因雾霾天气造成重度空气污染的现象，引发了港台媒体和国外媒体的广泛关注。香港《》形容遭遇的浓密雾霾“令人窒息”，空气质量的污染程度达到了“危险”的水平。

近期，由于冷空气较弱，多地气温回升，雾霾天气大范围伺机而入，中国中东部大部地区受到影响，而大雾给这些地区造成了严重的空气污染。

中国环境监测总站的全国城市空气质量实时发布平台显示，12日，、河北、山东等多地空气质量达严重污染，pm2.5指数直逼最大值。截至13日零时，在74个监测城市中，有33个城市的空气质量达到了严重污染，城区pm2.5值甚至一度逼近1000。

气象台13日6时继续发布大雾黄色预警：预计今天早晨到上午，京津地区、河北中南部、河南东北部、江苏中北部、四川盆地、重庆西部、湖南中南部、贵州南部、云南东南部、广西中北部等地有能见度不足1000米的雾，部分地区能见度不足200米。

五、怎么预防雾霾带来的危害

防大雾疾病方法：

1、外出戴口罩

2、饮食清淡多喝水

雾天的饮食宜选择清淡易消化且富含维生素的食物，多饮水，多吃新鲜蔬菜和水果，这样不仅可补充各种维生素和无机盐，还能起到润肺除燥、祛痰止咳、健脾补肾的作用。少吃性食物，多吃些梨、枇杷、橙子、橘子等清肺化痰食品。

3、雾霾天气少开窗

4、适量补充维生素d

这个季节雾多、日照少，由于紫外线照射不足，人体内维生素d生成不足，有些人还会产生精神懒散、情绪低落等现象，必要时可补充一些维生素d。

对策一：少出门

减少出门是自我保护最有效的办法。根据国际顶级流行病学期刊《美国流行病学》20\_\_年发表的北大前沿交叉学科研究员环境与健康中心研究员黄薇等人在西安市所做的pm2.5相关的流行病学研究，在排除了年龄、性别、时间效应和气象因素等影响因素之后，当pm2.5浓度每增加103微克/立方米时，居民全部死因的超额死亡风险会增加2.29%，滞后时间在1-2天。心脑血管疾病增加的超额死亡风险更高，为3.08%。

如果一定要出门，不要骑自行车，避开交通拥挤的高峰期以及开车多的路段，避免吸入更多的化学成分。也最好不好开私家车，多乘坐公共交通工具，为减少pm2.5做贡献。

对策二：少抽烟

更是“雪上加霜”。因此抽烟者近几日不论是外出还是呆在室内，应当尽量少抽烟。

对策三：少开窗

专家表示在灰霾天气，尽量不要开窗。确实需要开窗透气的话，应尽量避开早晚雾霾高峰时段，可以将窗户打开一条缝通风，时间每次以半小时至一小时为宜。同时，家中以空调取暖的居民，要注意开窗透气，确保室内氧气充足。可以在自家阳台、露台、室内多种植绿植，绿萝、万年青、虎皮兰等绿色冠叶类植物，因其叶片较大，吸附能力相对较强。还可以使用空气净化器，市面上80%的空气净化器都以净化空气中的细微颗粒物为主，对pm2.5有很好的吸附效果，但在使用时要注意勤换过滤芯。

对策四：选对口罩

普通口罩对于2.5微米的空气颗粒基本起不到什么作用，要阻挡pm2.5需要医用n95口罩，其对0.3微米的颗粒能抵挡95%，在pm2.5爆表的天气也能起到一定效果。

要购买正规合格、与自己脸型大小匹配的n95口罩，取下后要等到里面干燥后对折起来以防呼吸的潮气让口罩滋生细菌。佩戴的时间不宜过长，老年人和心血管疾病的人要避免佩戴，以免呼吸困难导致头昏。

对策五：做好个人卫生出门后进入室内要及时洗脸、漱口、清理鼻腔，去掉身上所附带的污染残留物，以防止pm2.5对人体的危害。洗脸时最好用温水，利于洗掉脸上的颗粒。清理鼻腔时可以用干净棉签沾水反复清洗，或者反复用鼻子轻轻吸水并迅速擤鼻涕，时要避免呛咳。除了面部清理外，身体的部分也要清洗。

对策六：清淡饮食少吃性食物，多吃新鲜蔬菜和水果，可以补充各种维生素和无机盐，还能够润肺除燥、祛痰止咳、健脾补肾。还可以多吃点豆腐、牛奶等食品。除此之外自制润喉茶也是不错的选择，可以解决嗓子干燥、咳嗽的问题，同时减少空气污染对肺部的危害。原料为：石斛、百合、麦冬各3克、大枣2枚，冰糖2粒。用法：加开水150毫升，泡服。一料可冲泡2-3次。

六结语

经过这个大学的第一次社会实践调查报告，我知道了环境对人体健康的重要，也了解了许多社会问题，在这个物质生活废话丰富的今天，我们更应该注重自己的健康，只有从源头治理了环境问题，才能根本解决雾霾对我们生活影响;在这次实践中，我也觉得我们应该要开始慢慢的深入社会、了解社会、社会问题，积极的让问题以后为我所用。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn