

周末天气

雾霾周末仍持续,污染程度稍减轻

24日,省气象台继续发布霾红色和大雾橙色预警信号。据省气象部门分析,未来几天雾和霾仍将持续!周末短时有所减轻,但随后又会加重。

24日上午时,全省大部地区有雾,中午起大雾逐渐消散,而24日夜间到25日早晨鲁西北、鲁西南及鲁中地区仍有大雾。预计24日晚上到25日全省大部分地区重度霾将持续。26日下午逐渐减弱或消散,26日夜间到27日白天雾霾有所减弱。27日午后可能又重新开始堆积,28日污染物累积加重,再次出现重度以上污染!

对此,省气象部门建议市民,没事尽量在家宅着,尤其是

老人和儿童,更不要出门,驾驶人员谨慎驾驶。政府及相关部门按照职责采取相应措施,控制污染物排放。详细天气预报如下:

25日白天,全省天气多云转晴。最低气温:鲁西北、鲁中山区和半岛内陆地区-3℃左右,其他地区-1℃左右。

25日夜间到26日白天,全省天气晴间多云。最低气温:鲁西北、鲁中山区和半岛内陆地区-3℃左右,其他地区0℃左右。

26日夜间到27日白天,全省天气晴转多云。最低气温:鲁西北、鲁中山区和半岛内陆地区-4℃左右,其他地区-2℃左右。

本报记者 任磊磊

雾霾让近郊游“没了脾气”

往年圣诞、元旦也是旅游景区促销的好机会,今年受严重雾霾天影响,游客出游意愿受到很大打击,各景区的营销积极性也明显受到影响,采访中获悉,打促销牌的景区寥寥无几。

24日从济南山水景区水帘峡了解到,元旦期间该景区向往年一样祭出打折促销手段,不仅门票一律实行六折优惠,到景区酒店住宿的游客,费用打八折,用餐菜金一律九折。景区相关人士表示,近期雾霾天对近郊游影响明显,很多市民没了出游兴致。该景区地处偏僻郊区,海拔976米的济南第一高峰梯子山,良好的生态环境使得受雾霾影响相对较轻,也是景区比较重视元旦促销的原因。

据悉,受连日雾霾天影响,济南近郊很多景区纷纷放弃了搞活动促销的打算,但效果也不明显,由于一天下来接待不了几个游客,有的景区临时放假。

本报记者 乔显佳

周末生活

防雾霾,你那些法可能不靠谱

雾霾的席卷而来,夹杂其中的防雾霾说法也蒙蔽了不少市民的眼睛。传言中有的防雾霾方法有一定的道理,也有的毫无依据。记者选取了几个最常见的看法,请来省城的两位专家,给大家做出解答。

受访者:济南市心理卫生协会秘书长,从事保健研究20余年的孙景丽;省千佛山医院小儿内科主任王红美。

本报记者 唐园园

说法 1

多吃木耳猪血可以清肺润肺?

济南市民张先生说,木耳是身体内的垃圾搬运工似乎成为大家的共识,那么多吃木耳和猪血之类的食物真可以对抗雾霾对身体造成的伤害吗?

孙景丽和王红美都认为,这样的说法并不靠谱。王红美说:“雾霾通过人的呼吸系统进入体内,食物是经过消化系统,所以靠食物来清理肺部的脏东西并不实际。”孙景丽称,木耳可以清理肠壁上的垃圾,但是并不能清理肺部。对于猪血、猪肺之类的东西,孙景丽认为更不靠谱。“猪也呼吸雾霾,所谓的‘以形补形’会造成二次污染。”

孙景丽说,有一些食物、饮品确实有清肺、润肺、抗病毒的作用,比如,罗汉果、乌梅、百合、广金钱草、罗布麻这个配方浸水泡茶喝酒就有这样的效果,但是真要说哪种食物可以清除肺部的脏东西,并不靠谱。

说法 2

外出归来,要给宝宝洗鼻子?

在雾霾天外出归来之后,很多父母就抓紧给宝宝清洗鼻子、脸部和口腔。孙景丽和

王红美认为,这样的做法对孩子有一定的保护作用,但是对于婴幼儿则尽量不要清洗鼻子。

“雾霾中除了有颗粒物外,还有许多氮氧化物、硫化物,这些东西可能会伤害呼吸道黏膜,如果超过4个小时,可能会入侵引起发炎症。”王红美认为,外出归来让孩子洗脸部、漱口能够预防疾病。但是对于婴幼儿,父母清理时一定要轻柔。“孩子的鼻部比较稚嫩,并且济南的水含钙镁离子特别多,过度清理很容易造成鼻腔黏膜受损。”孙景丽建议,要待到孩子各种器官发育成熟,有了自我保护之后才可以清理。

说法 3

空气脏的时候门窗一定要紧闭?

王红美和孙景丽认为,雾霾天气紧闭门窗的观点是错误的,因为如果不开窗通风,屋内的微生物和细菌含量将逐渐累加,甚至多于室外空气。

“活水干净,死水易脏。同样的道理,流通的空气才能减少有害细菌。”孙景丽认为,每天至少要通风半个小时,重要的是,选择哪些时间段进行开窗通风。“太阳出来后,由于光合作用的加强,空气中的有害颗粒物会减少,因此在每天早



晨太阳升起后以及中午、下午四时左右,可以开窗让室内空气流通。”

孙景丽提醒,观察到户外灰蒙蒙、空气污染严重的时候,一定要紧闭门窗。通风的频率也要和屋子的大小、人数以及身体状况决定,因人而异。

说法 4

有空气净化器室内空气就好了?

为了净化市内的空气,不少家庭都购置了空气净化器,但空气净化器究竟有多大效用,不少人表示只是图个心理安慰。

专家提醒,选购空气净化器时一定要选择质量过关的,否则会造成二次污染。另外,买了空气净化器并不是就万事大吉了,若不及时对空气净化器进行清洗,室内空气反而会变得更糟。“使用空气净化器的时候,一定要定期清洗和更换过滤网、虑胆等设备,否则净化器的过滤网本身就会成为污染源,对空气进行二次污染。在雾霾天气的时候,更应该清洗或更换加快。”孙景

丽说,空气净化器应该和开窗通气结合在一起,让室内空气流动起来。

另外,可以在阳台、室内放置绿萝、万年青等绿色冠叶类植物,因其叶片较大,吸附能力相对较强。

说法 5

只要戴口罩就可以出门久待?

应对雾霾天气,市场上各式各样的口罩应运而生,不少宣传称,能有效过滤PM2.5级空气颗粒物,但即使能够如此有效,专家也建议,不能将口罩当做雾霾的隔离神器,同时要避免长时间佩戴口罩。

“一次性的普通口罩根本起不到效果。”孙景丽说,在选择口罩时要选择专业防雾霾口罩,但专业口罩也不可以一直戴。“戴时间长了,会造成人呼吸困难,容易导致头晕、缺氧等反应。”孙景丽说。

专家也提醒,在使用口罩时,市民要注意每天都进行清洗消毒,并置于阳光下晒干。并且要根据使用频率,定期更换口罩。

GO·资讯

●演出

坐标:济南 31日19:30,海上良宵蔡琴2015济南演唱会在济南奥体中心体育馆举办。

坐标:济南 25日(周五)19:30,乌克兰国家交响乐团圣诞音乐会在省会大剧院音乐厅举办。

坐标:济南 26日(周六)10:00、15:00、27日(周日)10:00,益智儿童剧《小吉普变变变》将在宝贝剧场上演。

坐标:济南 26日(周六)19:00、27日(周日)10:00、15:00,美国原版舞台剧《加菲猫的生日派对》在都市实验剧场·童音拉普达宝贝剧场上演。

坐标:济南 26日(周六)、27日(周日)10:30,儿童剧《卖火柴的小女孩》在省话剧院亲子剧场上演。

坐标:济南 25日(周五)的19:30、26日(周六)10:00、15:00、19:30、27日(周日)10:00、19:30,俄罗斯皇家大马戏嘉年华全国巡演济南站在济南圣玛丽亚妇产医院院内广场举办。

坐标:聊城 26日(周六)15:00,“水城和声”曲艺汇演将于聊城市影剧院举行,主要演出节目包括山东琴书《偷年糕》、相声《童言无忌》等。

坐标:德州 25日(周五)19:30、26日(周六)10:00,儿童剧《猫鼠大战闹新年》将在德州大剧院大剧场上演。

坐标:青岛 27日(周日)19:30,赵雷“我们的时光 Our Time”巡回演唱会青岛站,将在青岛市人民会堂举办。

坐标:青岛 29日、30日19:30,大型传奇历史话剧《武则天》在青岛大剧院上演。

●活动

坐标:济南 26日(周六)9:30,在山东省图书馆一楼报告厅,由本报和省图书馆联合举办的“大众讲坛”,特邀省政协副主席、民革山东省委主委、山东中华文化学院院长孙继业主讲《山东抗战》。

坐标:济南 26日(周六),省图书馆将举办“抗日战争胜利山东战区受降仪式70周年”纪念活动。

坐标:菏泽 26日(周六)9:30,菏泽市收藏家协会红木专业委员会主任陈存柱将在菏泽市图书馆一楼报告厅进行以“红木收藏的艺术”为主题的讲座。

坐标:菏泽 31日,“读者和馆员面对面”元旦茶话会将在菏泽市图书馆二楼第一会议室举行。

坐标:泰安 12月23日至明年3月31日,首届中华泰山祈福灯会将于正式亮灯。灯会位于天烛峰景区泰山东街,设置五个主题灯区,100多个灯组、多个非遗项目展览以及鬼屋等游戏区。

●展览

坐标:济南 即日起—12月31日,山东抗日战争主题展在山东博物馆一楼4号、5号展厅举办。

坐标:济南 每周六9:30—11:00,14:00—15:30,模仿考古现场活动,在山东博物馆三楼13号展厅举办。

坐标:济南 26日—2016年1月3日,第二届山东省青年美术大展,在山东美术馆三楼C1、C2、C3、C4、C5厅举办。

坐标:济南 28日至明年1月8日,镶嵌彩沙工艺与制作选修课作业展在山东省工艺美术学院千佛山校区美术馆举办。

坐标:济南 26日(周六)10:00,《小仓鼠扣扣》成长故事分享会在济南市图书馆新馆负一层国学讲堂举办。

坐标:济南 即日起—12月29日,薇薇安·迈尔摄影展(原作)地山东省工艺美术学院长清校区美术馆举办。

坐标:济南 25日(周五)至28日,2015中国北方国际珠宝展览会在济南国际会展中心举办。

坐标:菏泽 31日,“迎新年,庆元旦”菏泽书画名家笔会活动将在菏泽市图书馆四楼书画阅展中心举行。

更多资讯详见逸周末微信公众号

本报记者 雒武



想知最新分享内容,扫一扫!

对付冬天易得病,这些食物一吃就好!

冬天天冷干燥,加之雾霾多空气质量又差,人们常容易犯一些毛病,像上火、口苦、咳嗽、腹泻等等。对付这些毛病不一定非去医院或药店,环境带来的问题大多可以通过饮食来解决。关于食疗,民间的偏方也颇多,但鱼龙混杂,用不好会伤人的。

今天小编向大家推荐一个由中央权威媒体发布的偏方辑录,多达23个,冬天出现的小毛病都能对付,关键是这些可都是很靠谱的,您放心用就是了,是不是非常有价值啊。关注逸周末公众微信号(qiluyizhoumo),可查看全部详细内容。点击逸周末微信页面右上角头像,再点击“查看历史消息”,还可以看到以前发送的所有内容哦。