

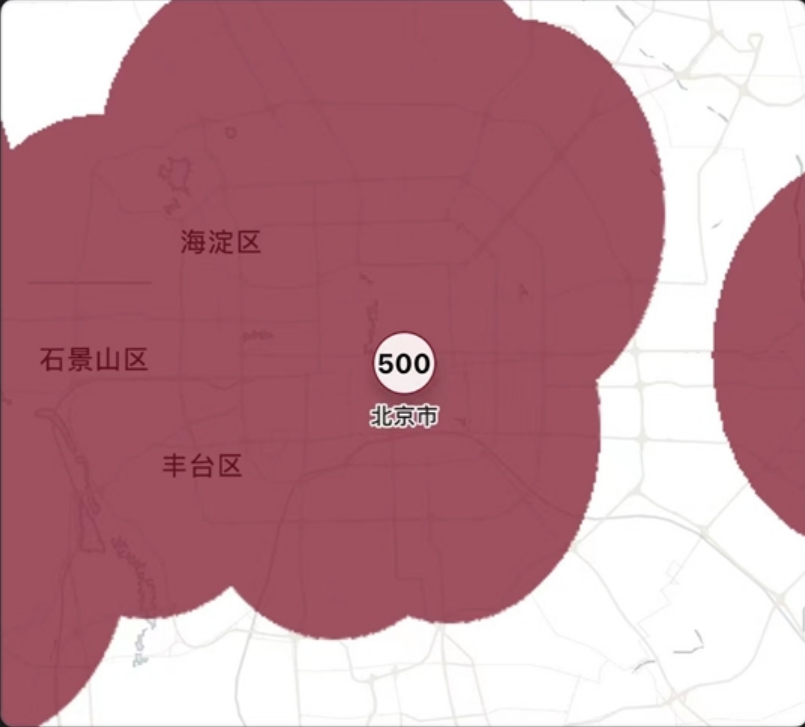
## 沙尘暴怎么保护自己？北京应急办发布八条提醒

北京市气象台发出沙尘暴黄色预警，同时空气质量也受到了严重污染。为了保护市民的健康和安全，请大家减少外出，避免露天集会等活动。此时期间，建议大家尽量在室内多呆一些时间，同时保持室内空气流通。若需外出，建议佩戴口罩以防灰尘对呼吸道产生影响。市民朋友们，让我们共同关注天气状况，做好自身的健康防护措施。

3月以来的第三轮沙尘天气目前正在影响我国北方地区，北京市气象台今日05时40分升级发布沙尘暴黄色预警信号：目前北京已出现明显沙尘天气，预计当前至22日中午，大部分地区最低能见度小于1000米。

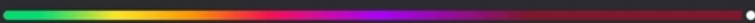
另据北京市生态环境监测中心9时数据，北京实时空气质量指数为500，已达6级严重污染。

### 空气质量



**严重污染**  
标准：中国大陆 (AQI)

当前 AQI (CN) 为 500。



**健康信息**

儿童、老年人和病人应当留在室内，避免体力消耗，一般人群应避免户外活动。

**主要污染物**  
PM<sub>10</sub> (颗粒物小于 10μm)

PM<sub>10</sub> 颗粒小到足以被吸入，通常来源于建筑、农业和沙漠灰尘或花粉。

## 沙尘暴来袭后，北京应急办发布八条提醒：

- 1、停止露天集会和室外体育活动。
- 2、关好门窗，加固围板、棚架、广告牌等易被风吹动的搭建物，妥善安置易受大风影响的室外物品，遮盖建筑物资，做好精密仪器的密封工作。
- 3、驾驶人员要密切关注路况，减速慢行。
- 4、减少外出，老人、儿童及患有呼吸道过敏性疾病的人不宜出门；必须外出时，应佩戴口罩、纱巾等防尘用品，外出归来尽快清洗面部和鼻腔。
- 5、远离高大建筑物、广告牌、临时搭建物，谨防高空坠物。
- 6、施工工地及时苫盖裸露地面避免扬尘，加强安全监管，必要时停止一切吊装、悬空、攀登等高空作业。
- 7、注意防风、防火，严禁野外用火，以免发生森林火灾。
- 8、相关部门要及时清理折损树枝和倒伏树木。对于倒树堵路、压电线、压房等突发情况及时处置，消除安全隐患，切实保障道路交通和设施设备安全运行。在应急处置中注意加强人员安全保障。

根据现行的国家级预警发布标准，中央气象台发布的沙尘暴预警分为三级：沙尘暴蓝色、黄色、橙色预警，预警颜色由浅到深，代表影响程度和防御等级越来越高。



[Redacted Name] 🧡

8分钟前 来自 Redmi Note 12 潮流版

#北京沙尘暴#今天北京的天儿😓出门黑裤子 到单位变成灰色了一层土😓😓😓

收起 | 查看大图 | 向左旋转 | 向右旋转



转发

1

2

本文链接：<https://dqcm.net/zixun/167945973612894.html>