

# 论保护环境对于改善人类身体健康的重要性

马 静

(大连市产品质量检验检测研究院有限公司, 辽宁 大连 116014)

**摘 要** 环境是人类赖以生存的物质基础,人和环境之间始终保持着紧密的不可分割的联系。在人类的生存和发展进程中,人类的生产活动带来了生态破坏、环境污染、自然资源耗竭等环境问题。环境问题对人类健康所造成的威胁和危害,其规模之大,影响之深远,是人类始料未及的。因此,环境与健康的研究已成为当前的迫切课题,也必将是人类生存和发展中重要的、永恒的主题。本文主要介绍了环境污染,分析了人类与环境的关系,最后重点阐述了保护环境对于改善人类身体健康的重要性。

**关键词** 保护环境 人类健康 污染治理

中图分类号: X24; Q988

文献标识码: A

文章编号: 1007-0745(2021)09-0024-02

关于环境的话题,对于人类来说是一个恒久不变的问题。由于当今环境的污染导致人们的生活状况的急剧下降,甚至已经威胁到人们的健康以及生命,每年都会有百万人死于各种疾病。为了我们自身的健康,环境保护问题逐渐地引起了人们的重视。

## 1 环境污染概述

环境污染指由于各种人为的或自然的原因,使环境组成发生重大变化,导致环境质量恶化,生态平衡被扰乱<sup>[1]</sup>,最终对人类造成直接的、间接的或潜在的有害影响,这种现象称为环境污染。近些年来,随着污染的加重,人类的健康也受到了极大的影响,前些年国际能源署曾公布了一份报告,在报告中着重强调了当前全球空气污染的情况,并将其与高血压、膳食风险、吸烟并列四个最为危害人类健康的因素,一旦空气中的硫氧化物、氧化氮、微尘等物质超过一定比例,就会造成人体的不适,如果长期接触这样的空气,必然会对人体的肺部、心脏、脑血管造成损害,从而引发一系列疾病。空气中的有害物质往往不受到时间、空间的限制,在各种能源的利用过程中,大量的污染物还会对种植业、畜牧业带来冲击,对人类的生命财产安全带来严重威胁。

## 2 人类与环境的关系

优质的环境是人类生存、发展的基础,能够为人类带来健康和长寿,为人类文明的延续带来保障<sup>[2]</sup>。因此,人类不可能摆脱自然环境而独立存在,就像鱼儿离不开水一样,人类对环境的依赖几乎超过了我们的想象。几千年来,人类为了自身的安全,一直致力于改变环境、改善环境、尽最大可能适应环境,只是随着欧洲工业革命的出现,人类的生存环境发生了急剧变化,其速度超过了几千年人类对于环境的影响,大量的资源被开采、利用,森林植被被破坏,空气、水、土壤等被污染,曾经给予人类健康、安宁的环境被大肆破坏,各种疾病层出不穷,截至目前为止,环境

污染已经给很多国家和地区的人民带来了极大的损害。

由此不难看出人类与周围环境的联系,如果二者彼此和谐相处,处理好发展与保护环境之间的关系<sup>[3]</sup>,那么人类就会不断提高生存质量,获得健康和安宁,如果人类放任自己,为了短期的利益砍伐、开采,那么我们周围的环境就会被继续破坏,生态危机、资源危机、能源危机就会持续加重。我们不敢想象环境污染带来的严重后果,一旦植物在污染中消失殆尽,那么随之而来的就是动物的消亡,人类还能前进多久呢?野生动物依赖于植物,也可以保护植物,彼此间的关系也正如人类与环境一样,我们利用环境改善生活,从中得到持续发展的动力,同样环境也需要人类的保护,纵观近些年来人类的发展历程,可以看到我们对于自然的思考,虽然造成了极大的破坏,但很多国家和地区已经不再盲目的发展,开始转变理念,在进行经济建设的同时,着手制定保护环境的措施,提倡节能减排、节约环保、植树造林等环保理念,很大程度上缓解了人类发展与自然的矛盾,我们认识到青山绿水才是真正的金山银山,只有生态平衡、和谐,人类才有真正的未来。

## 3 保护环境对于改善人类身体健康的重要性

我国政府很早就意识到环境对国家的重要性,非常重视环境保护工作,早在上世纪80年代,面对日益突出的环境问题,相关部门就开始将“环境保护”作为一项基本国策予以颁布施行<sup>[4]</sup>。随着改革开放的进行,我国的经济与发展实现了突飞猛进的局面,取得了巨大成果的同时,曾经发生在欧美国家的环境问题在我国不断出现,呈现出复合型污染严重,我国地域辽阔,污染出现了范围广、暴露人口多、暴露时间长等特点,对勾兑民生提出了严峻考验。

### 3.1 我国环境污染引起的健康问题

在20世纪的后50年,我国相关调查发现,国民疾病谱和死因谱出现了质的变化,造成我国民众死亡的主要原因<sup>[5]</sup>,从饥荒、传染病、战争等转变为环境污染,通过对临床的

总结,环境污染对人体健康的影响,大致可分为急性中毒和慢性损害两大类,如果在居住地附近突然出现污染事故,有害物质在极短时间内造成空气、水源等严重污染,周边人群往往会在很短时间里产生不良反应,甚至出现不同程度的死亡现象,这便是急性中毒的表现;如果一些工厂在恒产过程中,不能够按照相关规定,对生产过程中的粉尘、气体、污水等物质进行处理,那么这些有害物质就会不断在周边积累,虽然短时间内不会对人体造成严重伤害,但随着长时间和反复作用,有害物质不断在人体中积累,从而引发癌变、畸形等慢性中毒症状。

在我国工业化进程中,很多企业不可避免的随着生产的进行,排放出大量的废气、废水、废渣,不仅散发着恶臭气味,对空气和水源带来了严重污染,尤其是随着核电站的增加,放射性物质以及噪声、振动、电磁波辐射等,如汞可在环境里变成甲基汞而增强其毒性,砷可引发神经系统损害和肺癌、皮肤癌为主的癌症。

### 3.2 保护环境就是保护人类健康

世界卫生组织的报道指出,估计24%的全球疾病负担以及23%的所有全球死亡可能归咎于环境因素<sup>[6]</sup>,通过预防不安全水和空气污染等环境风险,每年可拯救400万五岁以下儿童的生命,同时,伴随环境的改善,全世界每年可预防1300万人死亡。在中国,根据政府与世界银行的合作研究报告《中国环境污染损失》的报道(2007年),在城市中仅大气污染可造成每年17.8万人死亡,呼吸系统门诊病例35万人,急诊病例680万人。可见环境因素正严重地影响着人们的生命安全和生活质量。

保护环境,也就是保护了人民的健康。没有一个好的环境,如空气污染、饮水污染、自然环境的污染、垃圾污染等等,都势必影响人民的健康乃至生存,恶劣的环境势必滋生大量的细菌、有害物质、病毒和有毒的生物。就拿水来说,我国的水资源严重受到污染,连地下水都不能幸免,像长江一带,黄河一带,都不同程度的受到污染,人民的生活受到影响,生命受到威胁,再这样下去,怕离灭亡之期不远也!

### 3.3 污染治理对身体健康的巨大益处

根据美国胸科学会杂志《Annals of the Year》发表的“减少空气污染对健康的益处”的研究结果<sup>[7]</sup>,减少空气污染对健康结果产生了快速而显著的影响,并降低了全因发病率。国际呼吸学会论坛(FIRS)环境委员会的研究回顾了从源头上减少空气污染的干预措施,发现污染降低对于人们健康方面的改善是惊人的。

在美国,犹他州一家钢厂关闭了13个月,导致肺炎、胸膜炎、支气管炎和哮喘的住院治疗减少了一半。每减少100 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ PM10(一种污染物),学校缺勤率降低40%,每日死亡率降低16%,并且在工厂关闭期间怀孕的妇女早产的可能性也得到了减少。在1996年奥运会期间,乔治亚州

亚特兰大市实施了一项为期17天的“运输策略”,其中包括关闭城市的部分区域,以帮助运动员按时参加比赛,同时也大大减少了空气污染。在接下来的四个星期中,儿童因哮喘而去诊所就诊的次数下降了40%以上,去急诊室就诊的次数下降了11%。哮喘住院治疗减少了19%。同样,当中国为北京奥运会施加工厂和旅行限制时,两个月内肺功能得到改善,与哮喘相关的医生就诊次数减少,心血管死亡率降低。此外,减少房屋内的空气污染也带来了健康益处,在尼日利亚,拥有干净炉灶的家庭在怀孕9个月期间减少了室内空气污染,他们的出生体重更高,分娩时的胎龄更高,围产期死亡率更低。因此,保护环境在很大程度上是可以避免健康风险的,它会影响到所有人。为了我们自身的健康,必须重视环境保护问题。

## 4 结论

在环境中,有许多因素每时每刻地作用于人的机体,这些因素包括物理的、化学的、生物的。这些因素不仅错综复杂,且处于不断地变化之中,人体借助内在的调节机制,与各种环境因素保持着相对平衡,表现出机体对环境的适应能力。但是人们的这种适应能力是有限的,当有害的环境长期作用于人体,超过人体耐受量时,就会危及健康,引发疾病,甚至造成死亡。因此人类在创造文明的同时,应充分注意合理开发和科学利用资源,调整和规范自己的社会行为,保护环境,保护健康。

## 参考文献:

- [1] 苑广阔.生态环境保护要避免“无知性破坏”[N].宁波日报,2020,07(06):12-14.
- [2] 中共中卫市生态环境局党组理论学习中心组.牢固树立绿水青山就是金山银山理念 坚决扛起生态环境保护重大使命[N].中卫日报,2020,18(05):28-30.
- [3] 方新萌.浅谈我国环境检测中存在的问题及解决措施[J].化工管理,2019(33):45-46.
- [4] 孙晓峰.关于环境影响评价中环境监测的相关问题探讨[J].建材与装饰,2018,23(01):67-69.
- [5] 潘于旭,夏传海.环境污染与人类健康[J].生态经济,2017,33(02):6-9.
- [6] 张建宇.中国环境健康面临的问题及国外经验借鉴[J].行政管理改革,2017(07):58-63.
- [7] 赵文霞.空气污染对中老年人医疗支出的影响——来自CHARLS数据的证据[J].人口与经济,2020(01):18-21.