

【树立和践行正确政绩观——聚焦煤炭领域安全发展高质量发展】

安全生产没有旁观者

□胡颖楠

安全生产是煤炭行业的生命线。山西每天约有23万煤炭产业工人奋战在生产一线，每一个岗位，每一名矿工，都是安全链条上不可或缺的一环。

一线员工，是最有条件发现隐患、阻断事故的“安全哨兵”。不少煤矿事故的背后，都能看到安全意识淡薄、责任落实虚化的问题。让安全责任真正落到每个人头上，关键是让每一名职工从“被动执行”变为“主动守护”，从“要我安全”升华为“我要安全、我会安全”，人人都按章操作、细心巡查，遇到异常敢停下来、敢报上去。同时也要让大家深刻认识到，安全不是“做给检查看的”，而是保自己的命、护全家的福。只有当每一个人都把自己的岗位当作安全的关口，安全才有了最坚实的根基。

全员参与，每一个岗位都是维系整体安全的重要支点。安全责任不能止于一线。企业要把安全与生产同谋

划、同部署、同落实，将责任分解到每一个车间、每一个班组、每一个岗位，确保人人有责、各负其责。当前，部分煤矿已在探索“一岗一清单、全员全覆盖”的管理模式；有的企业对照采掘、通风、机电、运输等专业领域逐项梳理岗位职责，让每一名职工都清楚自己“干什么、怎么干、担什么责”。近期，全省煤矿安全风险隐患专项整治行动正在深入推进，《山西省统筹煤炭行业发展和安全新规十七条（征求意见稿）》也已面向社会公开征求意见和建议，目前征求意见已截止，新规即将落地实施。行动在深化、制度在完善，关键是要把每一条规定不折不扣落到每一个环节、每一个岗位。

社会共治，让安全的“眼睛”无处不在。煤炭安全从来不只是矿井里的事。一次生产安全事故，牵动的是无数人的心。工会组织要鼓励职工争做“吹哨人”，对身边隐患主动报

告、及时反映；新闻媒体要加强舆论监督，对违法违规行为曝光亮丑、形成震慑；社会公众也要积极参与，对发现的异常情况多看一眼、多问一句。省总工会常态化开展“我是安全吹哨人”“查找身边的隐患”等群众性安全生产活动，截至去年6月，已在全省1.3万家企业建立“吹哨人”制度。当越来越多的人愿意当“吹哨人”、敢于当“吹哨人”，隐患才能无处遁形、违法才能无处藏身。

在安全生产面前，没有人是旁观者、局外人，每个人都是主角。唯有将每个人都是安全生产的“第一责任人”的理念内化于心、外化于行，以“时时放心不下”的责任感守牢每个环节，才能构筑起人人有责、人人尽责的社会治理共同体，实现高质量发展与高水平安全的良性互动。

来源：《山西日报》（2026年08月20日第2版）



晋中日报·晚报版宣

关灯看手机伤眼不可逆 三个方法降低伤害

是不是一关灯就躺着刷手机，越刷越停不下来？黑暗里看手机，伤害都是悄悄累积的，很多人等到难受才后悔，损伤已经不可逆！关灯玩手机有三大致命伤害，三条底线一定要记住。

关灯玩手机有三大致命伤害

第一，加速眼底黄斑老化，提升病变风险。

关灯后环境漆黑，瞳孔会从白天2至4毫米放大到6至8毫米，进光量翻好几倍。手机短波蓝光没有环境光缓冲，直接照射负责精细视力的黄斑区。

单次短时间不会直接伤眼，但长期每天几小时熬夜刷手机，蓝光会持续产生氧化自由基，慢慢损耗眼底感光细胞。

年轻时只是视物模糊、怕光；等到中老年，容易出现视野中心黑影，看东西扭曲变形，这类损伤无法彻底修复。

第二，高危人群极易诱发急性闭角型青光眼，严重会永久失明。

瞳孔放大后，眼内房水排出通道容易被虹膜堵住，房水排不出去，眼压短时间飙升。

这几类人风险极高：40岁以上、远视、有青光眼家族史。

一旦急性发作，高压会压迫杀死视神经，视神经坏死不能再生，失明不可逆，这类人群千万别关灯玩手机。

第三，顽固干眼症、睑板腺萎缩。

专注刷手机时眨眼次数直接减半，泪液蒸发变快，半小时就干涩、发红、刺痛。

短期热敷、人工泪液可以缓解；长年累月，分泌锁水油脂的睑板腺会重度萎缩，变成慢性干眼，没有根治办法。

另外，屏幕蓝光会抑制褪黑素分泌，可能越刷手机越清醒，入睡难、睡眠浅，长期熬夜还会打乱内分泌、精神变差。

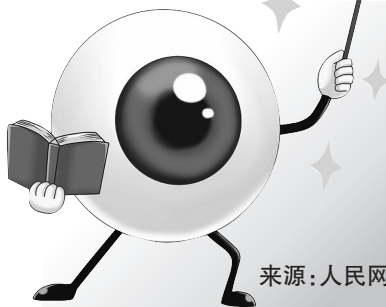
守住三条底线，大幅降低伤害

如果实在戒不掉睡前玩手机，守住三条底线，大幅降低伤害：

必须开柔和床头小夜灯，缩小屏幕和环境亮度差，瞳孔不会过度放大；

手机开启夜间护眼模式，调低屏幕亮度；

手机离眼睛至少30厘米，尽量不要侧躺刷手机。



来源：人民网