

台湾室内空气品质协会郑会长说内容摘录

台湾室内空气品质协会郑会长在北京.中国民主建国党中央党部受邀.

演说内容摘录：

长寿养生的秘诀：

宇宙间凡是有生命的动物维持生存的条件就是空气、水及阳光。其中最重要的就是对空气的需求。

就人类而言：只要停止呼吸5分钟，就会死亡丧失生命。如果没有水份或食物可能还可以维持十天半个月。至于缺乏阳光，一年半载还无所谓。所以空气是最重要的元素。当今人类如果能活得长寿就是靠清新的空气，要活得健康就要洁净的水分和食物。

目前最令人担心的就是空气污染的环保问题，其中以中国的危害最严重。尤其华北地区受到天然沙尘暴、雾霾、气霾长年的污染已经造成北京地区有五百万人口感染呼吸道病变或肺结核杆菌的病例了。

这次飞过千层山越过万重水回到伟大的祖国，看到亲爱的同胞都是我们的兄弟姐妹，一家人应该不会辜负我的努力，所以我要报告各位一件健康长寿的好消息：

第一：您想长寿一定要呼吸新鲜空气。

第二：我们要健康的身体的就是要吃洁净无细菌的水和食物。

如何吸收好空气很简单，世界卫生组织 WHO 秘书长说：人类的疾病和死亡是因为无知所造成的；所以如何追求长寿及健康这是个人常识。

现在容我来向各位在座的企业家好朋友报告一件事心得作参考：在五、六年前我们在台湾创造一件大事：通过了立法程序完成了现在实施的：「室内空气品质管理法」，为全国同胞节省了不少的医疗资源浪费，更让人民百姓减少了痛苦疾病，使人民更健康更长寿。当然因肺病死亡的人数大量减少！这就是政府断然立法明智的作为与贡献。我们必须转变意识为了自己的健康应自救，因为世界没有救世主。

至于如何呼吸到新鲜的好空气？由于大自然的气候变化已经造成了不是我们人类所能控制，如何还给地球一个清新的环境这是一件不可能达成的事情了，所以一切更要靠自己。现在到处可以看到北京、上海许多地区因为雾霾的侵害，人民都戴上了口罩防犯恐怖霾害及 PM2.5 症候群。提供健康保障象征文明表率，这是最简单的自救保护方法，一片口罩救人一命轻松配戴健康自在，如此防护就是无法直接呼吸清新空气但能杜绝污秽毒害空气，如此简单何乐而不为呢？

台湾室内空气品质协会。