

众志成城 抗震救灾

珍视生命 共渡难关



www.jica-alumni-china.com

防疫小知识

JICA长期进修生同学会制作
2008年5月

JICA长期进修生同学会制作
2008年5月



给饮用水消毒

- 1、煮沸消毒；
- 2、用漂白粉或漂白粉精片（净水片）等药品消毒饮用水。按照净水片上的使用说明操作，加入净水片后振荡混匀，务必放置30分钟以上才可以饮用。

注意：过量的氯对人体是有害的（具体请看净水片使用说明）；

- 3、有条件尽量饮用瓶装矿泉水、纯净水等。



食物

- 1、不吃腐败变质或受潮霉变的食品，不吃死亡的禽畜；
- 2、不用脏水漱口或洗瓜果和蔬菜；
- 3、要创造条件用消毒后的饮用水对餐具洗净、消毒；
- 4、饭菜要烧熟煮透，现作现吃，不吃隔夜剩饭菜。



洗手

- 1、饭前便后，给婴儿换过尿布尽量做到洗手；
- 2、洗手后，尽快擦干、晾干双手。



废弃物和排泄物处置

- 1、垃圾要集中堆放，不要任意丢弃；
- 2、人群大小便应远离住宿地、食物，最好能固定地点；
- 3、粪坑中加药杀蛆，动物尸体要深埋，有条件的可加放生石灰消毒，土层要夯实；
- 4、腹泻患者的排泄物需要用生石灰覆盖掩埋处理。



防止蚊虫叮咬

- 1、晚上睡觉尽量防止蚊子叮咬；
- 2、在皮肤裸露的地方涂抹驱蚊药水。



生活物品消毒

- 1、餐具：最好可以将餐具进行煮沸消毒；不能煮沸的可以用消毒后的饮用水清洗；没有洁净水源的要尽量保证餐具不与排泄物接触；
- 2、衣物：可以在太阳光下晾晒。



伤口处理

- 1、破损的伤口不要与土壤或生锈的铁直接接触，避免破伤风以及其他细菌感染，要尽量联系医务人员对伤口进行清理和缝合；
- 2、伤口不要接触污水；
- 3、观察自己的伤口情况，如果出现发烧、发热症状，发现大面积发炎（红肿、热、痛）或溃烂时一定要与医务人员联系，请他们帮助处理伤口；
- 4、防止被猫狗咬伤。如果一旦被咬伤，请马上用清水冲洗，有条件的立即消毒，并到当地疾病预防控制中心注射防止狂犬病的疫苗。



咳嗽

- 1、咳嗽、打喷嚏时，不要直接冲着周围人，戴上口罩或用手绢、纸巾捂住口鼻；
- 2、用过的纸巾马上丢进垃圾桶。



对于儿童

- 1、保证儿童远离危险地带；
- 2、在保证儿童安全的情况下，为他们提供玩具、玩耍的空间；
- 3、让儿童自然放松，尽快适应新环境；
- 4、鼓励儿童互相帮助，大的帮助小的，在互助过程中能减轻地震灾害对他们造成的痛苦。

