

# 强降雨后防病五大要点

## ·注重饮水卫生·

- 不喝生水，喝瓶装水或桶装水。
- 井水、缸水要进行消毒并煮沸。



## ·防止食品污染·

- 食物要煮熟煮透，生熟分开。
- 不吃变质发霉的食物，不吃剩饭剩菜和凉拌菜。



## ·讲究个人卫生·

- 常用清水和肥皂洗手。
- 被雨水浸湿部位要用清水清洁，预防皮肤感染。



## ·保持环境清洁·

- 先清除污泥和垃圾，再根据需要消毒。
- 清理积水和杂物，消灭蚊蝇孳生地。



## ·不适及时就医·

- 做好个人健康监测。
- 出现症状早就医，遵从医嘱，合理用药。

