

北京·丰台
丰收的丰台

下载北京丰台客户端 实时收看

北京新冠肺炎疫情防控工作新闻发布会



扫描二维码 下载北京丰台客户端



丰台区融媒体中心

携手同心 共克时艰 坚决打好疫情阻击战

——丰台区疾病预防控制中心致全体居民朋友一封信

目前北京市疫情防控形势严峻，应急响应级别已调整为二级，请大家不信谣、不传谣，并主动做好以下防控工作。

1、在政府发布的规定时限内去过新发地等农贸市场疫源地，以及在无防护状态下与病例有共同居住、学习、工作等近距离接触的人员要主动联系社区报告，不隐瞒，不拖延。去过疫源地的居民要自觉配合做好核酸检测及居家医学观察，对自己负责，对他人负责。

2、做好自身健康监测，如出现发热、干咳、咽痛、腹泻、味觉消失等症状，应规范佩戴口罩，及时前往就近发热门诊，避免乘坐公共交通工具。

3、减少不必要的外出，杜绝邻里串门，减少与他人接触。

4、减少触摸公共设施，保持手卫生，不明确手部是否清洁时不触摸口、鼻、眼等部位。接触公共区域设施、处理食物前后、处理食物过程中、清理垃圾后、拆快递后、进食前、如厕后等情况，用肥皂或洗手液和流动水洗手，不方便洗手时使用含醇速干手消毒剂。不随地吐痰，打喷嚏或咳嗽时用手肘或纸巾遮住，口鼻分泌物或吐痰时用纸巾包好，弃置于垃圾箱内。

5、乘坐厢式电梯、到人员密集场所、乘坐公共交通工具等情况时，务必规范佩戴口罩，保持安全距离。

6、建议到正规超市或市场购买食品，保持厨房卫生清洁。制备和盛放食物的炊具、砧板等注意清洗消毒。储存、制作食品要生熟分开，处理生肉、生海鲜等食物所用的刀具、砧板、容器等应单独放置并及时清洁与消毒，避免交叉污染。生吃水果蔬菜时，使用流动的自来水进行彻底清洗。需要加工的食物应烧熟煮透，尤其是肉、蛋、水产品等。熟食、剩饭菜二次加热时，应彻底加热。外卖订餐应选择正规商家，非接触式付款。

7、做好居室通风换气，每日2-3次，每次不少于30分钟。开启室内空调也要注意开窗通风。保持环境卫生，及时清理垃圾。

8、平衡膳食均衡营养，使用公筷公勺，适度运动，规律作息，保持心态平和、心情放松。需要了解政策可以拨打12345，心理咨询可拨打心理咨询热线：

北京市心理援助热线：
800-810-1117
010-82951332
周一至周日24小时

北京安定医院心理援助热线：
010-58303286
010-58340263
周一至周日24小时

丰台区心理援助热线电话：
010-87597030
周一至周日8:00-22:00

让我们在防疫关键时刻 守土有责 守土尽责 共同守护家园!



丰台区疾病预防控制中心