丰都县蚊媒传染病防控倡议书

广大市民朋友们：

盛夏时节，高温多雨，蚊虫活动频繁，正是登革热、基孔肯雅热等蚊媒传染病的高发期。这些疾病主要通过携带病毒的蚊虫（伊蚊，俗称“花蚊子”）叮咬传播，对您和家人健康构成威胁。为守护全县人民健康防线，在此，丰都疾控向全县居民朋友提出如下倡议：

一、环境清理，让蚊虫无处孳生

1、清理房前屋后、阳台、楼道等处的瓶罐、轮胎、泡沫箱等闲置容器积水，无法清除的应加盖密封或投放灭蚊药。

2、家中水缸、水桶等储水容器务必盖紧盖子，每周清洗换水，严防蚊子产卵。

3、定期清洁花瓶、花盆托盘、水培容器（每周换水洗根）、洗衣机底、地漏、窗槽、厨房水槽等易积水处。

4、及时疏通住宅周边排水沟、雨水井，清除淤泥杂物，防止积水。重点检查屋顶排水沟、车库、低洼地等区域。

5、生活垃圾及时清理清运，尤其是易积水的瓶罐、包装盒。整理庭院，清除杂草，减少蚊虫孳生地。

二、加强防护，降低感染风险

1、安装纱门纱窗，睡眠时使用蚊帐。室内可选用合格蚊香、电蚊液或气雾剂（注意安全使用说明），配合电蚊拍、灭蚊灯。使用发烟灭蚊片或全屋喷药时，请关闭门窗，人员离开，30分钟后充分通风再进入。

2、户外活动时尽量穿浅色长袖衣裤并扎紧袖口裤脚。在裸露皮肤和衣物上涂抹含有效成分（如避蚊胺、派卡瑞丁、驱蚊酯）的驱蚊剂，并按说明及时补涂。避开清晨黄昏蚊虫活跃时段，少在树荫、草丛、水边逗留。

三、及时发现，及时就医，筑牢健康防线

1、从登革热、基孔肯雅热流行区返回后，留意自身健康状况。

2、疑似症状立即就医，一旦出现突发高热（39以上）、头痛、关节痛、皮疹等症状，切勿自行服药！请立即到正规医院发热门诊就医。

3、就医时主动告知医生近期旅行史、蚊虫叮咬史。

4、若确诊，请严格遵医嘱进行防蚊隔离治疗。治疗期间必须严防蚊虫叮咬，防止病毒通过蚊子传给他人，并积极配合疾控部门调查防控工作。

市民朋友们，清积水，共参与，预防“两热”，防蚊灭蚊是关键。让我们从自身做起，从家庭做起，从清理身边每一处积水做起，落实好防护措施，当好健康第一责任人，携手打造清洁家园，守护我们共同的健康！

丰都县疾病预防控制中心

2025年8月5日