

广州市增城区住房和城乡建设局文件

增住建〔2021〕37号

关于开展爱国卫生专项行动暨建筑工地 灭蚊防控登革热工作的通知

区质监站，各建设、施工、监理单位：

当前高温酷暑，雨水频繁，已进入登革热疾病高发期，且雨水过后工地垃圾、积水较多，蚊虫容易滋生繁殖。根据《广州市爱国卫生运动委员会关于开展第三十三个全国爱国卫生月活动的通知》的工作要求，开展“文明健康，绿色环保”为主题的爱国卫生专项行动，现将有关工作要求通知如下：

一、集中统一环境卫生整治。各建筑工地要在4月11日至24日开展一次环境卫生专项整治，对工地现场、工人宿舍、办公区域以及工地周边环境突出问题突出区域开展卫生大扫除，彻底清除卫生死角。

二、科学防制，预防登革热流行。从即日起至11月底为建筑工地灭蚊防疫重要时期，期间必须严格按照相关规定，加强登革

热防控工作，各工地要结合实际制定具体防控工作方案，落实防控所需物品，指定专人负责，确保防蚊灭蚊预防登革热防控工作落实到位。加强工地文明施工，立即开展环境卫生、清理积水行动。除安排专人每天消杀蚊虫、清理积水外，还须聘请有资质的专业 PCO 公司对工地开展每周一次以上的全面消杀，重点对施工现场、工人生活区和办公区环境卫生进行消杀整治。各施工企业要按照《建筑工地登革热防控工作自查表》要求，落实登革热防控台账资料记录，登记好灭蚊防疫工作周记备查。各建筑工地要主动配合城管、卫健、属地镇街等有关部门和单位开展灭蚊防控登革热工作，加强与卫健、爱卫部门的沟通，一旦出现疑似登革热情况，及时向相关单位报告。

三、深入宣传，全员参与。施工企业要围绕《文明健康绿色环保生活方式手册》，通过各种通俗易懂的形式，广泛向现场的建筑工人宣传普及防蚊灭蚊和卫生防疫知识，养成良好的个人卫生习惯，不乱丢饭盒、雪糕杯、啤酒瓶等物品，防止造成“人为”的蚊虫孳生地，督促工人养成良好的防护习惯，在工棚住宿的要使用蚊帐等防护设施。

四、加强监测，联动处置。各建筑工地要建立员工健康监测制度，发现发热、皮疹等可疑症状者必须及时送诊，做到早发现、早报告、早诊断和早治理。在病例发生的工地周边地区，要开展登革热病例主动筛查，发现可疑病例要及时送到当地医疗机构接受登革热检测和治疗。严格控制新入场工人的健康状况，确保工地不出现由于新工人进场引发的输入性病例。

五、加强督导，严肃问责。我局质安科及质监站将加强对在建工地灭蚊防疫工作进行督查，对行动缓慢、消极懈怠，未落实

我局要求，导致疫情发生的工地，予以停工处理，并对相关责任单位及个人进行严厉处罚。

附件：1. 增城区备案部分有害生物防制服务机构名单（推荐名单）

2. 建筑工地登革热防控工作自查表
3. 防蚊灭蚊预防登革热周记（建筑工地）
4. 《文明健康绿色环保生活方式手册》

广州市增城区住房和城乡建设局

2021年4月25日

（联系人：李绍明，联系电话：32156216）

附件 1:

增城区备案部分有害生物防治服务 机构名单

(推荐名单)

序号	公司名称	联系人	联系电话
1	广州市鑫鹏有害生物防治公司	黄思明	18344566663
2	深圳市康家小卫士有害生物防治公司荔城分公司	谭狄	18802008525
3	广州市增卫鼠虫防治服务有限公司	朱颖仪	15360609662
4	广州市日盛防虫灭鼠服务有限公司	陈川飞	13902332086
5	广州五环城市害虫防治服务有限公司	蔡张金	15218834868
6	广州市建兴白蚁防治有限公司	陈兴臻	020-82650155
7	广州市卫士白蚁虫害防治有限公司	钟燕堂	13533881892

附件 2:

建筑工地登革热防控工作自查表

工程名称:

建设单位:

施工单位:

监理单位:

登革热防控工作专员 :

联系电话:

序号	自查项目	评价指标	自查结果 (是/否)	备注
1	孳生地清除	明确日常孳生地清除工作的责任领导和具体负责人		
		每周开展一次孳生地检查和清理		
2	防蚊措施	蚊媒防控风险点(下水道、明渠、蓄水池等)配备防蚊装备		
		落实聘请专业 PCO 公司开展日常灭蚊工作		
		落实每周统一灭蚊行动		
		排水排污设施是否符合要求, 有无引起积水风险		
3	灭蚊周记	建立登革热灭蚊周记工作制度		
		已制定专人负责工作信息收集和周记的填写		
		周记填写是否规范		
		针对上一周检查中发现的问题采取针对性措施		
		响应措施是否符合要求		
4	宣传教育	是否召开登革热防控宣传会议		
		是否开展登革热防控宣传		

附件 3:

防蚊灭蚊预防登革热周记

(建筑工地)

工地名称:

工地地址:

周记责任人:

周记年份:

广州市疾病预防控制中心编制

使用说明

1. 该周记适用于建筑工地对白纹伊蚊孳生地进行检查、处理与控制记录之用。建筑工地管理人员可因应个别需要，编制合适的巡查事项。

2. 各建筑工地应每周对本单位管辖范围内各种有可能孳生白纹伊蚊的容器积水或小型积水进行检查，并及时进行处理。将每周检查和控制情况填于表内。

3. 该记录本作为考核评估建筑工地控制白纹伊蚊工作开展情况之依据。

4. 表格填写注意事项：

(1) 检查日期：即检查与处理的当天日期（月、日）

(2) 检查范围：建筑工地范围内弃置可储水的垃圾如玻璃瓶、空罐和空饭盒；可贮水容器，排水渠，洼地及地面不平处，；种养水生植物花瓶及花盆托盘；泊车用的防撞车胎；冷气机托盘，竹洞、树洞、绿化（生物）园等积水情况。

(3) 表格内容：共有 11 种有具体名称的积水类型，另增加 2 项“其他小积水”，在括号中填写具体检查名称；对应各类积水，需填写所检查到的积水数量、发现有蚊虫孳生积水数量及采取的控制方法。若未发现相应的积水，积水宗数以记录为“0”。

(4) 检查人和责任人签名：检查人为建筑工地具体实施检查和控制的人员，责任人为建筑工地具体负责该项工作的人员。

5. 建筑工地应每周派专人巡视。若发现蚊子或蚊子滋生的地方，应采取即时行动，及事后跟进工作。行动包括：

- 清除积水
- 妥善处理垃圾
- 把可储水的容器盖好或倒转摆放，以防积水
- 把树洞、竹洞及不平的地面以沙、泥或英泥填平
- 清除水渠内的垃圾及落叶，以防淤塞
- 把车胎包好或把车胎的底部刺穿，令积水可以流出
- 花盆底及花瓶里的水应最少每星期清倒或更换一次

第 周

检查日期： 月 日

检查范围：室内： 个房间，共 平方米

室外： 平方米，共 个标准间(15平方米折算为1个标准间)

	积水容器种类	积水数量 (宗)	有蚊虫孳生 (宗)	对存在问题采取的行动
1	水生植物	室内： 室外：	室内： 室外：	
2	玻璃、陶瓷、金属、塑料等容器	室内： 室外：	室内： 室外：	
3	一次性容器 (饭盒、纸杯等)	室内： 室外：	室内： 室外：	
4	花盆	室内： 室外：	室内： 室外：	
5	花盆托盘	室内： 室外：	室内： 室外：	
6	水池	室内： 室外：	室内： 室外：	
7	废轮胎	室内： 室外：	室内： 室外：	
8	树洞竹筒	室内： 室外：	室内： 室外：	
9	灰斗	室内： 室外：	室内： 室外：	
10	搅拌机	室内： 室外：	室内： 室外：	
11	排水渠、沙井	积水数：	阳性数：	
12	地下室或停车场 (积水种类：)	积水数：	阳性数：	
13	其他小积水 ()	室内： 室外：	室内： 室外：	
	合计	室内： 室外：	室内： 室外：	

本周是否组织喷洒灭蚊：是 否， 如是：用药名称： 数量：升喷洒面积：平方米

检查人签名：

责任人签名：

建筑工地预防控制登革热工作指引

登革热是一种通过蚊子叮咬传播的急性传染病，人被感染登革热病毒的“花斑蚊”叮咬，经过 5-8 天后，突发高热、头痛、全身酸痛（周身骨痛）、脸面潮红，结膜充血（如醉酒状）、有时出现皮疹等。

传播登革热的蚊子生长在室内外种养水生植物的花瓶、花盆托盘，及其他水缸、水盆、罐等小积水容器中；孳生地大概可分为两类：人造容器（容器、轮胎、排水明渠），天然环境（树洞、竹节、叶腋）。清除积水，可以控制蚊子，预防登革热。

建筑工地登革热预防控制工作，主要抓以下几个方面：

1. 建筑工地要制订环境卫生管理办法；

2. 加强建筑工地特别是停建工地的灭蚊和清除蚊虫孳生地的工作，落实防蚊、灭蚊措施；

（1）尽快清除积水，填平低洼地，必要时可使用杀幼虫剂；

（2）经常巡视，确保没有积水；

（3）清理丢弃的空罐等积水容器；

（4）给贮水容器加盖；

（5）将建筑用竹棚顶端穿孔或填塞幼沙；

（6）及时将积水抽入渠道。

3. 建筑工地员工要做好自我防护，积极参与防蚊、灭蚊行动；

4. 出现发热，头痛，全身肌肉、骨骼、关节痛，伴有皮疹症状，应及时就诊；

5. 工地在出现疫情后应积极配合有关部门调查处理。

白纹伊蚊的主要孳生习性及其控制方法

白纹伊蚊的生活史包括卵、幼虫、蛹、成蚊四个阶段，其中卵、幼虫和蛹必须在水中才能发育、生长。在适宜的条件下($25 \sim 33^{\circ}\text{C}$)，从卵孵化至成蚊羽化的发育时间为 $10.5 \sim 11.5$ 天。刚羽化的成蚊经过 1 天左右时间便可吸血和交配，雌性白纹伊蚊需吸血才能使其卵巢发育。吸血雌蚊的卵巢经过 3 天左右的时间发育成熟后，便寻找水体进行产卵，这些水体即称为孳生地。

白纹伊蚊孳生地主要为各种小型或容器积水，包括室内和室外多种人工和（或）天然的静滞小水体。常见的孳生地包括：由玻璃、陶瓷、金属和塑料等制成的各类容器；用于快餐或饮料的一次性饭盒、碗、杯子等一次性容器；花盆和花盆托盘；树洞、竹筒；水生植物（如富贵竹、万年青等）；贮水池、灰斗、搅拌机、沟槽、反梁、假山石窝等；废轮胎；地表小积水；塑料布皱褶积水，某些地下室集水井等。

凡是小型水体均有可能称为白纹伊蚊幼虫的孳生地，因此，在各种环境中，必须尽可能去检查和发现各种小型或容器积水并予以及时控制，主要控制方法包括：（1）及时清除无用的废弃容器；（2）妥善放置闲置容器，如放在不会被雨淋到的地方；（3）定期更换如水生植物、蓄水容器里的水；（4）填堵树洞竹筒；（5）废轮胎穿刺引流；（6）投放灭蚊缓释剂，以杀灭蚊幼虫。

文明健康 绿色环保

生活方式手册

全国爱卫办 中央文明办 健康中国行动推进办 指导
中国健康教育中心 组织编写



人民卫生出版社
· 北京 ·

版权所有，侵权必究！

人卫智网 www.ipmph.com 医学教育、学术、考试、健康，
购书智慧智能综合服务平台
人卫官网 www.pmph.com 人卫官方资讯发布平台

文明健康 绿色环保

生活方式手册

Wenming Jiankang Lüse Huanbao

Shenghuo Fangshi Shouce

组织编写：中国健康教育中心

出版发行：人民卫生出版社（中继线 010-59780011）

地 址：北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编：100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线：010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷：

经 销：新华书店

开 本：889×1194 1/32 印张：1.5

字 数：29 千字

版 次：2021 年 月第 1 版

印 次：2021 年 月第 1 次印刷

标准书号：ISBN 978-7-117-

定 价： 元

打击盗版举报电话：010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

质量问题联系电话：010-59787234 E-mail: zhiliang@pmph.com

◀ 编写专家组

组 长 李长宁

副组长 吴 敬 李英华

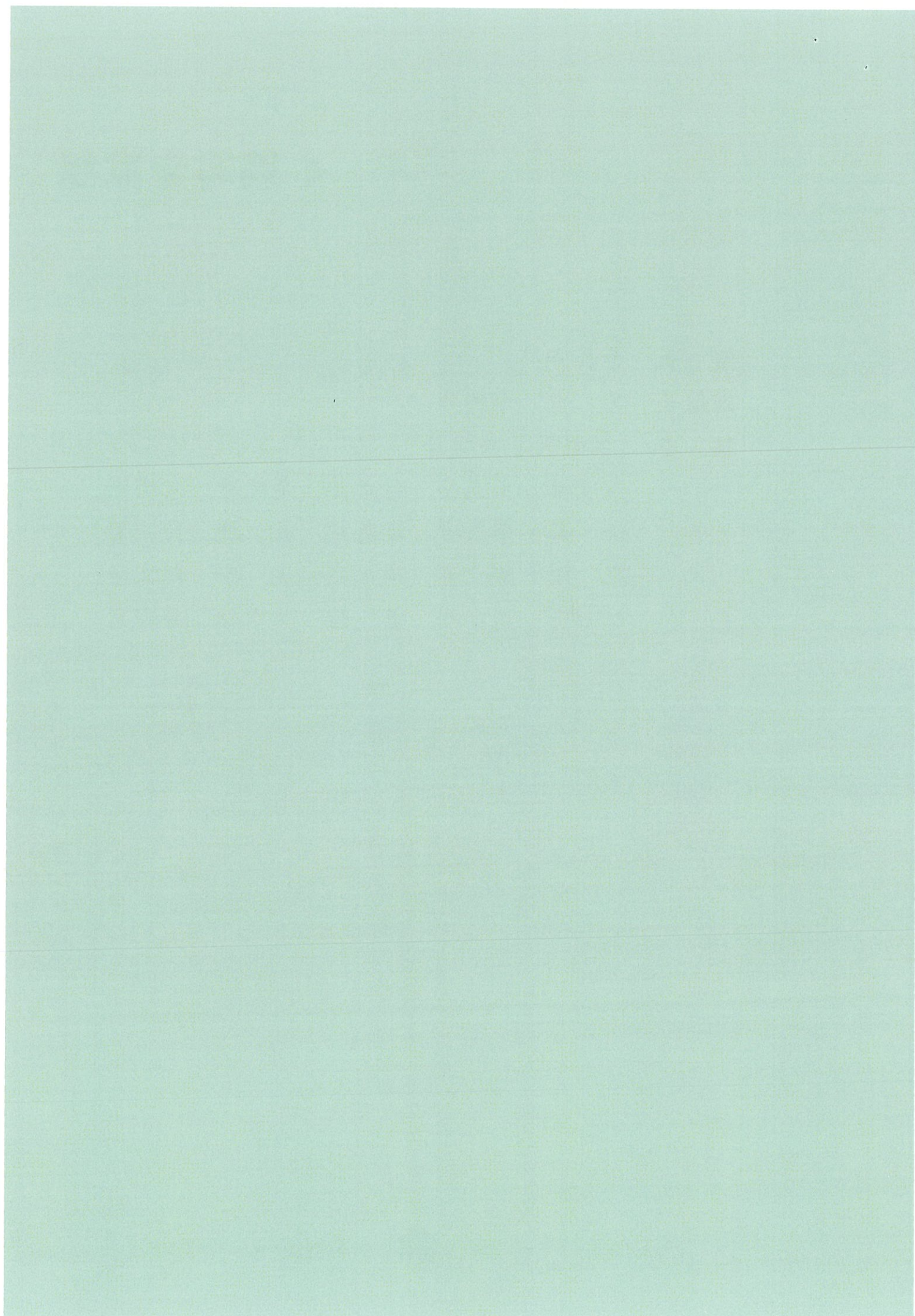
编 委 (按姓氏笔画排序)

王兰兰 王克安 付彦芬 毕晓峰 朱忠军

李 莉 李长宁 李英华 吴 敬 吴 静

张 刚 陈 昱 周 亮 庞 宇 赵文华

赵彩云 施小明 姜 垣 聂雪琼 曾晓芄



◀ 前言

健康是促进人的全面发展的必然要求，是经济社会发展的基础条件，是民族昌盛和国家富强的重要标志。党中央始终把人民群众生命安全和身体健康放在第一位。在抗击新冠肺炎疫情的人民战争中，全国各地认真贯彻落实习近平总书记“大力开展健康知识普及，倡导文明健康、绿色环保的生活方式”的重要指示精神，深入开展爱国卫生运动和健康中国行动，有效改善城乡环境卫生状况，提升群众防病意识和健康素养，形成了全民参与健康治理、群防群控传染病的良好社会局面，为全面战胜疫情营造了有利的环境基础和社会氛围。

文明健康、绿色环保生活方式活动是全国爱国卫生运动委员会、中央精神文明建设指导委员会和健康中国行动推进委员会共同倡导的活动，是进一步贯彻落实习近平总书记关于坚持预防为主，深入开展爱国卫生运动重要指示，推动全社会践行健康强国理念，从源头上降低传染病传播风险的具体举措，是实施健康中国战略、乡村振兴战略和推进生态文明建设的重要抓手。

提升全民健康，需要政府、社会、家庭、个人共同努力。

每个人是自己健康的第一责任人，都应树立和践行对自己健康负责的健康管理理念，主动学习健康知识，提高健康素养，加强健康管理，形成符合自身和家庭特点的健康生活方式。在抗击新冠肺炎疫情过程中，人民群众的积极参与在疫情防控中发挥了重要作用，我们要把这些好做法、好习惯、好经验长期坚持下去，树立文明卫生意识，养成自主自律健康生活方式，强化生态环保意识，践行简约绿色低碳生活，提升全社会文明健康水平。

在全国爱卫办、中央文明办、健康中国行动推进办的指导下，中国健康教育中心组织专家编写了《文明健康 绿色环保生活方式手册》，分别从讲文明、铸健康、守绿色、重环保 4 个角度，向公众介绍如何在日常生活、工作和学习中积极践行文明健康、绿色环保的生活方式，切实增强公众的节约意识、环保意识和生态意识，维护自己和家人的健康，实现可持续发展。

让我们行动起来，从自身做起，从身边的小事做起，共同守护我们的美丽家园！

编者

2021 年 2 月

◀ 目 录

第一篇 讲文明

1

1. 树立文明卫生意识，养成良好卫生习惯 2
2. 学会正确洗手，保持手卫生 2
3. 注意开窗通风，保持室内空气流通 3
4. 爱护公共环境，不随地吐痰，不乱扔垃圾 4
5. 不在公共场所吸烟，尊重他人的健康权益 5
6. 少聚集，隔一米 6
7. 注重咳嗽礼仪，提升文明素养 6
8. 坚持科学佩戴口罩 7
9. 倡导餐桌文明，推广分餐公筷 8

第二篇 铸健康

9

10. 自觉践行健康生活方式 10
11. 合理膳食，食物多样 10
12. 清淡饮食，少油少盐少糖 12
13. 不吃病死禽畜，发现病死禽畜要及时报告 12
14. 生熟食品要分开，肉类煮熟煮透后再吃 13
15. 不食用野生动物 14
16. 坚持适量运动，保持健康体重 15
17. 及早戒烟，越早越好 17

18. 远离二手烟	18
19. 少饮酒，不酗酒	18
20. 重视心理健康，保持平和心态	20
21. 及时调节负面情绪，积极乐观热爱生活	21
22. 生活规律，劳逸结合	21
23. 看病网上预约，减少医院滞留时间	22
24. 定期体检，及时就医	23

第三篇 守绿色

25

25. 树立生态文明理念，建设清洁美丽家园	26
26. 节约能源资源，实现可持续发展	27
27. 保护自然，自觉践行绿色生活	28
28. 积极参与社区绿化美化，打造绿色整洁人居环境	28

第四篇 重环保

31

29. 推行垃圾分类，做到物尽其用	32
30. 选择绿色低碳出行，优先步行、骑车或公共交通出行	33
31. 增强节约、生态、环保意识，持续改善生态环境	33
32. 自觉做生态环境的保护者、建设者	34
33. 践行简约适度生活，从细微处做起	35
34. 珍惜粮食，拒绝“舌尖上的浪费”	36
35. 保护野生动植物，拒绝购买野生动物制品	37
36. 使用环保用品，减少使用一次性用品	37

CHAPTER ONE

文明健康 绿色环保
生活方式手册

第一篇

讲文明

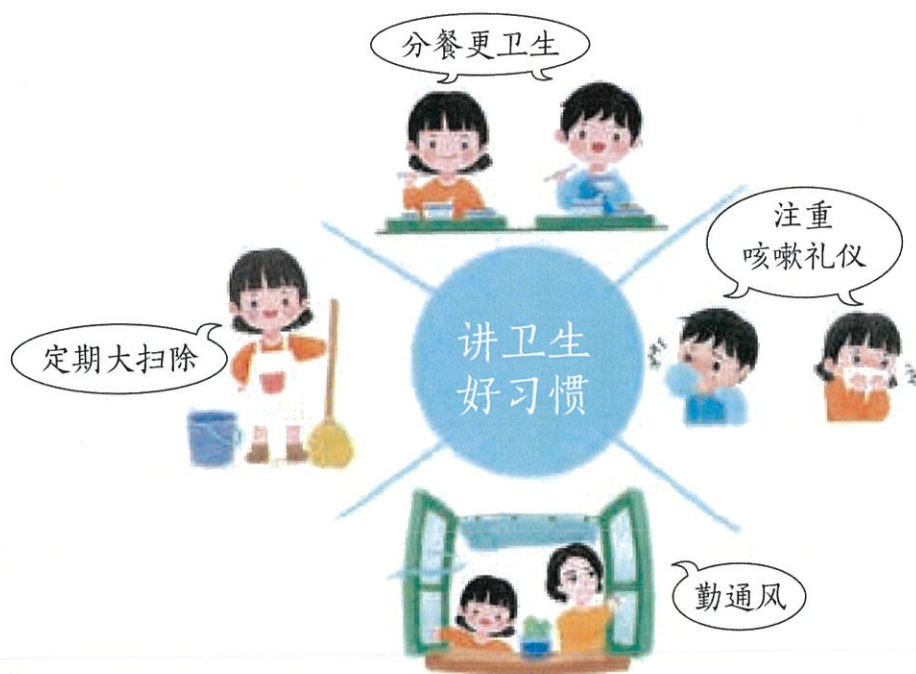


1

树立文明卫生意识，养成良好卫生习惯

公民是自己健康的第一责任人，每个人都应当树立和践行对自己健康负责的理念，同时，尊重他人的健康权利。

每个人都要树立文明卫生意识，养成正确洗手、常通风、不随地吐痰、不乱扔垃圾、不在公共场所吸烟、保持社交安全距离、注重咳嗽礼仪、科学佩戴口罩、定期开展卫生大扫除等良好卫生习惯，倡导餐桌文明，提倡分餐，使用公勺公筷。



2

学会正确洗手，保持手卫生

日常生活、工作、学习中，我们的手会接触到被病毒、细菌污染的物品，如果不能及时正确洗手，病毒、细菌可能

会通过手触摸口、眼、鼻进入人体，导致人们生病。

我们要养成勤洗手的好习惯，掌握正确的洗手方法。洗手时，使用流动水和肥皂或洗手液，每次揉搓 20 秒以上，确保手心、手指、手背、指缝、指甲缝、手腕等处均被清洗干净。不方便洗手时，可以使用免洗手消毒剂进行手部清洁。

以下情况应及时洗手：外出归来，戴口罩前及摘口罩后，准备食物前，用餐前，上厕所前后，接触公共设施或物品（如扶手、门把手、电梯按钮、钱币等）后，接触泪液、鼻涕、痰液和唾液后，护理患者前后，抱孩子、喂孩子食物前，接触动物或动物粪便后等。



3

注意开窗通风，保持室内空气流通

开窗通风换气可有效改善室内空气质量，减少室内致病微生物和其他污染物的含量，降低室内二氧化碳和有害气体的浓度。此外，阳光中的紫外线还有杀菌作用。

条件允许情况下，每天早、中、晚均应开窗通风，每次通风时间不少于 15 分钟。寒冷季节开窗通风要注意保暖。



4

爱护公共环境，不随地吐痰，不乱扔垃圾

随地吐痰不仅破坏环境卫生，还会传播疾病。因此，不要随地吐痰，吐痰时应将痰液用纸包裹，再将其扔进垃圾桶。



乱扔垃圾不仅会影响环境整洁美观，造成有毒有害物质污染环境，还会滋生蚊蝇，招引老鼠、蟑螂，导致疾病传播。因此，不能乱丢垃圾，应将垃圾扔进垃圾桶。对于已实施垃

圾分类地区，应按要求分类投放。

5 不在公共场所吸烟，尊重他人的健康权益

吸烟和二手烟暴露会导致癌症、心血管疾病、呼吸系统疾病等多种疾病。烟草烟雾中至少含有 69 种致癌物。室内工作场所、公共场所和公共交通工具内完全禁烟是保护人们免受二手烟危害的有效措施。



二手烟不存在所谓的“安全暴露”水平。在同一建筑物或室内，采取划分吸烟区和非吸烟区、安装空气净化或通风设备等措施，都不能够消除二手烟雾对不吸烟者的危害。吸烟者应当尊重他人的健康权益，不在他人特别是孕妇和儿童面前吸烟，不在禁止吸烟的场所吸烟。吸烟者应尽早戒烟，最终做到不吸烟。

6 少聚集，隔一米

呼吸道传染病大多通过飞沫传播。飞沫传播发生在与感染者近距离接触时。因此，为了预防呼吸道传染病，在日常工作、生活中，人与人的社交安全距离应保持在1米以上。

保持社交安全距离不仅能降低疾病传播的风险，也是文明礼仪的体现。建议在旅游景区、商场、餐厅、医院等人群聚集的公共场所和窗口单位设置文明排队的地面指引标识和宣传标语，引导公众保持社交安全距离、自觉有序排队。



7 注重咳嗽礼仪，提升文明素养

新冠肺炎、肺结核病、流行性感、流行性脑脊髓膜炎、麻疹等常见呼吸道传染病的病原体可随患者咳嗽、打喷嚏、

大声说话时产生的飞沫传播给他人。咳嗽、打喷嚏时应用纸巾遮掩口鼻,使用后的纸巾扔入垃圾桶。如果来不及准备纸巾,可弯曲手肘,用手肘处的衣物遮掩口鼻,尽量避免直接用手遮掩口鼻。



8 坚持科学佩戴口罩

戴口罩可以有效阻挡空气和飞沫中的细菌、病毒,是预防呼吸道传染病的重要措施。公众应学会科学佩戴口罩,保护自己和他人。

佩戴口罩前应洗手;分清口罩的正、反面,保持深色面朝外;金属条一侧在上,按压金属条使之紧贴鼻梁,使口罩与面部紧密贴合,口罩要遮盖鼻、口和下颌。口罩弄湿或弄脏后应及时更换。废弃口罩不要随地乱扔,应投放到垃圾收集处。



9

倡导餐桌文明，推广分餐公筷

餐桌文明是社会进步的体现。要做到合理备饭，不浪费粮食；讲究饮食卫生，拒绝食用野生动物；提倡分餐制，使用公勺公筷。

研究表明，幽门螺杆菌、甲肝病毒等消化道致病微生物可通过唾液污染筷子、勺子进而污染食物，传染给其他就餐者。集体就餐时采用分餐制、使用公勺公筷，避免个人使用过的餐具污染公共食物，可以有效降低病从口入的风险，减少交叉感染。使用公勺公筷，剩余的饭菜可以放心打包或分装，减少食物浪费。

此外，采用分餐制还可以根据每人每餐需要的营养搭配食物，定份定量，均衡营养，避免浪费，体现了文明健康、简约适度的生活价值观，凸显了社会的文明进步和中华美德。



CHAPTER TWO

文明健康 绿色环保
生活方式手册

第二篇 铸健康



公开方式：主动公开

广州市增城区住房和城乡建设局办公室

2021 年 4 月 25 日印发
