



04

家里人如果出现发烧、咳嗽等症状该怎么办？

平时要做好自己和家人的健康监测，如出现发热、咳嗽、乏力等症状，要戴好医用口罩，及时前往发热门诊就诊，就医过程尽量避免乘坐公共交通工具。

各单位和物业主动做好员工健康管理，落实进门前的体温检测；办公室和会议室定时开窗通风，尽量保持良好的通风状态；做好公共区域、公共物品的清洁消毒。



如果发现有人在公共场所没有佩戴口罩怎么办？

《上海市公共卫生应急管理条例》于今年11月1日正式实施了，其中规定“在呼吸道传染病流行期间，进入机场、火车站、地铁等公共场所，应当佩戴口罩并保持社交距离”。



05

06

如何安全地选购冷链食品？

要去正规超市或市场选购冷链食品，要关注食品产地、来源、进口食品检疫等相关信息，可要求查看已消毒证明。选购冷链食品时应正确佩戴口罩，避免徒手接触食品及包装表面，建议使用一次性手套挑选冷冻冰鲜食品。

随身携带小包装免洗洗手液或酒精棉球、棉片，用于购物后手部和物体（手机、钱包等）表面消毒，有条件的用流动水+肥皂/洗手液清洗双手。



07

安全加工清洗冷链食品需要注意哪些？

不要在水龙头下直接冲洗生的肉制品，防止溅洒污染，可用浸泡搓洗方式。切割冷链生鲜食材时，建议正确佩戴一次性医用口罩和一次性手套；尽量避免大力劈、剁等切割方式，以防喷溅，如有必要可佩戴护目镜及防水围裙。接触了生鲜食材，避免用手直接接触口眼鼻。

处理完毕后，要使用流动水+肥皂/洗手液洗手至少20秒，最好能按照“七步”洗手法规范洗手。

冷冻生鲜食品还能安全地吃吗？

可以吃，但烹调食用冷冻冰鲜食品时应烧熟煮透，尽量避免生吃、半生吃、酒泡、醋泡或盐腌后直接食用海鲜食品。经冰箱冷藏后的剩余食物，要彻底加热后才可食用。

08

09

如何安全储存冷冻生鲜食品？

储存冷冻生鲜食品时，最好采用独立封闭包装，冷冻冰鲜食品放置冰箱冷冻室保存，不要存放过长时间，与熟食要分层存放。



资料来源
澎湃新闻