

# 国家卫生城市是什么?

国家卫生城市是一张含金量很高的城市名片,是评价和反映一个城市整体发展水平和文明程度的重要标志,是重要的城市品牌之一。

## 什么是国家卫生城市?

国家卫生城市是由全国爱国卫生运动委员会评选命名的国家级卫生优秀城市,这是城市卫生工作的最高荣誉,是一个城市综合素质的重要标志,是全国重要的城市品牌之一。

## 创建国家卫生城市能给群众带来什么实惠?

创建国家卫生城市能使城市基础设施建设得到快速发展,生态与居住环境得到不断优化,彻底改变城市脏、乱、差的面貌,让老百姓生活得更加安逸、舒心。

简单而言,就是这些地方的环境会越来越越好,无论是食品卫生还是饮水卫生都更有保障,医疗水平和人们的健康水平也会得到相应提高,生活也将更加幸福。

## 创建卫生城市知识问答

### 1.老百姓能为创卫做些什么?

答:广大市民群众应自觉遵守市民文明公约,培养文明健康的生活方式和行为方式,自觉摒弃不讲卫生、随地吐痰、乱扔杂物的不良习惯和不文明行为,培养良好的公共卫生意识和讲卫生、爱清洁的良好风尚和卫生习惯,形成人人参与创卫的良好氛围。同时,提高创卫意识,帮助查找和解决创卫工作中存在的不足和薄弱环节,促进政府各职能部门积极改进工作,形成人人参与创卫工作,个个争当创卫模范的工作格局。

### 2.世界卫生日是哪天?

答:4月7日。

### 3.世界环境日是哪天?

答:6月5日。

### 4.世界红十字日是哪天?

答:5月8日。

### 5.世界无烟日是哪天?

答:5月31日。

### 6.世界防治结核病日是哪天?

答:3月24日。

### 7.世界艾滋病日是哪天?

答:12月1日。

### 8.《中华人民共和国传染病防治法》自何时开始实施?

答:2004年12月1日。

### 9.除“四害”是指哪“四害”?

答:鼠、蚊、蝇、蟑螂。

### 10.除“四害”有什么意义?

答:消灭老鼠、苍蝇、蚊子、蟑螂除可以防止“四害”对粮食、衣物、书籍等的损害外,其主要意义是可以预防和减少传染病的发生和传播,保护人民健康;改善生活、工作和投资环境,促进经济发展。

### 11.创建国家卫生城市对除“四害”的要求是什么?

答:创卫城市建成区鼠、蚊、蝇、蟑螂的密度控制在国家标准之内,其中,鼠类密度控制水平不低于 GB/T 27770-2011 规定的 C 级要求。蚊虫密度控制水平不低于 GB/T 27771-2011 规定的 C 级要求。蝇类密度控制水平不低于 GB/T 27772-2011 规定的 C 级要求。蜚蠊密度控制水平不低于 GB/T 27773-2011 规定的 C 级要求。

### 12.创建国家卫生城市如何开展除“四害”工作?

答:在除四害工作中,坚持以环境治理为主的综合防制方针,各项环境治理措施完善,“四害”孳生得到有效控制。在化

学防治中,注重科学合理用药,不使用国家禁用的药物。

### 13.苍蝇能传播哪些疾病?

答:病毒性肝炎、伤寒、霍乱、菌痢、肺炎、破伤风、结核病等。

### 14.蚊子能传播哪些疾病?

答:乙型肝炎、疟疾、丝虫病、登革热等。

### 15.蟑螂能传播哪些疾病?

答:痢疾、霍乱、伤寒、结核病、小儿麻痹症、麻风等。

### 16.老鼠能传播哪些疾病?

答:老鼠能传播鼠疫和流行性出血热。

### 17.开展除“四害”工作的统一活动有哪些?

答:春季灭鼠、夏季灭蚊蝇蟑螂、秋季灭鼠。

### 18.创建国家卫生城市如何加强公共场所的食品卫生监督管理?

答:狠抓市场管理,整顿和规范市场交易秩序,坚持亮证经营,坚决取缔无证经营、违章经营和流动经营,规范市场秩序;加强市场卫生监督,健全清扫保洁和卫生管理制度。

### 19.什么是环境保护?

答:环境保护是我国的基本国策之一。自然环境指阳光、空气、地理、水源、食物等;社会环境指文化教育、经济发展、社会风气等。保护和改造自然环境,是人们健康生活的基本需要。环境保护,人人有责。

### 20.环境污染主要指哪几方面的污染?

答:(1)大气污染;(2)水源污染;(3)土壤污染;(4)噪声污染。

### 21.什么是健康?

答:所谓健康就是在身体上、精神上、社会适应上完全处于良好的状态。

### 22.亚健康状态有哪些表现?

答:亚健康状态的主要表现是疲劳,以及由疲劳引发的系列症状。疲劳包括生理(体力)疲劳和心理疲劳,即躯体和精神的双重疲劳。

### 23.怎样应对亚健康?

答:(1)养成良好的生活行为习惯,作息有步骤有规律;(2)不吸烟、少饮酒;(3)合理膳食,食物多样,少糖少盐;(4)坚持每天运动半小时;(5)定期健康体检,每年至少1次,做到早发现,早治疗。

### 24.衡量国家健康指标三大因素是什么?

答:人口的预期寿命,孕产妇的死亡率和5岁以下儿童的死亡率。

### 25.什么是健康教育?

答:健康教育是帮助并鼓励人们达到健康状态的愿望,知道怎样做以达到这样的目的,每个人都尽力做好本身或集体的努力,并知道在必要时如何寻求适当的帮助。健康教育的目的是使全体市民形成健康行为,即“七不”:(1)不随地吐痰(有痰吐在手纸中扔入垃圾容器);(2)不无掩饰打喷嚏擤鼻涕;(3)不乱扔乱倒废弃物;(4)不随处便溺;(5)不在公共场所吸烟;(6)不带宠物进入公共场所;(7)不捕杀食用野生动物。

### 26.创建国家卫生城市为什么要开展控烟工作?

答:因为烟草中有多种有害物质,其中对人体危害最严重的有尼古丁、烟焦油和一氧化碳。

### 27.吸烟对人体有什么危害?

答:吸烟能引起多种疾病。吸烟几乎影响到人体全部重要的组织器官如:呼吸系统、循环系统、神经系统、泌尿系统等。烟确实能致癌;吸烟能引起慢性支气管炎、肺气肿;吸烟是冠心病主要危险因素;吸烟引起脑中风;吸烟者易患胃、十二指肠溃疡;吸烟对神经系统有影响。

### 28.“六小”行业指的是什么?

答:“六小”行业指的是小餐饮店、小旅馆、小美容美发店、小浴室、小歌舞厅、小食品店。

### 29.什么叫“城中村”?

答:“城中村”指的是城市建成区范围内仍然保留的实行农村集体所有制和农村经营体制的地区。“城中村”是城市中的村庄,是城市形象和疾病预防控制工作的主要薄弱环节。

### 30.什么叫“城乡结合部”?

答:“城乡结合部”是指城市市区与郊区的结合地带,是城市的窗口和门面,也是城市交通的出入口。

### 31.社会公德的基本内容是什么?

答:社会公德的基本内容是:文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境、遵纪守法。

### 32.随地吐痰的危害?

答:随地吐痰是一种不文明的行为,痰液中含有病菌,随地吐痰会污染环境,传播疾病。

### 33.个人健康行为十条是什么?

答:(1)饭前便后洗手;(2)每天早晚刷牙;(3)定期洗澡、理发、剪指甲;(4)服装整洁;(5)勤晒被褥;(6)讲卫生公德(不乱扔乱倒,不随地吐痰);(7)不吸烟、不酗酒;(8)每天进行一次锻炼;(9)按时让孩子参加计划免疫;(10)主动学习卫生知识(通过广播、电视、报纸、卫生科普杂志、专栏)。

### 34.“门前三包”内容是什么?

答:包卫生、包绿化、包秩序。

### 35.为什么不能在公共场所吸烟?

答:在公共场所吸烟,一是污染环境,二是使不吸烟者被动受害,影响他人身体健康,同时也是一种不文明行为。

### 36.什么叫被动吸烟?

答:被动吸烟通常指吸入别人喷出的烟雾,每天达15分钟以上。也称为环境吸烟和吸二手烟。

### 37.被动吸烟对身体有危害吗?

答:有危害,甚至大于吸烟者本身。

### 38.什么是世界无烟日?

答:自20世纪50年代以来,全球范围内已有大量流行病学研究证实,吸烟是导致肺癌的首要危险因素。为了引起国际社会对烟草危害人类健康的重视,世界卫生组织1987年11月建议将每年的4月7日定为“世界无烟日”,并于1988年开始执行。自1989年起,世界无烟日改为每年的5月31日。

### 39.什么是营养?

答:营养是人们为了维护正常生理、生化、免疫功能以及生长发育、代谢、修补组织损伤等生物学过程而摄取食物,并经消化、吸收和利用其营养成分即营养素的综合过程。

### 40.人体七大营养素指哪些?

答:营养素是指对人体有生理功效是正常新陈代谢所必需的营养物质。可分为七大类:

(1)蛋白质;(2)脂类(脂肪);(3)碳水化合物(糖类);(4)矿物质(无机盐);(5)

维生素;(6)水;(7)膳食纤维(纤维素)。

### 41.不吃早餐的危害?

答:(1)容易导致低血糖;(2)饥饿感有头晕、乏力、心慌、注意力不能集中;(3)容易发生昏厥;(4)诱发肥胖、胆结石等疾病;(5)影响生长发育及工作、学习。

### 42.吃盐过多对健康的影响?

答:吃盐过多易引起高血压、心脏病和动脉硬化等疾病,还可使心脏病人的病情加重,成人每天适宜的食盐量是6克以下。

### 43.吃糖过多的危害?

答:(1)容易肥胖;(2)诱发糖尿病、高血脂症、心血管病、脂肪肝等疾病;(3)易患龋齿。

### 44.合理饮食应做到哪几点?

答:(1)吃好早餐;(2)科学分配三餐;(3)不暴饮暴食;(4)不偏食,不挑食;(5)主副食搭配;(6)荤素搭配,少糖少盐。

### 45.儿童计划免疫(预防注射)可预防哪些疾病?

答:(1)百白破混合制剂可预防:百日咳、白喉、破伤风;(2)卡介苗可预防结核病;(3)糖丸可预防小儿麻痹症;(4)麻疹疫苗可预防麻疹;(5)乙肝疫苗可预防乙肝;(6)流脑多糖体菌苗:可预防流行性脑脊髓膜炎。

### 46.预防呼吸道传染病要注意什么?

答:(1)按气候变化增减衣服,防止受凉;(2)讲卫生,勤洗手;(3)调节饮食,加强营养;(4)通风透气,保持室内空气新鲜;(5)休息充足,多进行户外锻炼;(6)必要时进行预防注射或服中药。

### 47.乙型肝炎与甲型肝炎的传染途径有何不同?

答:(1)甲型肝炎通过消化道传染(食物和水);(2)乙型肝炎通过血液、唾液、精液、阴道分泌物、乳汁、尿液等传染。

### 48.家里有了肝炎病人怎么办?

答:(1)及时治疗。在家休养者要按时服药;(2)注意隔离消毒(病人的碗筷要专用,毛巾、衣物要用开水煮消毒);(3)关心照顾病人,接触病人后要及时洗手;(4)不吃病人吃剩的食物。

## 居民住户卫生要求

1.遵守城市卫生管理的各项法律、法规,支持和参与居委会组织的各项爱国卫生活动,按时完成分配的任务。

2.室内整洁,庭院美化。做到窗明洁净,无积尘;家具、用具、被褥、衣物整洁,摆放有序;庭院种植花草,环境优美。

3.室外清洁。做到无杂物堆放,无积尘,无垃圾,无蚊蝇孳生地。

4.厨房卫生。生、熟菜板分开,餐具、饮具清洁无油垢,搞好灭鼠、灭蟑螂、灭蚊、灭蝇工作。

5.个人卫生好。做到勤洗衣服、被褥,勤洗澡、勤理发、勤剪指甲,衣着整洁、仪表端正。

6.遵守社会公德,维护公共卫生。做到不向门(窗)外吐痰、乱丢污物、杂物、乱倒垃圾、乱泼脏水,自觉遵守社会公德,爱护公共卫生设施。

7.禁止饲养家禽家畜和违规饲养犬只。

8.社区居委会卫生管理文件、资料齐全,立卷归档。开展爱国卫生活动和健康教育的各类文件、简报、各项卫生管理制度,经费投入,会议记录和检查评比等资料齐全并立卷归档。