معاونت بهداشت
مرکز مدیریت بیماری های واگیر

پیام های بهداشتی ویژه زائرین اربعین حسینی(ع)

۱- شستن منظم و کامل دستها با آب و صابون(طول مدت شست و شوی دست ها حداقل به اندازه ذکر ۵ صلوات باشد) یا با استفاده از محلولهای ضد عفونی به ویژه پیش از صرف غذا و پس از استفاده از سرویس بهداشتی

۲- از آب آشامیدنی سالم و بهداشتی (ترجیحا بسته بندی شده) و یا آب توزیع‌شده توسط موکب‌ها و ایستگاه‌های صلواتی معتبر استفاده کنید.

۳- از مصرف لبنیات، آبمیوه و سایر فرآورده‌های فاسدشدنی که خارج از زنجیره سرما نگهداری شده‌اند، پرهیز کنید.

۴- از مصرف غذاهایی که چند ساعت در هوای گرم مانده‌اند یا ظاهر، بو یا طعم غیرطبیعی دارند، خودداری کنید.

۵- قبل از مصرف کنسرو مواد غذایی آنها را حداقل به مدت ۱۵-۱۰ دقیقه گرم نموده(جوشانده شود) و سپس استفاده نمایید.

۶- داشتن تب به همراه هر علامت دیگری از بیماری ها(سرفه،اسهال،استفراغ و...) نیازمند مراجعه به پزشک یا نزدیک ترین محل ارائه خدمات بهداشتی درمانی مستقر در مسیر برگزاری پیاده‌روی اربعین است.

۷- رعایت خود مراقبتی به ویژه رعایت آداب سرفه و استفاده از ماسک در فضای بسته و با تهویه نامناسب اهمیت دارد.

۸- برای پیشگیری از گرمازدگی از لباس های مناسب (کلاه آفتاب گیر) استفاده نمایید و آب به اندازه کافی بنوشید.

۹- از دست اندرکاران و برگزارکنندگان مراسم (موکب داران) تقاضا می شود اصول بهداشت (بهداشت فردی، بهداشت محیط و بهداشت مواد غذایی) را رعایت نمایند.