

零新增≠零风险

卡口撤销≠疫情解除

开门营业≠放松防护

# 为了彻底战胜疫情，请再坚持一下

自2月24日起，广东省新冠肺炎疫情防控应急响应级别由省重大突发公共卫生事件一级响应调整为二级响应。2月15日起，佛山一直没有新增确诊病例。各行各业有序复工，不少餐厅饭馆也逐步开放堂食，这是让人欣喜的局面。

然而，我们也必须清醒认识到，确诊病例零新增不代表零风险，道路卡口撤销不等于疫情解除。这场战疫还未结束，防护绝不可放松，戴口罩、勤洗手、勤通风、少聚集、保持距离、配合测温，这些措施还要做到位。

## 进入公共场所

### 戴好口罩 保持一米距离

随着各行各业有序复工复产，做好公共场所疫情防控对巩固前期的防控成果、防止疫情反弹至关重要。

#### 1. 减少滞留时间

- 尽量不去人流密集的场合。若必须前往，尽量减少在公共场所的滞留时间，办完事情尽快离开。
- 在人员密集的地方务必全程佩戴医用外科口罩或更高级别的口罩。

#### 2. 保持手卫生

- 减少接触公共场所的公共物品和部位，可以携带一次性消毒用品，如消毒湿巾等，接触公共物品后对手部进行消毒。
- 从公共场所返回，用肥皂（洗手液）和流动水洗手，或者使用含酒精成分的免洗洗手液。

#### 3. 控制距离

- 在公共场所时，尽可能远离其他人，建议人与人之间距离不近于1米。在电梯等小空间内尽量不要交流。
- 打喷嚏或者咳嗽时，注意用纸巾或手肘衣服遮住口鼻。

## 外出就餐

### 隔桌而坐 使用公筷公勺

2月28日，《佛山市推动餐饮业有序复工复产工作指引（试行）》发布，其中，中风险地区的餐饮经营单位可逐步恢复堂食。如今，南海不少餐饮店已开放堂食，市民前往就餐时，一定要按照工作人员指引安全用餐。同时，南海倡导“公筷行动”，市民请主动使用公筷公勺。

#### 1. 戴口罩、测体温

- 堂食容易造成人员聚集，疫情防控不可松懈。去餐厅需要戴着口罩，开吃前再脱口罩。
- 如果食客体温超过37.3℃，或者出现发热、咳嗽、打喷嚏等症状，一律不允许进入餐饮场所。

#### 2. 食客要配合登记

- 每桌食客，至少要有一个人登记姓名、联系方式，保障一旦有疫情防控需要时，餐厅可以追溯到每桌、每位食客。

#### 3. 使用公筷公勺

- 集体用餐时，主动提出使用公筷公勺，并积极向身边亲朋好友宣传使用公筷公勺。
- 餐厅、酒店、食堂等带头推广“公筷行动”，做到“一菜一筷，一汤一勺”。集体食堂提倡分餐分食制，所有事物一人一份。



使用公筷公勺倡议

#### 4. 不能大规模聚餐

- 独食可以，大聚餐不行。在疫情防控解除前，餐饮服务企业禁止接待大规模聚餐活动，例如婚宴、团餐等。
- 为了降低病毒传播风险，要求餐厅通过减少桌椅摆放、隔桌安排就餐、快餐店一人一桌用餐等措施，加大就餐者之间的距离。

#### 5. 就餐尽量不说话

- 同桌就餐者之间，尽量避免面对面，吃饭时尽量不说话，以免飞沫喷溅。
- 避免和陌生食客拼桌，避免围炉火锅、围炉烧烤就餐方式，尽量缩短就餐时间，避免在餐馆内进行娱乐活动，如打牌、打麻将等。

## 回到工作场所

### 做好通风 尽量避免聚集

南海大部分企业都已经顺利复工复产，这是经济社会发展的必然要求。机器转起来了，工人动起来了，但防护工作可不能松下去。回到工作场所，很多细节还是需要注意做到。

#### 1. 测好体温再入楼

- 到单位后，首先要配合工作人员进行体温监测，体温正常方可入内，随后应到卫生间洗手。

#### 2. 做好消毒通风

- 对电脑鼠标键盘、电话机、文具等办公用品，可用75%酒精进行擦拭消毒。
- 注意保持工作环境整洁，每日开窗通风3次，每次通风30分钟。

#### 3. 尽量避免聚集

- 工作时人与人之间尽量保持1米以上距离，有条件的错开工位就座。
- 减少集中开会，控制会议时间，参加会议时建议佩戴口罩。

## 乘坐公共交通

### 保持距离 别摸公共设施

乘坐公交、地铁、出租车的时候，一定要注意“站位”，尽量和别人保持距离，尽量少接触公共设施和公共物品。此外，还有一些细节也要注意做到位。

#### 1. 坐公交地铁

- 在站台上与他人保持1~2米的距离，有序上车。
- 不要用手乱摸座椅、扶手等，也不要用手直接揉眼、鼻、耳等部位。
- 避免与周围人闲聊，尽量别在车上吃东西。
- 公交上可以开窗透气，让车内空气保持流通。
- 下车后要及时洗手。条件允许的情况下，选择错峰出行。

#### 2. 坐出租车

- 尽量不选择拼车，避免车内人员集中。尽量选择后排落座，与驾驶员保持一定的距离。
- 打开车窗，让空气流通，如果使用空调不要选择内循环模式。
- 下车后用洗手液或免洗消毒液清洁双手。

#### 3. 骑单车

- 骑车之前先消毒，随身带上酒精或酒精棉片，用酒精擦拭座位、车把手等位置。
- 戴好口罩，最好戴上手套。别往人多的地方骑，别在路程中间过多停留，在注意安全的前提下，快速到达目的地。

## 疫情防护知多D

### ① 新冠病毒能不能透过皮肤侵入人体？

目前病毒进入人体都是通过黏膜，就是口、鼻、眼，主要是口鼻进入人体，做好对这些部位的重点防护非常重要。目前所有临床试验和科研实验都证明，新冠病毒不能透过皮肤侵入人体。保持勤洗手、正确洗手的习惯，正确佩戴口罩，可以切断病毒进入的渠道。

### ② 什么环境下会发生气溶胶传播？

针对气溶胶的传播，多个跨学科团队设计了很多试验。初期的试验显示，比较确定的传播途径是经呼吸道的飞沫传播和密切接触传播。如果满足密闭空间、长时间暴露、高浓度三个条件，存在气溶胶传播的可能性。在开放环境中，通过气溶胶传播新冠病毒的几率极低。

### ③ 病毒会在头发上滞留吗？

目前研究显示，病毒对外部环境中的紫外线和热比较敏感。在室外，头发粘到高浓度同时有活病毒的飞沫可能性非常低，保持头发日常清洁即可。

### ④ 病毒会通过衣服传播吗？

病毒通过污染衣物来感染人的几率是极低的。如果不是去过特定的场所，如去医院探视过病人或接触过可疑症状的人，不需要对衣服进行专门消毒。另外酒精对普通衣物没有腐蚀作用，但是酒精是甲类的易燃物品，如果喷洒在衣物上，遇到明火、高温或静电都可能起火。建议不要将酒精喷洒在衣服上。



（资料来源：新华网、中新网、中国政府网、《广州日报》）

整理 / 珠江时报记者 陈为彬

