



《湖州防疫实战手册(公众版)》 (出行篇)

由于全球新冠肺炎疫情还在高位流行,我国外防输入、内防反弹的压力持续存在,呈现多点散发和局部聚集性疫情共存的态势,防控工作存在诸多的不确定性。病毒的变异性和无症状感染者的存在,更是增加了出行的感染风险。因此,科学做好出行计划,加强个人防护非常重要。

1. 出行前需要准备什么?

- 01** 提前规划出行目的地与交通方式,尽量错峰出行,避免人群聚集、拥挤。

- 02** 关注目的地疫情风险动态和最新防疫政策,不前往疫情中高风险地区,非必要不前往中高风险地区所在的区县。

- 03** 提前申请目的地健康码、行程码,必要时持48小时内核酸检测阴性证明。

- 04** 准备充足的一次性医用口罩或医用外科口罩、免洗手消毒剂、消毒湿巾等个人防护用品。

- 05** 出现发热、咳嗽、流涕、腹泻等疑似症状,或其他不宜外出疾病,及时规范就医,取消出行计划。

- 06** 接种第二针剂灭活疫苗满6个月,及时接种新冠疫苗加强针。


2. 旅行途中应该注意什么?

- 01** 出行途中自觉配合体温检测及健康码、行程码查验等防控措施。

- 02** 避免乘坐公共交通工具,若需乘坐公共交通工具,应全程规范佩戴口罩,减少触碰公共设施表面。

保持距离
- 03** 保持手卫生,饭前饭后、便前便后以及触摸眼、口、鼻、公共设施后要洗手或手消毒,打喷嚏时用肘部或纸巾遮掩口鼻并及时洗手或手消毒。

- 04** 尽量不在旅途中摘下口罩进食,若途中就餐,应错峰错峰就餐,避免人员聚集。

保持距离
- 05** 途中出现发热、干咳等不适症状,要规范佩戴医用外科口罩,及时到就近定点医院发热门诊就医。

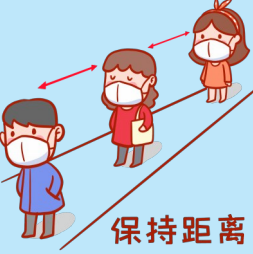

3. 到达目的地后应注意什么?

- 01** 有中、高风险地区旅居史人员、高风险岗位等风险返乡人员及时向所在社区(村)或单位报告,并配合做好核酸检测等相关的健康管理措施。

- 02** 避免前往人员密集的公共场所,不聚集、不扎堆,聚餐、聚会等人数不宜超过10人。

- 03** 自觉遵守公共场所亮码、测温、戴口罩等防控措施。

安全
- 04** 在公共交通工具、室内公共场所以及人群聚集的室外场所,应全程规范佩戴口罩。

- 05** 保持勤洗手、常通风、咳嗽礼仪、“1米线”社交距离等良好生活习惯。

保持距离

4. 返湖前后应该注意什么?

- 01** 观察自我健康状况,若返湖前出现发热、咳嗽、流涕、腹泻等症状,取消返程计划。

- 02** 提前了解返程途中经过地区疫情风险情况。

- 03** 返湖途中自觉配合落实查验健康码、行程码等防疫措施。

- 04** 返湖后及时向单位、社区报备,根据湖州最新防控政策,配合做好核酸检测、健康管理等措施。

报备行程
- 05** 返湖后开展14天自我健康监测。一旦出现发热、咳嗽、流涕、腹泻等相关症状,及时做好个人防护到医疗机构发热门诊就诊,前往医院途中避免乘坐公共交通工具。就医时主动告知医务人员外出史或旅行史、接触史,及时诊断和治疗。
