



加强疫情防控 织牢防护网络

宝鸡汽车站： 落实各项防控措施 确保群众安全出行



工作人员给旅客测温

本报讯 “各位旅客，请佩戴好口罩，保持1米安全距离，主动测温，出示健康码，有序排队进站……”12月22日下午，记者在位于市区经二路西段的宝鸡汽车站进站口看到，工作人员严格落实各项疫情防控措施，确保群众安全便捷出行。

宝鸡汽车站是我市重要的交通枢纽，是疫情防控的重要防线。据了解，该站在及时做好售票厅、候车厅、停车场、车辆常规消杀的同时，进一步对重点岗位工作人员每天进行一次核酸检测，为旅客安全出行保驾护航。

“因近期受周边地区疫情影响，我站停运了宝鸡至周至、汉中、西安、灵台、澄城的5条线路，整体客流量有所下降，日客流量1400-1500人次，主要以短途旅客为主。”宝鸡汽车站相关负责人介绍，进出站严格落实各项防控细则，尤其对乘客体温异常、健康码异常或来自国内中高风险地区没有48小时核酸检测报告的，安排其进行核酸检测，对发现问题的立即精准管控，并交由防疫部门处理。

本报记者 罗锐 谢克强



师生进校门时进行测温、扫码

本报讯 学校是一个比较特殊的场所，每天进出校园的人员、车辆比较多。12月22日下午4时，记者随教育部门工作人员一起来到位于市区姜谭路的宝鸡市姜谭高级中学，看看师生们是怎样落实疫情防控各项工作的。

车刚到学校大门口，两名保安就示意我们下车，一名保安指引记者扫码、测温、登记，另一名保安背着喷雾器，给车辆进行消杀。就在记者拍照时，一名学生正趴在桌子上填写信息。校园门口一个蓝色帐篷内，一名身着防护服的女校医，在整理消毒药品。

学校有关负责人介绍，全校现有学生1365人、老师120人，学校主要严把“入门关”。对进入校园的每名师生严格测温、扫码，非本校人员禁止入校，对来访家长、来校办事人员，统一在校门外接待，确需进入校园的，严格执行扫码、测温、登记、手部消毒、专人引领流程。对携带的物品严格消杀。对住校生每天早、晚测温、观察和登记，对校舍、食堂天天消毒。坚持对全校学生进行晨、午、晚三次体温监测，督促全校师生按时规范填写《宝鸡市中小学师生健康信息日报》，做好因病缺勤人员因病追踪登记工作，落实跟踪监控，确保异常情况早发现、早报告、早隔离、早治疗，全力守护师生健康和校园安全。学校杜绝接收各种快递，严防病毒传入。食堂送菜、面人员、车辆，必须走专用通道，对拉运学校垃圾的车辆严格消杀，确保师生健康和教学工作正常开展。

本报记者 卢志平

宝鸡市姜谭高级中学： 严把校园入门关

本报讯 日前，太白县在鳌山滑雪场开展新冠肺炎疫情防控全员核酸检测应急演练。此次演练重点展示全员核酸检测现场组织协调、采样流程、防护服穿脱方法、环境消杀、标本转运等环节（见右图），为做好疫情防控工作积累了宝贵经验。

演练现场以实操演练的方式进行全员核酸采样检测，设置等候区、体温检测区、临时隔离区、信息登记区、核酸采样区、医疗废物暂存区、脱防护用品区、样本转运区、医疗救治区、工作人员休息区、物资保障供应区11个区域，每个区域都设置了警戒线、一米线、指引牌等标识，明确划分出入口，保证人员单向流动，避免交叉感

太白县： 开展全员核酸检测应急演练

染。在工作人员的引导下，参检人员经过体温测量、查验健康码、核酸检测小程序预约登记后，有序进入采样区，顺利完成了本次核酸检测应急演练。

演练结束后，市级疫情防控专家现场提出意见。针对本次演练中暴露出的问题、短板，太白县相关部门表示将举一反三、及时整改，并加强与上级专家沟通，全面提升全县大规模人群核酸检测能力和水平。

（邓亚金 杨小春）



疫情防控小知识，您都了解吗？

在常态化疫情防控形势下，如何做好个人防护？跟着记者一起学习健康小知识，增强防范意识，面对疫情不恐慌、不松懈。

乘坐公交车该如何做好个人防护？



自觉有发热等呼吸道症状时，不要乘坐公共交通工具。
全程佩戴一次性使用医用口罩及以上级别口罩。
尽量选择刷卡、扫码等无接触方式充值、购票。
注意手部卫生。乘车过程中，尽量不用手触摸座位、扶手、扶杆等公共设施；如触摸后，不要直接接触口、眼、鼻，避免接触传播。
遵守咳嗽、喷嚏礼仪，打喷嚏时用手肘或纸巾遮掩。不随地吐痰，口鼻分泌物用纸巾包好弃置于垃圾箱内。
尽量分散开坐或站立，相互间隔出空间，如果当班车次人多，可以选择等待下一趟车。
适当开窗通风。乘坐公交车时尽量开窗，避免密闭空间和长时间空气不流通。
及时消毒乘车过程中使用过的物品。

去菜市场采购，如何做好自身防护？



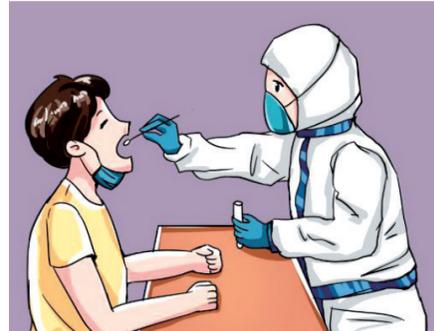
采购前：
做好采购计划，防止遗漏，减少在农贸市场的逗留时间。
配合体温检测，主动出示健康码，进入市场全程佩戴口罩。
采购时：
采购过程中不要用手触碰脸部、眼睛和口鼻。
如旁边有人咳嗽或打喷嚏，第一时间转身离开，减少被感染的几率。
与他人保持1米以上距离，不扎堆选购。
不接触、购买和食用健康状况不明的家禽。
采购后：
使用过的口罩不要随意丢弃，应放入垃圾袋，并向其喷洒适量医用酒精，密封处理。
回家后第一时间用肥皂或洗手液洗手。

冬季佩戴口罩需要注意的细节



冬季天气寒冷，戴口罩时容易产生哈气，被打湿的口罩防护作用不好，应该及时更换。部分市民为了避免口罩被哈气打湿，在口罩里垫上纸巾，这种行为弄巧成拙很不可取，垫上纸巾之后，口罩就无法紧紧贴在脸上。
戴眼镜的市民在戴上口罩后，眼镜上容易出现雾气，可用肥皂水或洗洁精擦拭，达到暂时缓解雾气的的作用，但浓度最好不要太高。由于肥皂水或洗洁精为碱性，若浓度太高容易对真空镀膜造成腐蚀。而眼镜压在口罩上来防雾这种方法并不可取。这会拉大镜片和眼球间的距离，改变了眼镜正确的使用距离，不能起到眼镜最佳的矫正效果。
此外，还应注意，戴口罩之前应该把双手洗干净，回家摘掉口罩后也应及时洗手，防止病菌传播。

核酸检测有哪些注意事项？



核酸检测前2小时尽量避免进食，以免引起呕吐；采样前30分钟不应吸烟、喝酒、嚼口香糖等；检测者需要正确佩戴口罩，检测前取下口罩，检测后立即戴好，可准备一个备用口罩，污染后方便随时更换。
在采集鼻咽拭子前，检测者应告知采集人员是否鼻中隔弯曲及鼻腔手术史，过程中可能出现鼻部酸痒感，刺激打喷嚏，可立即用纸巾或手肘遮挡；鼻咽拭子采集后可能出现少量鼻腔出血，一般不需要特殊处理，如出血量较多请及时到医院进行处理。在采集口咽拭子时检测者头后仰，张口发出“啊”音，有助于暴露咽喉，但过程中会出现刺激性干咳、恶心、呕吐等症状，检测者可配合采集人员尽量放松、深呼吸；核酸检测前后都需要注意手部卫生，可使用免洗手消毒液或免洗酒精擦拭双手。