

春节新冠病毒

防疫指南





邀请函
INVITATIONS



免费微信群

我们的群文化：帮助别人，快乐自己！
我们的群规：谢绝一切商业和推广链接！
我们的微信群用于互助和免费资料获取；
钉钉群用于免费直播课程安全分享；加
入微信群方可进入钉钉群。
诚邀乐于安全公益的朋友加入我们！

知识星球



星主：安全战略顾问
安全随行



加入星球尊享20000+精品资料、安全管理
咨询、优质安全直播课；诚邀您的加入!!

春节将至，人员流动加大、市场交易活跃，聚集活动增多。近期国内部分地方陆续出现新增本地确诊病例，全球新冠肺炎疫情持续高位流行，英国出现新冠病毒变异病例，疫情防控形势更加严峻复杂，春运返乡要求有7日内的核酸检测报告。



目 录

01 新冠病毒知识

02 春节出行防护

03 公司防疫要求

04 个人防护要点

The background is a vibrant red with a pattern of falling white petals. At the top, there are red curtains. Two large red lanterns with white floral patterns hang on the left and right sides. In the center, there is a dark red rectangular frame with a lighter red background. Inside this frame, there are seven small yellow lanterns hanging in a row. The number '01' is prominently displayed in the center of the frame.

01

新冠病毒知识



新冠病毒知识



什么是新型冠状病毒？

此次流行的冠状病毒为一种新发现的冠状病毒，国际病毒分类委员会命名为SARS-Cov-2。因为人群缺少对新型病毒株的免疫力，所以人群普遍易感。



新冠肺炎由什么引起？

由SARS-Cov-2冠状病毒引起，WHO将SARS-Cov-2感染导致的疾病命名为COVID-19，其中多数感染可以导致肺炎，就称之为新型冠状病毒肺炎/新冠肺炎。



新冠病毒知识

新型冠状病毒病原学特点

冠状病毒为不分节段的单股正链RNA病毒，由于病毒包膜上有向四周伸出的突起，形如花冠而得名。

新型冠状病毒的传染源

该病毒对紫外线和热敏感，56℃ 30分钟、乙醚、75%乙醇、含氯消毒剂、过氧乙酸和氯仿等脂溶剂均可有效灭活病毒，氯己定不能有效灭活病毒。

新型冠状病毒易感人群

人群普遍易感





新冠病毒知识

飞沫

一般认为直径 $> 5\mu\text{m}$ 的含水颗粒，飞沫可以通过一定的距离（一般为1米）进入易感的黏膜表面。

什么是飞沫传播？

经呼吸道飞沫和密切接触传播是主要的传播途径。在相对封闭的环境中长时间暴露于高浓度气溶胶情况下存在经气溶胶传播的可能。由于在粪便及尿中可分离到新型冠状病毒，应注意粪便及尿对环境污染造成气溶胶或接触传播。

飞沫的产生：

- （1）咳嗽、打喷嚏或说话；
- （2）实施呼吸道侵入性操作，如：吸痰或气管插管、翻身、拍背等刺激咳嗽的过程中和心肺复苏等。



新冠病毒知识

什么是接触传播？

什么是密切 接触者？

与病例（观察和确诊病例）发病后有如下接触情形之一者：

- （1）病例共同居住、学习、工作或其他有密切接触的人员；
- （2）诊疗、护理、探视病例时未采取有效防护措施的医护人员、家属或其他与病例有类似近距离接触的人员；
- （3）病例同病室的其他患者及陪护人员；
- （4）与病例乘坐同一交通工具并有近距离接触人员；
- （5）现场调查人员调查后经评估认为符合条件的人员。

直接接触

- （1）血液或带血体液经黏膜或破损的皮肤进入人体；
- （2）直接接触含某种病原体的分泌物引起传播。



新冠病毒知识

新冠肺炎患者有什么临床表现？

基于目前的流行病学调查，潜伏期1至14天，多为3至7天。以发热、干咳、乏力为主要表现。少数患者伴有鼻塞、流涕、咽痛、肌痛和腹泻等症状。

轻型患者仅表现为低热、轻微乏力等，无肺炎表现。从目前收治的病例情况看，多数患者预后良好，少数患者病情危重。老年人和有慢性基础疾病者预后较差。儿童病例症状相对较轻

部分儿童及新生儿病例症状可不典型，表现为呕吐、腹泻等消化道症状或仅表现为精神弱、呼吸急促。

The background is a vibrant red with a pattern of falling white petals. At the top, there are red curtains. Two large red lanterns with white floral patterns hang on the left and right sides. In the center, there is a dark red rectangular frame with a lighter red background. Inside this frame, there are seven small yellow lanterns hanging in a row. The number '02' is prominently displayed in the center of the frame.

02

春节出行防护



返乡人员需持7天内有效新冠病毒核酸检测阴性结果返乡，返乡后实行14天居家健康监测，期间不聚集、不流动，每7天开展一次核酸检测。

工作方案所指返乡人员是指从外地返回农村地区的人员，主要包括：

一是跨省份返乡人员；二是来自本省内中高风险区域所在地市的返乡人员（中高风险区域内部人员原则上不流动）；三是本省内的进口冷链食品从业人员、口岸直接接触进口货物从业人员、隔离场所工作人员、交通运输工具从业人员等重点人群。



各地**隔离**政策查询

隔离时间 · 隔离条件 · 具体要求

隔离政策查询网址：<http://bj.bendibao.com/news/gelizhengce/all.php?src=baidu>



春节出行防护

出行前准备

- 1、出行前关注目的地的疫情风险等级，如目的地调整为中、高风险地区的情况，如非必要尽量避免前往。
- 2、出行前要配备足够数量的口罩、免洗手消毒液等防护物品；注意气候变化，备齐保暖衣物，防止着凉。
- 3、切记了解清楚往返目的地的疫情防控政策，以免发生不必要的麻烦。

出行期间防护

- 1、乘坐飞机、火车等交通工具时要遵守安全秩序和相关防疫管理要求，全程正确佩戴口罩，做好手卫生，并妥善保存票据以便查询。
- 2、游玩过程中要有序排队，与他人保持安全距离，不聚集、不扎堆，避免人群拥挤。
- 3、前往密闭或人流较多的场所时要佩戴口罩。
- 4、出行的全过程中都要保持良好的卫生习惯，注意咳嗽礼仪，随时做好手卫生。
- 5、住宿时应选择卫生条件良好的酒店、宾馆、民宿等，入住后及时开窗通风。
- 6、出行期间出现发热、干咳等呼吸道症状应及时前往就近医疗机构就诊。



春节出行防护

乘坐火车注意事项

一是配合车站做好进出站测温工作。体温在 37.3°C 以上，应自觉接受地方防控部门的排查。

二是进站、乘车全程佩戴口罩，咳嗽、打喷嚏应注意遮挡。

三是在车站候车时，保持安全距离，尽量减少人员聚集。乘车中，对号就座，减少车上走动流动。

四是维护站车环境卫生，不随地吐痰，不乱扔废弃物，培养健康文明的生活方式，提高健康意识。



The background is a vibrant red with a pattern of falling white petals. At the top, there are red curtains. Two large red lanterns with white floral patterns hang on the left and right sides. In the center, there is a dark red rectangular frame with a lighter red background. Inside this frame, there are seven small yellow lanterns hanging in a row. The number '03' is prominently displayed in the center of the frame.

03

公司防疫要求



公司防疫要求

密切关注最新公布的全国疫情风险信息

目前我国境内大部分地区均为疫情低风险地区，但仍有部分地区出现新冠肺炎本土疫情。建议公众制定出行计划时尽量避免前往国内中、高风险地区。如确需前往中、高风险地区，要按防疫要求落实往返地健康管理措施。

密切关注境外疫情流行趋势

当前全球正处于新冠肺炎疫情大流行阶段，境外疫情防控形势严峻复杂，不同国家和地区采取不同的旅行限制措施，出入境前后可能需实行28天的隔离医学观察措施，严重影响短期跨境旅游的体验。

因此，元旦、春节期间不建议公众出境旅游，尤其是老年人、孕妇，以及患有基础性疾病的公众。如确需前往，要详细了解目的地国家和地区疫情形势状况及相关防控政策措施，返回公司时严格按照防疫规定落实相关健康管理措施。



公司防疫要求

密切关注进口冷链食品安全

节假日期间需要注意冷冻（藏）食品安全，密切关注政府部门发布的进口食品检疫信息。注意养成个人良好的饮食习惯，食品烹饪前要彻底清洗干净，吃的食物要煮熟煮透，尤其是进口类产品，以及生蚝等贝壳类海产品，不吃变质、不洁食物。

少聚集不扎堆

春节临近，人员流动和聚集增加，为降低疫情传播风险，建议少聚集，不扎堆，少去人群密集场所。聚会、聚餐时优先选择通风良好的场所，做好个人防护，保持安全距离，缩短活动时间。有发热、咳嗽等不适症状的人员，避免参加聚集性活动。



公司防疫要求

出行返程后健康管理

出行归来后做好个人健康监测，应自我观察14天，一旦出现发热、干咳等身体不适，及时就医并主动告知医生14天内旅居史。同时主动报告，不带病上班。

对于境外旅行（澳门除外）人员，应按照相关防疫规定，实行14天隔离医学观察。



The background is a vibrant red with a pattern of falling white petals. At the top, there are red curtains. Two large red lanterns with white floral patterns hang on the left and right sides. In the center, there is a dark red rectangular frame with a lighter red background. Inside the frame, there are seven small red lanterns hanging in a row. The number '04' is prominently displayed in the center of the frame.

04

个人防护要点



个人防护要点

戴口罩、常通风、勤洗手
不扎堆、保清洁、保距离





个人防护要点

七步洗手法的口诀和要领

- (1) 内：手掌相对揉搓；
- (2) 外：手心揉搓手背；
- (3) 夹：掌心相对，手指交叉揉搓；
- (4) 弓：弓起手指，双手互握，揉搓骨头突出部位；
- (5) 大：一只手握住另一只手的拇指转动揉搓；
- (6) 立：五指并拢，将指尖立于另一掌心处，旋转揉搓；
- (7) 腕：一只手握住另一只手的腕部，并旋转揉搓。

哪些时刻需要洗手

- (1) 传递文件前后；
- (2) 在咳嗽或打喷嚏后；
- (3) 在制备食品之前、期间和之后；
- (4) 吃饭前；
- (5) 上厕所后；
- (6) 手脏时；
- (7) 在接触他人后；
- (8) 接触过动物之后；
- (9) 外出回来后。



个人防护要点

正确使用口罩



(1) 不管是一次性口罩，还是医用口罩，都是有正反面的。就拿一次性口罩来说，大部分颜色深的是正面，正面应该朝外，具体请阅读口罩包装上的说明书；

(2) 注意带有金属条的部分应该在口罩的上方，不要戴反了。分清楚口罩的正面、反面、上端、下端后，先将手洗干净，确定口罩是否正确之后，将两端的绳子挂在耳朵上；

(3) 将口罩佩戴完毕后，需要用双手压紧鼻梁两侧的金属条，使口罩上端紧贴鼻梁，然后向下拉伸口罩，使口罩不留有褶皱，最好覆盖住鼻子和嘴巴。



个人防护要点



拜年

提倡微信、电话、视频拜年的新风尚，减少人员流动与聚集;避免远距离长途旅行或探亲，降低出行风险，**鼓励在工作所在地就地过年。**

聚餐

家庭聚餐尽量在10人以内，不大办酒席，不举办、不参与大型聚集性活动。

大家一定要做好防护
2021，我们一起过个
平安健康年！

