

市疾控中心向全市人民发出疫情防控倡议

做自己健康的第一责任人

本报讯(全媒体记者 项珍)随着新冠肺炎疫情防控进入新阶段,市疾控中心向广大市民发出倡议,呼吁大家牢记十个疫情防控要点,积极行动起来,担负起护卫自身健康、家人健康和群众健康的责任,做自己健康的第一责任人。

倡议指出,要科学规范佩戴口罩。养成规范佩戴口罩、随身携带口罩的良好生活习惯。进入医疗机构、商场超市、学校、农贸市场等人员密集场所,乘坐公共交通工具,进入厢式电梯、公共卫生间等密闭空间,应全程规范佩戴口罩。就医时,建议佩戴医用外科口罩或N95口罩。口罩损坏、污染时要及时更换,每个口罩佩戴时间累计不超过8小时;要保持清洁勤洗手。清洁操作前、污染操作后、触摸公共设施后,要洗手或手消毒,外出返家后、护理病人后、咳嗽或打喷嚏后、做清洁后、清理垃圾后、餐前便后、接触

快递后,要洗手或手消毒。建议使用“流动水+肥皂或洗手液”洗手。不方便洗手时,可使用免洗手消毒剂进行手部清洁。避免用未清洁的手触摸口、眼、鼻;要勤开窗常通风。每日开窗通风2至3次,每次20至30分钟。温度适宜时,可使窗户常开;要牢记咳嗽礼仪。咳嗽打喷嚏时,用纸巾捂住口鼻,无纸巾时用手肘代替,注意不要乱丢纸巾;要减少接触少聚集。疫情期间,尽量减少聚餐聚会和走亲访友,非必要不到人群密集的场所,尽可能单位至家庭“两点一线”生活工作。排队、付款、交谈、运动、购物时,要保持1米以上社交距离;要坚持文明用餐。疫情期间,尽量减少堂食,用餐提倡公勺公筷,不混用餐具,分餐进食。

倡议提醒,清洁消毒不可少。日常保持房间整洁。马桶冲水前盖马桶盖,定期清洁消毒厕

所内卫生洁具和地面。收取快递时,用75%的酒精或含氯消毒剂等擦拭或喷洒快递外包装,拆封后及时丢弃外包装,并做好手卫生;健康生活要做到。健康饮食,戒烟限酒。加强身体锻炼,坚持作息规律,保证睡眠充足,增强个人体质,提高身体免疫机能。保持心态健康,避免焦虑和烦躁,做到劳逸结合;接种疫苗别忘了。积极主动接种新冠病毒疫苗,符合接种条件的人群“应接尽接”,加强全人群特别是老年人群免疫接种,降低重症率和死亡率,保护自身和家人生命健康,共筑全民免疫屏障;健康监测很重要。密切关注自身健康,做好健康监测,适量储备抗感冒、抗病毒、解热镇痛等常用药品。如出现发热、咳嗽、咽痛等症状,不要恐慌,可居家对症处置或口服药治疗,如出现持续高烧不退、呼吸困难等情况,及时就医。

安庆市一般公共预算
农林水支出78.9亿元
较上年增长20.6%

本报讯(全媒体记者 沈永亮 通讯员 张昊)记者从市财政部门获悉,截至11月底,安庆市一般公共预算农林水支出78.9亿元,较上年增长20.6%,为年初预算安排的114.2%,超序时进度22.5%。

今年以来,安庆市把农业农村领域作为一般公共预算优先保障对象,积极统筹财力,向农业农村倾斜,全力助推乡村振兴。年初全市一般公共预算农林水支出年初预算69.4亿元,比上年增加21.6亿元,同比增长45.2%。

今年安庆市积极鼓励各地有效整合涉农资金,五个脱贫县共计整合资金近2亿元;支持县(市、区)设立乡村振兴专项基金,目前桐城、宿松已设立乡村振兴专项基金;出台推进企业上市(挂牌)若干政策,支持涉农企业上市(挂牌);统筹财力支持巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接,各级财政衔接资金总计近19亿元,较2021年增加近8000万元,有力助推了乡村产业发展、人居环境整治、美丽乡村建设、高标准农田建设、农村道路管护、村级集体经济发展等。

安庆市还及时发放耕地地力保护补贴、稻谷补贴和实际种粮农民一次性补贴,累计超7亿元,比上年增加6582万元。为应对特大旱情,安庆市还安排下达抗旱救灾资金475万元,并积极争取农业生产和水利救灾资金1.1亿元,有力稳定了粮食生产。同时安排现代种业振兴、种养业提质增效、农业产业化发展等“两强一增”行动有关项目资金5100余万元,有力推进了农业高质量发展。

“阳过”到“阳康”,这份指南请收好

近期,不少新冠病毒阳性感染者经过居家治疗后逐渐康复。从“阳过”到“阳康”,这份指南请收好。

居家康复后何时可恢复正常生活?居家治疗人员若症状明显好转或无明显症状、自测抗原阴性并且连续两次新冠病毒核酸检测Ct值 ≥ 35 (两次检测间隔大于24小时),就可以恢复正常生活和外出。

感染期间接触过的物品是否会造成二次感染?风险很小。常温条件下新冠病毒在大部分物品表面存活时间短,在常温、干燥、硬质物体表面,2至3个小时就会失去活性,大部分在1天内就会失

活。需要注意痰液是病毒的“温床”,因为痰液能保持一定的温度和湿度,病毒在其中,特别是冬天气温低时,如果在还有水的环境下,那么存活十几天也有可能。

康复后如何进行室内消杀?一般重点对冰箱、洗手池、马桶、桌面、柜子等位置消毒,硬质物体表面可用酒精湿巾或含氯消毒液擦拭,衣物、床单被褥等棉质物品可正常清洗晾晒,加温清洗更易消毒。需要注意的是,对冰箱擦拭消毒前可拔掉冰箱电源,冰箱内未密闭包装的食物建议加热后食用,居家优先使用阳光暴晒、热力等物理消毒方法,做好通风换气。

康复后多久可以返岗?根据单位和个人实际情况确定。以下两种情况可作为适合返岗参考:一般青壮年发病7天后核酸逐渐转阴,传染性较低;体温恢复正常后再休息3天,嗓子疼和咳嗽不再影响睡眠时,说明基本恢复。返岗应坚持佩戴口罩,不降低防控标准。

康复后会重复感染吗?新冠病毒感染后并不能终生免疫。感染后再感染的风险主要与自身免疫力和间隔时间有关,一般半年内再感染的可能性很低,可半年后再接种一剂疫苗加强免疫,会获得更高的防护水平。

(全媒体记者 项珍 整理)

►良知 温暖 正义 力量

安庆晚报

传播力/引导力/影响力/公信力

一纸风行

国内统一刊号CN34-0074, 邮发代号25-122, 全年订价196元。



扫码订报

(请在付款备注上注明订报人姓名和手机号)

2023年度《安庆晚报》火热征订中!全市各邮政投递部、邮政营业网点均可订阅。

订阅服务热线:

市区:集贤路投递部 5323555 墨子巷投递部 5511018
开发区投递部 5349890 十里支局 5357007
县区:怀宁 4611640 太湖 4161013 宿松 7820366
潜山 8921241 望江 5790620 岳西 2178758

安庆市新闻传媒中心服务热线:5325918

华中路投递部 5560328
龙山支局 5261705
桐城 6209783

