

疫情期间， 乘车、外出就餐要注意什么？ 居家清洁消毒如何做？…… 答案都在这里

疫情期间，公众应做好哪些防疫措施？乘车、外出就餐有哪些注意事项？居家清洁怎么做？社区组织核酸检测时，要注意什么？……一起来看四川疾控专家的解答。

社区组织核酸检测时，公众在检测过程中要注意什么？

服从核酸检测安排，遵守秩序，全程不要用手触摸口眼鼻；

1 **采样前：**建议两小时之内最好不吃东西，这样避免采样过程中出现可能的呕吐、反胃等表现，提前30分钟不要喝水、不吃口香糖。规范佩戴口罩，与他人保持1米以上的距离尽量避免交谈；

采样后：立即戴好口罩，迅速离开采样区，也不要再在排队区逗留，嗓子如果不适，待回家后再处理，请勿在现场咳嗽、清嗓、吐痰；

回家后：将口罩丢弃到专用垃圾桶，立即用洗手液或肥皂洗手。

乘坐电梯应怎样做好个人防护？

2 **戴口罩，避拥挤。**应全程规范佩戴口罩，不要直接面对面接触其他乘客，错峰搭乘，发现其他等候者有咳嗽等症状时避免同乘；

少触摸，保距离。接触电梯按钮等公共表面提倡使用避污纸，电梯内尽量保持距离，不近身、不逗留；

勤洗手，讲卫生。乘坐电梯后应及时洗手，未清洁的手避免接触口、眼、鼻。

走楼梯，强身体。低楼层时，选择走楼梯，可以增强心肺功能，强身健体。

在外就餐需要注意哪些疫情防控事项？

3 疫情期间，倡导不聚集、少聚餐。如需外出就餐，请做好以下防控措施：主动配合做好亮码、扫码、测温等疫情防控措施，与他人保持安全距离；

点餐、候餐等非进食期间要佩戴口罩；

餐前要清洁双手，全程避免用手触碰口、眼、鼻；

使用公筷公勺，火锅、串串等现煮食物用专筷下菜，保证生熟分开；

就餐期间尽量减少交谈，控制用餐时间，餐后及时离开；

人多或餐厅通风不好时，建议打包带走；

尽量避免触碰门把手、按钮等公共设施，可用纸巾隔开，或触碰后及时洗手；

尽量选择扫码等非接触式支付方式。

新冠肺炎防控知识

4 面对疫情，公众应做好哪些防疫措施，保护自己及家人健康？

避免前往涉疫地区，确需出行的，请密切关注相关地区疫情最新情况，提前了解目的地防疫政策并合理规划出行路线，出行途中全程做好个人防护；

外省来(返)川人员，应提前了解我省疫情防控政策，来(返)川后暂时不与亲朋聚餐聚会，配合落实各项防控措施；

如有14天内到过涉疫地区、与病例活动轨迹有交集、收到提醒短信、健康码变色等情况，请做好个人防护，主动报备测核酸，配合做好疫情防控措施；

尽量不去人群密集场所，和他人保持安全社交距离，在进入人员密集的公共场所、室内公共场所、公共交通工具时要规范佩戴口罩；

遵守公共场所的公共秩序和防疫规定，配合做好测温、主动出示行程卡、扫场所码、登记等疫情防控措施；保持住所和办公场所通风良好，及时清理垃圾，做好清洁消毒；

加强自身和家人的健康状况监测，如有发热、咳嗽、咽痛等症状，要做好个人防护，及时到发热门诊就诊。

5 乘坐公交、地铁、网约车等出行要做好哪些疫情防控措施？

本地公交地铁：条件允许时错峰出行；无接触扫码购票；亮码扫码，配合体温检测，全程佩戴口罩；排队保持一米线，注意手卫生，避免用手触碰口、眼、鼻；

出租车、网约车：全程佩戴口罩；尽量不拼车，条件允许时开窗通风；注意手卫生，避免用手触碰口、眼、鼻；

长途公共交通：错峰出行，通过网络购票；做好健康登记申报，配合体温检测；全程佩戴口罩，带好备用口罩；排队保持一米线，注意手卫生，减少交谈，减少餐饮次数；出现异常症状时配合临时隔离。

6 预防新冠肺炎，居家清洁消毒应该怎么做？

勤通风，每天通风2~3次，每次不少于半小时；

居家清洁消毒。每天清洁按钮、门把手等经常触碰的环境物体表面，必要时(如有人来访后)可用含氯消毒剂擦拭消毒；

家用物品消毒。餐具采取煮沸消毒15分钟以上，手机、遥控器、鼠标等小件物品可用酒精湿巾擦拭消毒。

据四川疾控

分类投放垃圾 减少污染产生

