

入境人员7天自主健康观察期应该怎么做？

上海明确“六个不得”原则

本报讯（记者 左妍 郢阳）近日境外输入病例明显增加，目前上海针对入境人员实行“14+7”健康管理措施，即“14天集中隔离+7天自主健康观察”。7天自主健康观察期间具体应该怎么做？昨天，上海明确“六个不得”原则。

市卫健委主任邬惊雷表示，入境人员7天健康观察期间，要遵循“六不”原则：不得搭乘地铁、公交、轮渡等公共交通工具；不得聚餐、外出堂食；不得外出观影、观戏、观展；不得会客、参加聚会和讲座等人群聚集性活动；不得前往商场超市、办公楼、餐厅、游乐场等人群聚集场所；不得前往影剧院、棋牌室、KTV、剧本杀、密室逃脱等密闭环境。居家非必要不外出，尽量“一人一室”，与同住人保持一定距离。确需外出的，外出时严格落实佩戴口罩等个人防护措施，与他人保持一定距离。

1月11日，上海新增1例境外输入无症状感染者引发关注。这一无症状感染者为中国籍，自美国出发，于上月21日抵达浦东国际机场，入关后即被集中隔离观察，其间4次核酸检测结果均为阴性。在随后的7天健康观察期间，第2天核酸检测结果阴性，第7天核酸检测结果异常，诊断为无症状感染者。

目前国外疫情形势严峻，国内多地也出现疫情，邬惊雷提醒市民，戴口罩勤洗手等防护好习惯不能丢，“三件套”“五还要”依然要坚持。随着境外输入病例的增加，上海市公共卫生临床中心已统筹院内优质医疗资源，做好充分的人员和床位储备。患者治愈出院后，将转至隔离点继续隔离两周，其间卫生部门将开展定期核酸检测等随访管理。

张文宏 | 奥密克戎传播速度快，强化疫苗接种和防控策略

今天上午，国家传染病医学中心主任、华山医院感染科主任张文宏教授在其认证微博上发文表示，近期国际上处于新冠肆虐的极高风险期，输入性疫情的压力巨大。他表示，1月11日上海一例境外输入性无症状感染者在隔离期满后的7天健康监测期间，第7天核酸检测结果异常，引发一轮关注。其实这样的人境人员监测期出现状况按照常规处理就是，不必要过度解读。只是提醒相关人员今后一定要认真履行这个健康监测期，让自己更安全，让周边的人更安全。

张文宏表示，针对近日的本土疫情和网友关注的情况，他今天一早就在医院召集团队进行了讨论。目前，上海市公共卫生临床中心新冠病房的输入性感染者数量已经超过历史最高。与德尔塔相比，奥密克戎更快、更隐蔽，但是仍然具备不容忽视的杀伤力。疫苗和药物将是未来度过大流行、回归正常生活的核心科技支撑，中国的科技力量和防疫部队一样，一直在为全球顺利度过这场大流行，让国民免于传染病的恐惧而不懈努力。

国际的防控形势正处于极大的不确定和防控模式的快速转化之中，世卫组织更是针对奥密克戎发表了新的科学总结。具体来说，奥密克戎变异株毫无悬念地在进化中取代了新冠世界的老霸主德尔塔。奥密克戎的社区传播的发病率非常高，住院人数大幅上升已经在各国发生，并且还会加剧。由于预计奥密克戎传播会迅速增加病例数，卫生系统的压力将会显著增加。

张文宏表示，这种情况下，各国目前并非全面放开，而是根据医疗资源的挤兑程度实施适度收紧策略。世卫组织特别指出，在疫苗没有充分覆盖和医疗资源相对匮乏的地区，应该继续实施公共卫生与社会管理措施来降低奥密克戎的传播速度。疫苗针对奥密克戎的保护力出现了下降。早期的数据表明，疫苗在对抗奥密克戎感染、疾病和住院治疗方面不如对抗德尔塔病毒有效。与此同时，有证据表明，同源和异源加强接种可以增加疫苗效力，仍然可以维持对严重新冠的保护作用。

张文宏还说，这场疫情以来，目前的现象是充分接种过疫苗的年轻人绝大多数可以安然度过，而住院患者中大多是未接种疫苗者，同时年老、体弱与免疫低下的高危人群则是重症患者的主要人群。基于以上信息，可以判断出，当前新冠变异株引起的全球风险仍然很高。尽管有迹象表明病情严重程度较低，但奥密克戎在社区传播速度比德尔塔要快，会导致住院人数激增，给卫生系统和其他相关部门带来严重后果和负担。人类与奥密克戎的搏斗还处于最艰难的时刻。同时，也有迹象表明，情况在朝着有利于人类的方向发展。中国此时最佳的策略是保持战略定力与耐心，维持强化疫苗接种与公共卫生防控两手抓的策略，以时间换空间，最终在最合适的时间节点，以极低新冠死亡率顺利度过大流行期，逐步实现生活的正常化。

本报记者 左妍

春运临近
防疫当先

春运临近，防疫工作成为上海各大火车站的重中之重。今天上午，工作人员在铁路上海站候车室喷洒消毒液。春运期间，该站点日间将每2小时进行一次喷洒消毒加保洁擦抹消毒，并在晚间进行深度消毒1次。车站工作人员也加大巡逻频率，提醒旅客规范佩戴口罩。

本报记者 陈梦泽 摄影报道



新民眼

抗疫没有“局外人”
七天“六不”要守牢

方翔

2022年以来，在德尔塔变异株和奥密克戎变异株的双重影响下，全球新冠确诊病例大幅上升，特别是由于奥密克戎症状较轻，发现更难，更易传播，对于群体防范来说难度更大。受此影响，我国“外防输入”的压力明显加大，这也导致了国内疫情出现了多点散发的状态，甚至出现了聚集性疫情。加上春节将至，学生和务工人员返乡返沪逐渐增多，人员流动性增大，上海“外防输入”和“内防反弹”的压力陡升。除了明确入境人员7天自主健康观察期间“六个不得”之外，上海市卫健委主任邬惊雷还强调，市民做好防疫“三件套”也非常重要。

在上海坚持“外防输入、内防反弹”总体防控策略中，紧盯“入城口、落脚点、流动中、就业岗、学校门、监测哨”，落实属地、部门、单位和个人四方责任，这些“老生常谈”要“常谈”，千万不可“神抖抖”，不当回事。将各项措施落实落细，特别是对每个人来说，要做好自己的健康第一责任人。

2020年11月1日，《上海市公共卫生应急管理条例》正式实施。防疫“三件套”——佩戴口罩、个人卫生、保持社交距离，已被写入上海地方性法规，明确“在呼吸道传染病流行期间，进入公共场所应当按照要求佩戴口罩”。由此，上海成为全国乃至全球第一个将“戴口罩”写进法律的城市。生活在这个城市中的每个人，都是城市公共卫生的一道无形“防线”。良好的卫生习惯，是每个人手中最好的防御“武器”。

除了坚持“三件套”之外，日常生活要牢记“五还要”：防护口罩还要戴，社交距离还要留，咳嗽喷嚏还要遮，勤洗手还要洗，窗户门尽量还要开。春节假期将至，上海市健康促进中心提醒广大市民，除返乡探亲、必要公务等，非必要不离沪，旅途当中人群大量流动聚集，难免有风险。出行时，做好个人防护、手部消毒等，开展每日自主健康监测。减少非必要的聚集、聚会、年会等，聚餐时控制人数。

抗疫没有局外人。面对病毒，人人都要担起防疫责任。每个人都要做好自己的健康监测，如出现发热、咳嗽等症状，切勿擅自用药，戴好医用口罩，及时就近前往医疗机构发热门诊就诊。符合新冠疫苗接种条件的人，要及时接种加强针，落实常态化防控措施，加强免疫，加强保护。同时，面对流调，市民也要积极配合，协助疾控人员第一时间截断疫情传播，与疫情防控工作人员一起努力，共同守护城市公共卫生安全。

防控进入常态化，新冠病毒并未远去，虽然坚持“三件套”、牢记“五还要”等已经被大家熟记于心，但一再强调这些“非药物的预防措施”，在为自己穿上无形防护服的同时，也给别人筑起防火墙。

人民城市人民建。人民城市的公共卫生体系，其重要根基也是每个人的防疫责任心。如果每个环节、每个领域、每一个人，都把自己应该落实的防控要求能每天24小时、每周7天，不折不扣做到规范到位，不落一个细节，我们就一定能平安健康过新年。

昨新增本土124+9例

国家卫健委网站今早消息，1月12日0-24时，31个省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团报告新增本土确诊病例124例（河南76例，其中安阳市43例、许昌市28例、郑州市3例、信阳市1例、滑县1例；天津41例，其中津南区40例、河西区1例；陕西6例，均在西安市；广东1例，在深圳市），新增本土无症状感染者9例（天津5例，均在津南区；辽宁2例，均在大连市；广东1例，在深圳市；云南1例，在德宏傣族景颇族自治州）。

天津 上月23日以来超34万师生离津
疫情在元旦小长假期间已存在

在昨天下午天津举行的疫情防控发布会上，天津市卫生健康委副主任韩金艳介绍，截至昨天14时，天津共报告阳性新冠肺炎病毒感染者137例。

发布会通报，昨天起，天津全市大中小学进入寒假，所有学校一律实行封闭式管理。天津市教育工委专职副书记孙志良介绍，天津市大多数高校已于元旦前放假，大部分学生已离校返乡。市教育工委对2021年12月23日（含）以来离津师生员工进行摸排，确保实现离津师生员工“三个百分百”，即百分百通知到人、百分百面向社区报备、百分百开展核酸检测。截至昨天上午9时，天津市教育系统师生员工于2021年12月23日（含）以来离津总数345295人，其中，学生337212人，教职工8083人。离津学生在属地进行核酸检测329382人，占比97.7%；离津教职工在属地进行核酸检测7984人，占比98.8%。目前还有7929名离津师生员工未做核酸检测，其中90.6%的人已被属地防控部门安排居家隔离，其余745人正在等待核酸检测。

天津市疾病预防控制中心张颖表示，从整体疫情的发病曲线来看，疫情主要集中在1月8日、9日和10日这三天。经初步分析，通过流行病学调查显示，这起疫情在元旦小长假期间就已经在社区存在了。托管班在元旦小长假期间没有放假，孩子们参加托管班有可能接触到病毒。1月4日开学后，把病毒带到各自的学校，造成了班级里面或者其他班级的孩子感染。同班级同学校的孩子感染了之后，又带回到了自己的家庭，分布到了不同的社区。

大连 两例无症状感染者系从津返连
一人感染奥密克戎与津豫同源

昨天，大连新增2例本土无症状感染者。当天7时，大连市甘井子区在对天津市返连管控人员进行例行核酸检测时发现2人核酸检测结果阳性。经中国疾控中心确认，其中1例阳性感染者属于VOC/Omicron变异株（BA.1进化分支），与天津-河南安阳关联疫情指示病例感染的奥密克戎变异株高度同源。该2人系大学生朋友，曾于1月3日-8日在天津市津南区活动，于1月8日乘列车返连。