

师生每人每天一片应急口罩

市教委发布开学工作指南 为孩子安全提供最大保障

本报讯(记者 陆梓华)“我们将尽最大努力,安全、平稳、有序复学,也请社会各界尤其是家长和我们共同努力,一起为孩子们的安全提供最大保障。”在上午举行的市疫情防控新闻发布会上,市教委主任陆靖强调,本市将对学校实行比一般场所更严格的防控措施。

目前,《上海市高等学校和中等职业学校防控新冠肺炎疫情开学工作指南》《上海市中小学校和幼儿园防控新冠肺炎疫情开学工作指南》及相应修订版均已发布,对师生进出校门管理、晨检、健康巡查及日常消毒等各项防控措施及相关全员培训作出详细规定。在此基础上,各级各类学校按照“一校一策”要求制定返校复学方案,全面落实复学各环节防疫工作要求。

避免举办聚集性活动

《开学工作指南》和相关要求中,对学校防控物资的储备和供应、学校的重点防控举措等提出明确标准,其中包括:

- 在校师生按照每人每天一片的标准提供应急口罩;
- 食堂、宿舍、自习教室、洗手池及厕所等重点场所每日定时消毒;
- 在校师生超过100人的学校必须在校门口配备热像式筛检仪,保障学生快速通行;
- 所有学校都必须设置留观场所;
- 教室门口放置洗手液,学生进教室前先洗手;
- 学生分年级错时到校,分年级、分班级分批放学离校,因校制宜制定进校和离校工作预案,防止校门口出现学生和家长的集聚;
- 学生和老师进校时要测体温,提前提供“随申码/健康码”绿码;
- 在教室等人员密集场所佩戴口罩;
- 学校里尽量避免举办聚集性

活动;
■ 一旦有人出现身体异常情况,首先转移到留观场所,然后按照经疾控部门审定的程序进行后续处理。

原则上不进校接娃

根据要求,家长接送孩子时自己也要佩戴口罩,送孩子到校门口或接到孩子后要尽快离开,避免在校门口逗留、交谈。

接送学生的家长原则上不得入校,部分小学确需家长进校接孩子的,要制定专门预案,并向区教育局报备,区教育局要组织卫生、治安、交警等部门逐校进行现场指导,原则上进校接小孩家长一律核验身份(出入证和“绿码”)和检测体温,沿固定通道在固定区域等待,接完后对相关区域进行消毒。

食堂供餐以套餐为主

对于大家关心的用餐问题,中小学将因地制宜,采取食堂送餐、统一配餐、预约用餐、错峰用餐等各种方式,尽量避免集中就餐。高校和中职校将延长供餐时间,错峰、错时避免集中就餐,做好现场管控工作。

食堂主要以套餐形式供餐,鼓励自备餐具打包、分散进食。食堂提供洗手点,方便师生员工用餐前洗手。同时还将对食堂用餐场所的通风、消毒及食堂后厨的消毒、清洁。

不建议安排眼保健操

发布会上,市教育系统疫情防控专家组副组长、复旦大学上海医学院副院长吴凡建议,现阶段学校仍不宜安排学生在校内做眼保健操。

一方面由于佩戴口罩,有些动作无法操作;另一方面,口罩外侧是污染面,应避免接触。她建议,如果学校和家庭的距离走路可达,走路上下学是非常好的方法,既能锻炼身体,又能改善视力,一举多得。

发热千万不要上学

症状消失后48小时方可返校

本报讯(记者 陆梓华)申城学生返校后,一旦有发热等不适,应及时就医,待症状消失身体痊愈后方可返校。发热的学生症状消失后48小时方可返校,呕吐腹泻的学生症状消失后72小时方可返校。在今天上午举行的市疫情防控新闻发布会上,市教委主任陆靖表示,这是根据本市各级各类学校开学工作指南做出的规定。

市教育系统疫情防控专家组副组长、复旦大学上海医学院副院长吴凡表示,发现学生体温异常,首先要判断是真发烧还是假发烧——天热了,孩子们体温升高究竟是运动引起的还是其他原因引起的。老师应将其安排到暂时的隔离区域,等其平稳、安静下来了,再测体温。

如果真的出现了发热、干咳等症状,学校第一接报教职员要迅速安排有相关症状的学生至临时留观区,最重要的是要立即给发热学生戴上口罩。老师应立即通知学生家长,并指导家长或将学生送至发热门诊就医,并加强相关区域消毒等。一天里面同一个班级、同一个寝室出现3人以上发热、咳嗽症状,或者3天内有多个人(5例以上)患发热、咳嗽等与新型冠状病毒感染有

关的症状,应该立刻报告所在区教育局及疾控部门,学校要当即采取措施,将相关学生就地隔离,什么时候能够解除隔离由卫生疾控部门通知学校。

吴凡提醒家长,一旦孩子出现腹泻、发烧等症状,哪怕是轻微症状,有点“蔫”,家长也要关注一下孩子是否有发烧症状,带孩子及时就医并及时报告老师;出现任何健康异常,都要及时向老师报告,暂时勿让孩子去学校上学。

“一定要想到,不仅是为了自己孩子的健康,更是为了全校孩子的健康,承担一份社会责任。”吴凡强调,家长也要关注同住家人和家政服务人员身体状况。“一旦孩子和家里人出现健康异常情况,千万不要隐瞒,家长应该给孩子做出承担社会责任的榜样。如果因为隐瞒病情引起疫情暴发,家长是需要承担法律责任的。”

吴凡表示,从既往的全市层面的大数据平台来看,在呼吸性疾病高发季节,每天都有2%的比例会有因病缺勤缺课,这些并不是新冠肺炎。孩子出现症状并不需要特别紧张,更不宜在家长群中散布还未核实的信息,引起不必要的恐慌。

口罩做记号 出门测体温

10条复学提醒快收好



初三、高三下周开学,非毕业年级也分批返校在即,校园重启,家长们直呼,“神兽”终于要回笼了!但是,别以为“神兽”的移交过程很简单。尚处疫情防控期间,如何做好复课后的健康防护?上下学、在校期间有什么注意事项?对此,上海市疾控中心和上海市健康促进中心给出了详细的建议。

1 学习防疫知识,准备好物资

市健康促进中心开出一份“复课防疫必备物品清单”,建议家长及早为孩子准备一个小型化妆包并放置:一次性使用医用口罩,要选择合适的尺寸,确保口罩紧贴面部皮肤;75%的酒精棉片或消毒湿巾、免洗手消毒液等,让孩子在不方便洗手时也能保持手卫生;几个清洁的袋子,以便临时存放摘下的口罩。市疾控中心儿童青少年健康所副所长罗春燕主任医师告诉记者,开学前,家长需要和孩子强调防疫的重要性,教会孩子必要的防护方法,比如七步洗手法、戴和摘口罩的正确方法、咳嗽礼仪、上下学安全要点等。

“家长们还要给孩子做一些心理预期,比如戴口罩可能会有些不舒服,我们可以怎么做?哪些时间段要注意等等。其实就是培养孩子的一种自我保护的意识和自我管理的能力。”罗春燕说,复学后,学校为孩子们准备了口罩,但建议家长还是适当做好物资准备,同时,在自己孩子的口罩上做好记号,避免搞错。

此外,开学后长时间佩戴口罩,有些易过敏的孩子可能会闷出疹子、发痒,回家后家长也需要格外注意护理。

2 每天监测家庭成员的健康状况

罗春燕说,家长应当配合学校做好各项防控措施,尤其是每天早晨出门前要监测孩子的体温和身体状况,一旦有发热、咳嗽等症状,立即向老师请假,不要再去上学。

为了孩子的健康,大人本身也应当加强防护。正如华山医院感染科主任张文宏教授接受采访时说的,“孩子的感染不取决于孩子本身,取决于家长。最怕的是我们家长感染了,感染给孩子,孩子又传染给了别的同学。所以千万不要觉得把孩子送进学校就不管了,家长首先要做好自己的防护。”

3 着重培养孩子的卫生习惯

“之前孩子们一直在家,可能卫生习惯并没有太重视。趁着尚未开学,家长们可以着重培养孩子们的卫生习惯,及时纠正他们的坏习惯。”罗春燕提醒广大家长。

比如说,孩子出门时喜欢摸门把手、栏杆这些多人接触过的公共场合的物品,一定要加强引导,教育他们少接触甚至不接触此类物品。如果接触到了,要记得洗手。

培养孩子良好的卫生习惯,比家长过度防疫更实用。尤其要注意的是,孩子喜欢扎堆,开学后见到同学可能会很激动,一窝蜂地聚在一起玩耍,所以家长要提前教导孩子与同学们交流时保持一定距离。

4 尽量自己接送,乘校车要测体温

罗春燕建议家长们规划好上学路线。孩子上下学的出行,尽量选择步行或者私家车接送。如果要乘坐公共交通工具,一定要做好防护。上下学高峰,或者到了学校校门口等人员聚集的地方,戴好口罩,尽量避免不必要的接触。

开学后,部分学校会开校车。车辆每日消毒,但坐校车的孩子也要记得上车前测量体温,尽量隔开坐,戴好口罩。

在疫情防控期间,若无特殊情况家长一般不得进入学校,做到即送(接)即走、避免聚集。

5 错峰上下学,防止校门口扎堆
此前,如果学校里有流感、手足口等传染性疾病时,通常会让整个班级隔离,并且实行错峰放学。这个措施在开学后将继续沿用。学生分年级、分批次上下学,防止校门口交通拥挤、学生和大量聚集。

上学、放学途中确保家和学校“两点一线”,不在外逗留,尽量少去其他场所。

6 室内戴口罩,户外可适当摘口罩

上海市健康促进中心提醒,随身携带口罩是“头等大事”,进入教室等人多场所或与他人近距离接触(≤1米)时必须戴口罩,只有在户外、通风良好的场所运动时,才可摘下口罩,但要注意将口罩摘下时应当妥善保存,避免污染、弄丢或者和同学搞错。

同学重逢自然兴奋,但见面应避免拥抱、握手,仍需保持适当距离,减少呼吸道传染病感染风险,更不要组织和参加同学聚会等聚集性活动。

7 吃饭要错时,尽量一人一桌

罗春燕表示,学校复学后,吃午饭是个大问题。目前已要求所有学校采取错时、错峰、分散就餐模式,尽量一人一桌。“有条件的学校,可将学生分批,一部分带至无人的备用教室用餐;如果没有条件,也可安排部分学生先行用餐,另一部分则去学校的操场上活动,20分钟后交换批次。”同时,她还强调,吃饭过程中要避免扎堆和面对面就餐,避免说话交流。

8 教室加强通风,避免说话交流

教室、办公室、宿舍、图书馆、活动中心、食堂、洗手间等校内各类学习生活工作场所要加强通风换气。目前尚不需要开空调,课间尽量开窗通风。

9 如果有学生发烧,立即启动备用教室

开学后,要求班主任老师加强因病缺勤管理。各校实施“日日报”制度。春季是过敏及各种传染性疾病的高发季节,孩子易出现咳嗽、发热等症状。学校有晨检,一般发热情况的孩子不会到校上课。

罗春燕提醒,学生在校里要密切关注自身健康状况,出现发烧或身体不适时,及时告知老师,立即进入学校的隔离室,等待家长来接后立即就医。就诊记录也需要及时告知学校。

罗春燕还说,针对开学后可能出现的突发状况,已经做好了充分的预案。比如说,一个班级一天内3人发热或3天内5人发热,都属于聚集型发热,必须实施严格措施,让这些孩子立即戴好口罩前往校内隔离室。其他同学则到备用教室上课,避免与其他班级接触,直到患病孩子得到诊断,根据诊断结果采取相应的措施。

10 多吃蔬菜水果,补充蛋白质,提升免疫力

孩子们从宅家学习的懒散中跳出,调整到正常的开学状态,对家长来说,增强孩子的免疫力也是必不可少的。要给孩子调节作息习惯,饮食上保证充足的新鲜果蔬和优质蛋白的摄入,还要保障睡眠时间和加强锻炼。 首席记者 左妍

市健康促进中心
送上八句口诀

脏手不摸眼口鼻,
餐具毛巾不共用,
喷嚏咳嗽掩口鼻,
用过纸巾不乱丢;
学习生活有规律,
保证睡眠不熬夜,
荤素搭配多种类,
少喝饮料勤喝水。

邵晓艳 制图