

# 做实做细防控工作 保障师生健康安全 疾控中心专家为复学防控支招

记者 陈 敏 通讯员王 锋

学校很快要复学了，家长们开心之余却又顾虑重重：眼下疫情还未结束，学校将采取哪些措施？孩子们回到学校安全吗？需要全天戴口罩吗？上学途中该注意些什么？昨天，宁波市疾控中心相关专家接受了记者采访，对学校复学提出了一些建议。

## 学校将采取哪些措施保障师生健康安全？

在开学前，对即将返校的师生健康状况作全面排摸，按“一人一档”要求建立师生健康信息档案。在开学后，继续凭“健康码+测体温”受控入校，师生健康状况有异常的不得进校，对因病请假缺课的学生要追踪病因。由卫健部门向每所学校派驻1名医护人员，担任驻校的健康指导员，指导学校快速精准识别、及时规范处置在学期间突然发热的学生。近期组织学校加快完成校园环

境整治、消毒等开学准备工作，并由教育部门对照防疫标准核查验收，条件不具备的将不允许开学。

## 师生上课需要全天佩戴口罩吗？

师生可参照我省机关企事业单位及社会公众科学佩戴口罩指引要求使用口罩。同时鉴于地区与地区之间的疫情防控形势不同、学校规模不同，师生进入校园后是否需要统一佩戴口罩，具体由各地疫情防控领导小组研究确定。

根据《公众科学戴口罩指引》，如果是居家、户外或在无人聚集、通风良好的场所建议不戴口罩；在学校的教室等人员密集场所，在人员聚集或与其他人近距离接触（小于等于1米）时戴口罩。

## 上学途中要注意些什么？

上学途中学生应尽量采取步行或乘坐私家车上下学，如需乘坐公共交通工具时应全程佩戴口罩，保

持手的卫生，减少接触交通工具的公共物品和部位；要留意周围人员健康状况，避免与可疑症状人员近距离接触。

## 需要给孩子准备免洗手消毒液吗？

如果条件允许，可以为孩子准备并告知正确的使用方法，如果孩子年龄较小，不建议单独携带使用。学校也会配备足够数量的水龙头及肥皂（洗手液），提前教孩子掌握七步洗手法；洗手时，注意用流动水和洗手液（肥皂）清洗，洗手总时间至少20秒；养成良好的卫生习惯。

## 学生午饭怎么解决？

学生就餐问题，由每个学校根据实际情况和供餐条件来决定。如果学校有供餐条件的，要从开工、用工、采购、加工、售卖、洗消、用餐等环节严格把控，并经相关部门验收合格后方可供餐。

## 师生出现发热咳嗽怎么办？

检查发现有发热、咳嗽等症状，不应与其他师生接触，要佩戴医用外科口罩尽快就近到定点医院就诊；立即调查患病学生所在班级的师生近期是否出现类似的症状并向当地卫生部门报告。

在校期间，一旦出现发热、咳嗽等呼吸道症状的，学校应在第一时间将这些师生转移到学校临时隔离点，同时找到与这些师生有过密切接触的人员，叮嘱这些密切接触者戴上口罩，就地或集中医学观察，不得再与其他人员密切接触，并通知学生家长，同时报告当地卫生部门。

如果是确诊或疑似病例的密切接触者者需要由有关部门安排进行集中隔离。对于已排除新冠肺炎的可疑人员，出现发热、咳嗽、腹泻等症状者，有医院提供的医学证明，应待症状消失后、身体痊愈后再返校。

# 武汉“解封”，来甬人员通过核酸和血清检测后转绿码

本报讯 昨晚，市新型冠状病毒肺炎疫情防控工作领导小组办公室发布了《关于进一步明确武汉来甬人员及湖北返甬师生员工管理服务工作的通知》。根据省疫情防控办《关于完善武汉来浙人员“健康码”等管理机制的通知》文件精神，为切实防范新冠肺炎疫情反弹，积极稳妥推进武汉来甬人员和湖北来甬师生员工返甬返岗返乡，经市新型冠状病毒肺炎疫情防控工作领导小组同意，我市就进一步做好武汉来甬人员及湖北返甬师生员工管理服务提出明确要求。

## 一、加强武汉来甬人员管理服务

### （一）做好综合服务点设置

1.对4月8日0时起武汉通道管控解除后来自武汉地区的来甬人员，应第一时间转送到综合服务点，按规定开展核酸和血清学检测。各区县（市）、开发园区要选择科学、合理、规范的场所作为综合服务点，暂时留置武汉来甬人员，提供专业化的核酸和血清学检测服务。

2.各地要配齐配强综合服务点工作人员，配足消毒药品、个人防护用品和体温测量、采样检测等相关物资。

3.各地设立的综合服务点要全面贯彻“最多跑一次”改革理念，努力提供细致、快捷、柔性服务，做好临时留置人员的住宿、用餐等服务保障，科学安排有序进点，细致服务快速出点。要主动了解武汉来甬人员的意见建议，妥善协调解决合理诉求，积极做好沟通解释工作。

### （二）做好人员受控转送

1.全市范围内机场、火车站、汽车站等入甬通道要严格落实“扫健康码+核身份证+测体温”排查机制；高速出口按现有涉鄂重点车辆核查机制排查。各卡口核查武汉来甬人员过程中，体温正常的，由目的地政府（管委会）负责送到各自综合服务点；没有目的地的，由场站所在地政府（管委会）负责送到各自综合服务点。体温异常的，及时按规定处置。各地各有关部门要派工作队进驻机场、火车站、汽车站，统筹安排转运车辆及人员，做到“车等人”，尽量减少人员滞留卡口时间。

2.持续开展基层网格小周期滚动排查，发现武汉来甬人员未第一时间到综合服务点报到的，要立即报属地乡镇（街道），由属地乡镇

（街道）送至综合服务点，接受健康服务和检测。

### （三）做好人员医学检测

1.综合服务点接收武汉来甬人员后，工作人员应做好人员信息登记，及时安排进行核酸和血清学检测（若持有近14天内当地核酸或血清学检测阴性证明的，可免于检测相应项目）。

2.在两项检测结果报告出具前，综合服务点应为武汉来甬人员安排1人1间等候；需要留宿的，做好对临时留宿人员的服务工作。

3.核酸和血清学检测结果均阴性的，综合服务点工作人员应及时将人员检测信息汇总后推送给公安部门纳入“甬行码”绿码管理，予以放行；检测结果阳性的，立即按有关规定处置。综合服务点工作人员负责将相关人员信息及检测结果告知其目的地乡镇（街道）。

### （四）做好后续跟踪服务

各地乡镇（街道）、用人单位等责任主体对核酸和血清学检测均阴性的武汉来甬人员，要按规定实行14天健康监测。健康监测期间，武汉来甬人员除上岗外，应以居家为主，做好个人防护，实行“两点一线”上下班模式，减少不必要外出；每日2次向村（社区）或用人单位报告体温等健康状况。相关人员所居住的村（社区）在加强“健康码”管理的同时，要耐心提供服务流程引导，绝不允许有任何地域歧视。

## 二、加强湖北返甬师生员工管理服务

1.根据分类错峰开学安排，以开学报到日为时间节点，按时序对近14天来自湖北地区的所有师生员工开展返校前核酸和血清学检测，费用在学校公用经费中列支。

2.武汉来甬的师生员工，抵甬后应第一时间到综合服务点进行核酸和血清学检测；湖北其他地区来甬的师生员工，由教育部门会同卫生健康部门按照受控返校的原则，通知其到指定机构开展核酸和血清学检测，两项检测结果均阴性，且无发烧、咳嗽等身体异常情况的，可按要求返校。

3.各地各部门要根据各阶段返校开学师生人数和时间安排，科学、有序、安全地实施检测工作。要及时提醒有关师生员工主动做好赴指定机构检测途中的自我防护；检测后直至开学前，尽量减少不必要的外出，不参加人员聚集性活动，确保安全返校。



## “补能强链”

# 从“心”开始，送去战胜病魔的信念

## 最美战疫人 宁波白衣天使的湖北故事⑦

记者 黄合

即使已经返甬，市康宁医院副院长禹海航每天还是会花几个小时，在宁波医疗队负责的患者微信群里进行动态跟踪。

“绝大多数患者已病愈出院，但对于疫情带来的心理创伤，我们可以做的还有很多。”禹海航说。

2月9日，禹海航与护士潘斌彬、王兵兵、吴婷婷、陶佳、陈文波，随队来到武汉同济医院光谷院区，从“心”开始，为重症患者送去战胜病魔的信念。

## 身心同治，让悬着的心放下来

第一次穿上防护服，第一次进隔离病房，对于在精神科行医30年的禹海航来说，这一次零距离的战“疫”经历，特别难忘。

“我们刚到武汉时，一些本地医护人员已濒临崩溃，一些患者更是经历了前期的混沌，内心充满了恐惧和焦虑——需要治疗的不仅是身体，还有心灵。”禹海航说。

有的对声音高度敏感，天天抱怨病房里其他病人太少；有的精神高度紧张，哪怕他人提到个“死”字，就会条件反射产生过敏反应；有的则因焦虑情绪，产生胸闷、心慌等没有临床表现的感受……

为了帮助患者卸下心理负担，除电话微信交流外，禹海航每周都到隔离病房巡诊，在离患者最近的地方，倾听他们最真实的心声。同时，他采用一些心理疗法，帮助患

者走出心理阴霾。

有名41岁的患者家中有多人被确诊，还有两个年幼的孩子委托长辈照看着。虽然她努力强打精神，但天天得依靠安眠药入睡。

倾听、陪伴、开解、治疗。为了解开患者的心理症结，禹海航最长的一次咨询持续了77分钟，帮助患者从单一绝对化的思维模式中解放出来。几次咨询后，患者不仅睡觉不再依赖药物，就连之前因紧张带来的面部神经抽搐问题也解决了。

“以后我一定带孩子来宁波旅游，让他们到宁波求学、到宁波工作。”病愈出院后，这名患者特意给禹海航发来语音信息，再三表达对宁波这座城市的感谢。

## 相互信任，让医患关系更融洽

告别了仍在术后恢复期的父母，“80后”潘斌彬匆匆来到武汉。一进入病区，她就感受到困在隔离病房里的患者的孤独。他们一方面渴望有人陪着说说话；另一方面又心疼连续作战的医护人员，不想给他们过多的负担。

“我们进病房时，如果刚好碰到患者摘了口罩在吃饭，他们会主动说不好意思，为了保证你们的安全，能不能等会儿再进来。”潘斌斌说，这些细节让她非常感动。

和一般医护人员相比，来自康宁医院的护士能够对患者进行心理疏导、放松治疗和情感支持，帮助患者缓解焦虑情绪，更加积极地面向未来的人生。

3月底，一名患者想在出院前理个头发。原本这是个不可能完成的任务。毕竟隔离病房里除了仪器就是药品，在高度戒备的情况下，

许多生活需求退而求其次。

考虑到患者希望“从头开始”的心愿，陈文波主动将自己的电动理发刀贡献出来，亲自上手帮助这位患者理了个平头。

“医患建立相互信任的关系，肯定会给病情带来更为积极的影响。”禹海航说。除了巡诊，他还对其他医护人员进行培训，教授一些应用心理学的方法，使其和患者建立更为流畅的相处模式。

## 重压之下，医务工作者需自我调节

医生不是万能的。面对死亡和悲剧，他们同样会害怕，会焦虑，会遗憾。

频繁换班、日夜颠倒带来的失眠问题，自己尚不熟悉领域的适应过程，不同工作模式磨合带来的心理波动，创伤后应激障碍情形……对于这支年轻的医护队伍，心理考

## 援鄂勇士感言④

出于职业的本能，我加入了此次战“疫”。经过近2个月的战斗，从最初的忐忑不安到后来的从容淡定，我完成了一次飞速的成长，蜕变得更坚强，更有担当。同时武汉这座英雄的城市，留给了我太多的感动和回忆。

镇海区人民医院医疗集团总院急诊科护士 姚蕾

无意“梅”间春暗渡，赤诚一片“江城”赴，踏过樱花几度桥，最鄂一心“刘”真情。

宁波市医疗中心李惠利医院重症医学科主管护师 刘梅

验同样严峻。

“除了98名重症患者外，我还需要做好宁波医疗队268名队员的心理工作，手机24小时开通，确保任何问题在第一时间得到解决。”禹海航说。

一些护士担心成为队里首个感染者，在实际操作中容易陷入“过度防护”，有的不停测量体温，有的因紧张体温升高，还有一些产生了替代性创伤，陷入悲观情绪不可自拔……

“当你真正和病毒面对面的时候，害怕并不意味着懦弱，而是人趋利避害的本能。”禹海航说，这时需要通过预防和筛查，让医护人员的心理问题得到及时发现、及时处置。

但他同样认为，重压之下的自我调节，是医务人员成长的必经之路，在救死扶伤的过程中，一步步建立对职业的认同和热爱，这或许就是白衣天使的价值所在。

## 我们在层层防护隔离之下，给予着，也收获着

苟利国家生死以，岂因祸福避趋之，元宵夜火烛集义，义无反顾地奔赴抗疫一线，是我光荣的使命与责任，也是我终生难忘的温暖记忆。初心不忘，韶华未负。

宁波市第一医院重症医学科护师 叶晶

疫情就是命令，党员干部要带头冲锋。关键时刻，站得出来、冲得上、打得赢，才能给群众吃下定心丸。

奉化区人民医院医共体急诊科护师 程星

## 宁波出境邮件中欧班列 新邮路正式开通

本报讯（记者孙佳丽 通讯员周军 陆辰泽）昨日，经宁波邮局海关监管验放的近8吨国际邮件自宁波国际邮件互换局启运，经转关运输至义乌国际邮件互换局后，将通过中欧班列运往欧洲及“一带一路”沿线各国。

据介绍，该批国际邮件共计17977个出境邮包，主要涉及服装、日用品、防疫物资等类别，目的地包括西班牙、意大利等14个国家。这是宁波地区国际邮件首次经由铁路联运方式输往境外，标志着宁波出境邮件中欧班列新邮路正式开通。

近期，随着疫情在全球不断蔓

延，进出境国际航班大幅减少，以往以航空联运为主的出境邮路受阻严重，对依赖邮递物流的中小出口企业恢复生产发展业务造成了较大影响。为此，宁波海关主动服务，将邮运出口通路瞄向了中欧班列大通道。

“我们已积极与杭州海关沟通协作，建立跨关区运邮监管联系协作机制，并在业务现场提前做好对口衔接、物流备案、监管作业等各项准备，推动新辟出境邮件中欧班列邮路尽速落地，以解邮政物流、中小出口企业的燃眉之急。”宁波邮局海关相关负责人说。



宁波邮局海关关员监装邮袋上车。

（周军 孙佳丽 摄）