

# 市外来甬返甬人员

## 务必提前主动向所在社区报备

### 可通过“返甬码”

### 在抵甬24小时前内完成报备

### 并配合落实相应疫情防控措施

近期,全国多地报告了本土聚集性疫情,存在多条传播链,疫情防控形势严峻复杂。市外来甬返甬人员,务必提前主动向所在社区报备,可通过“返甬码”在抵甬24小时前内完成报备,并配合落实相应的疫情防控措施。

·7日内有疫情高风险区旅居史的来(返)甬人员:实施7天集中隔离医学观察;

·7日内有疫情中风险区旅居史的来(返)甬人员:实施7天居家隔离医学观察(如不具备条件,采

取集中隔离医学观察);

·7日内有低风险旅居史的来(返)甬人员:实施3天日常健康监测。

·其他省外来(返)甬人员应在抵甬后3小时内完成一次核酸“落地检”,其中:

①省内市外来返甬人员实行3天2检(第1天,第3天);

②省外来甬人员在落实“3天3检”(抵甬3天内每天完成1次核酸检测)的基础上,建议抵甬后3天内尽量居家,非必要不外出,不

乘坐公共交通工具,不参加聚集性活动,每日做好自我健康监测,密切关注自己和家人的身体状况,一旦出现发热、干咳、乏力等症状,及时就医。(因疫情形势复杂多变,部分省外重点地区返甬人员请按照当地要求落实健康管理措施。)

希望广大市民积极配合疫情防控工作,进一步提高防范意识,持续做好个人日常防护,按要求参加常态化核酸检测。

据宁波发布

## 国庆期间宁波清运处置生活垃圾8.1万吨

国庆长假期间,宁波生活垃圾分类工作一如往昔,工作人员持续在线,7天共清运处置生活垃圾8.1万吨,日均1.15万吨。

昨天下午4点,海曙区生活垃圾收运车队的郭师傅刚刚收运完当天的最后一个点位,这7天他天天到岗在线。因为个别工友选择回乡探亲,他的工作略显忙碌,“我们提前做好收运人员和路线,照常每天上午下午各一趟,保证生活垃圾正常收运。”

记者从市城管生活垃圾分类指导中心了解到,长假期间,小部分从业人员回家探亲,各地在提前统计人员流动情况,在做好疫情防控工作同时,调整假期收运人员配置,安排好排班计划,保证假期生活垃圾的正常清运。末端处置场基本全员在岗,24小时保障垃圾处置。同时,源头桶边分类督导员基本照常在岗,帮助市民垃圾分类,不少社区还趁着国庆假期开展生活垃圾分类活动,进一步巩固市民垃圾分类意识,培养分类习惯。

记者 边城雨 通讯员 范奕齐 吴秉承



## 日湖公园“森林氧吧”宛如仙境

10月6日下午,日湖公园“森林氧吧”宛如仙境一般。随着一支支水雾从栈桥下涌出,顷刻间白雾一片,树林、小桥、草木、游人在雾中如梦如幻。

据现场工作人员介绍,“森林氧吧”的雾森系统设置在池子四周,每分钟喷射一次。国庆期间,此处藏匿在都市中的人造仙境每天会吸引许多市民前来打卡。如天气无风雨,每天上午9:00-10:30,下午3:00-4:30分两次呈现。 记者 胡龙召 摄



## 慈溪税务落实税费缓缴 赋能企业发展

为贯彻落实关于制造业中小微企业继续延缓缴纳部分税费优惠政策,国家税务总局慈溪市税务局发挥“青年惠企队”先锋力量,对重点企业进行对口辅导,确保优惠政策应享尽享。图为税务干部走访宁波华坤医疗器械有限公司,了解企业生产实际,宣传辅导缓缴政策。 通讯员 于晓辉 摄

## 宁波市急救中心长假接警数据出炉 车祸和酒精中毒居前二

医生:喝一次大酒,相当于得一次肝炎

国庆期间,宁波市民都平安健康过节了吗?记者从宁波市急救中心了解到,从10月1日0点到10月7日上午9点半,市急救中心接警最多的依旧是节假日的“千年冠亚军”——车祸和酒精中毒,分别有296起和93起,各占总报警数约24%和7.5%。

### 1 关于行车 不要乱动车祸伤者,有人员被卡车要加拨119

市急救中心调度科科长徐亚飞提醒,开车途中一定要注意行车安全,拥堵时切勿加塞图快或刷手机解闷。如果不幸发生车祸,切记不要乱动创伤患者,有人员被卡车内要加拨119。

此外,市急救中心医务科科长王钢也提醒市民,在拨打120求助时:

1. 务必清楚说明具体地点,如果施救者正忙于急救处置,身边人应帮忙向调度员说明地点,尽可能缩短急救人员耗时间在路上的时间;

2. 拨打120后,不要着急挂机,注意听取调度员的急救指导;挂机后也要保持电话畅通,方便调度员及时沟通问题;

3. 在不耽误必要急救处置的情况下,最好有人到主干道引导救护车,节省急救时间。

### 2 关于饮酒 醉酒后谨防呕吐物呛入气管或肺部

宁波大学医学院附属医院急诊科朱峰副主任医师说,急诊最常见的两种喝酒并发症,就是呕吐物呛到肺里引发吸入性肺炎、氧饱和度降低,和呕吐造成贲门撕裂、消化道大出血,另外还有酒精中毒、酒后外伤等。

如果身边有人饮酒后频繁呕吐,务必警惕两种情况:一是如果其昏睡不醒,务必调整好他的姿势,保证他呕吐时头偏向一侧或头低一点,切忌平躺,谨防呕吐物呛入气管或肺部;二是注意观察他的呕吐物颜色,如果喝的是白酒等浅色酒,呕吐物却带

有咖啡色或红色液体,就可能存在消化道出血,务必及时就医,如果喝的是红酒难以判断,为保险起见,建议也送医判断。

“喝一次大酒,相当于得一次肝炎。”宁波大学医学院附属医院中医科专家、中医学博士后樊金卿副主任中医师说,酒一定是少喝为好。

除了车祸和酒精中毒,节日期间市急救中心接警较多的呼吸困难和脑血管病,一般和基础性疾病有关,恶心呕吐则大多与节假日暴饮暴食、食物中毒脱不了干系。

宁大附院胃肠外科主任高峰建议:保持饮食清淡,少吃荤腥食物,多吃蔬菜、水果;避免只吃菜不吃主食或节后为了减肥不吃主食的习惯;注意节制饮食,暴饮暴食容易引起胃肠不适和其他消化系统疾病,轻则消化不良、拉肚子,重则引发急性胰腺炎等,可能危及生命;避免为了减肥放弃早餐,早餐除了能补充人体因为睡觉长时间消耗的能量,还能保护胃肠道,促进消化,减少胆结石。

记者 徐露清 通讯员 张宁 庞赞