

# 常见交通工具 这样合理防疫

《新冠肺炎疫情防护指导手册》针对不同场景给出了不同的防护意见

□半岛全媒体记者 王鑫鑫

新冠疫情之下,出行在所难免,所以防护就显得尤为重要。那么,乘坐飞机、公交车、出租车、地铁、火车等不同交通工具时,应分别注意什么?国家卫健委发布的最新版《新冠肺炎疫情防护指导手册》里,针对不同场景给出了不同的防护意见。

## 民航:飞行时使用最大通风量

工作人员疫苗接种,健康监测,对直接从事国际旅客、进口货物和航空器相关服务和保障的一线工作人员,如机场保洁、搬运、转运、地服等人员,要登记造册,实名制管理,进行健康监测。旅客体温检测、健康码查验,根据当地政府要求执行核酸检测阴性证明查验。按照不同的风险等级实施差异化、个体防护标准,加强个人防护。

国际地区航班实施分级差异化,具体内容及航班防控风险分级方法详见最新版《运输航空公司疫情防控技术指南》。加强航空器通风和清洁消毒,优化机上服务。航空器飞行过程中,在保障安全的前提下,使用最大通风量。选择适航的消毒产品,做好航空器清洁消毒。

加强机场通风和清洁消毒。旅客聚集重点区域建议每天至少进行两次环境消毒。需加强垃圾分类回收和清理,及时清运,做好无害化处理。机场为来自疫情严重国家或地区的航班设置专门停靠区

域,尽可能远机位停靠。机场为搭载可疑旅客及疫情严重国家地区入境航班的旅客设置隔离等待区域,提供餐食等基本生活保障。旅客下机时应佩戴医用外科口罩或以上级别的口罩,旅客离开隔离等待区域后应对该区域进行预防性清洁消毒。行李提取处应设立单独行李转盘,避免与其他航班旅客共同等候行李提取,减少人员交叉。

为入境航班机组人员设置专门快捷通道进行流行病学调查、核酸检测和查验,尽量避免与同机旅客混行。转运大厅用隔离带将旅客和机组通道分开,分区域等待,或采取分时段入境等方式,避免旅客与机组接触。入境保障区域工作人员应避免与旅客和其他人员同时混用公共设施,尽量固定工作及上下班路线,避免与为国内旅客提供服务的员工混流。入境保障区域的生活垃圾和医用垃圾。消毒后通过专用通道运输转运。如无法设置专用通道转运,应相对固定路线,错峰转运。国际国内航班服务保障人员不得混流。对机场直接服务国际入境旅客的相关人员(国际客运保障人员),按照“四指定”“四固定”“两集中”进行管理。

## 城市公共汽电车:乘客优先采用扫码等方式购票

工作人员接种疫苗,全程戴医用外科口罩或以上级别口罩,健康监测。乘客戴口罩。加强防疫管理。制定应急工作预案,落实主体责任,做好防疫物资储备,

加强人员健康培训。在自然温度、行驶速度等条件允许的情况下,加强通风换气。如使用空调系统,应保证供风安全。车辆每次出行载客前应对车厢进行预防性消毒,座椅套等织物应保持清洁,定期洗涤、消毒。车辆保持环境卫生整洁,及时清运垃圾,对座位、扶手等做好清洁。乘客优先采用扫码支付等非直接接触方式购票。根据客流情况,合理组织运力,降低车厢拥挤度。

加强手卫生。公共卫生间要配备足够的洗手液或手消毒剂。注意个人卫生,避免用未清洁的手触摸口、眼、鼻。加强健康宣教。利用海报、电子屏和宣传栏等方式开展新冠肺炎防控知识宣传。当出现新冠肺炎确诊病例、疑似病例和无症状感染者时,应在当地疾病预防控制机构的指导下,进行终末消毒。

## 出租汽车:建议乘客在后排落座

司机接种疫苗,全程戴医用外科口罩或以上级别口罩,健康监测。乘客核验健康码和戴口罩。运营车辆需配备口罩,手套和消毒剂等防疫物品。在气温、行驶速度等条件允许的情况下,建议首选开窗通风,如使用空调,建议采用外循环方式。每日运营前做好方向盘、车门把手等部位的清洗消毒,座椅套等织物应保持清洁,定期洗涤、消毒。运营过程中保持车辆卫生整洁,及时清理垃圾。建议乘客在后排落座。

注意个人卫生,避免用未清洁的手触摸口、眼、鼻。如有咳嗽等症状者搭乘

时,车辆及时开窗通风,并对接触过的物品表面(如:车门把手、方向盘和座椅等)进行消毒。出现呕吐物时,立即用一次性吸水材料加足量消毒剂或消毒干巾对呕吐物进行覆盖,清除呕吐物后,再对呕吐物污染过的地垫、车壁等进行消毒处理。

## 铁路客运:加强对火车站卫生间、电梯按钮等清洁消毒

工作人员接种疫苗,全程佩戴医用外科口罩或以上级别口罩,健康监测。验健康码和戴口罩。在工作期间全程戴颗粒物防护口罩,戴一次性手套。加强防疫管理。制定应急工作预案,落实主体责任,做好防疫物资储备,加强人员健康培训。

加强通风换气。首选自然通风。如使用空调,应保证供风安全。加强对火车站卫生间、电梯按钮等清洁消毒。座椅套等织物应保持清洁,定期洗涤和消毒处理。保持候车室和列车车厢等区域环境整洁,及时清理垃圾。推荐乘客网上购票,现场购票时与其他人保持1米以上距离,避免人群聚集。始发或者途经中,高风险地区车次应合理安排运力,通过售票尽可能安排乘客分散就坐。加强健康宣教,利用海报,电子屏和宣传栏等方式开展新冠肺炎防控知识宣传。客运站进出站口外设立应急区域,临时隔离出现发热、咳嗽等可疑症状的乘客。当出现新冠肺炎确诊病例、疑似病例和无症状感染者时,由铁路疾病预防控制中心进行终末消毒。

# 偏方“致”大病 差点要了命

八旬老人患带状疱疹 听信偏方致伤口感染腐烂

□半岛全媒体记者 王鑫鑫

很多人听说过“偏方治大病”,却未曾想到偏方也会“致”大病。家住西海岸新区的杨老太最近一段时间就让这偏方整得自己寝食难安、痛苦不堪。

杨老太今年83岁,一个多月前患上了带状疱疹,疼痛难忍,从不愿意到医院的她跟村里人打听了一个偏方,说用蜈蚣粉和上香油调成糊状,涂在腰部的疱疹上面就能治好。对偏方深信不疑的她立刻进行了尝试。没想到,涂了一段时间后,杨老太的疼痛不但没有减轻,反而越来越重,被香油糊着的疱疹伤口散发出难闻的气味。这时,杨老太才意识到,这伤口恐怕是感染了。无奈,她只好到村卫生室进

行诊治,连续静脉输液17天,伤口不但不见好转,每天还有大量渗液,疼得杨老太吃不下饭睡不好觉,叫苦连天。

看着老人如此受罪,杨老太的女儿心疼不已,考虑到老人不愿去医院,她想到通过康鸿医护预约,请护士上门为老人进行清创处理。青岛西海岸新区中心医院护理部接单后,详细跟杨老太女儿进行电话沟通,仔细询问老人病情,然后派单给普外一科。当天下午,新区中心医院普外一科伤口造口专科护士江雨辉自己驾车来到20多公里外的西海岸新区烟台东村杨老太家,上门为她进行清创处理。在杨老太家,江雨辉发现她的伤口情况的确有些复杂,整个腰部皮肤感染非常严重,而且伤口面积特别大。“大夫,你

可算是来了,晚上我疼得都睡不着觉,实在忍不住,我就嚎啕大哭啊……”老人看到江雨辉后情绪激动地说。

因为杨老太家炕比较矮,清创时间又比较长,江雨辉只能弯着腰给杨老太一点一点清理伤口的腐肉,然后在伤口处涂抹清创胶促进愈合,最后包扎好伤口,处理结束,先后用时一个多小时,江雨辉都累得直不起腰来。接着,她又耐心地劝说杨老太住院进行治疗,一直对医院心存忌惮的杨老太,看着已经累得汗涔涔的江雨辉,痛快地答应了。

随后,杨老太如约来到普外一科住院,看到笑容满面迎接自己的江雨辉,杨老太拉着她的手高兴地说“可算找着你了。”杨老太住院后,江雨辉按时为杨老

太进行清创换药,经过几天治疗,杨老太恢复很快,伤口不再剧烈疼痛,晚上睡觉平稳,食欲也大大增加,整个人看起来也精神多了。

杨老太伤口一天天好起来,作为老人的孩子们最为高兴,从当初怎么劝她都不到医院,到现在跟科室大夫护士们谈笑风生,杨老太心态上发生了根本的变化,她觉得这一切就是普外一科医护人员用真心换来的。“老人在家遭了很多罪,多亏江雨辉护士上门给换药,劝老人住院,避免留下后遗症以及感染引起其他疾病,还提醒我们第二天大雨,可以隔天再去住院,这才得到系统的治疗。”老人的女儿通过区长热线、微信及感谢信等多种方式表达心中的感激。

# 大夫在诊室“和面团”?

竟是中医妙用面团做“冰台” 进行脐灸疗法调理身体

□半岛全媒体记者 王鑫鑫

想必提起“面团”,大家都会想到吃,却想不到它还有治病的功效。如何妙用面团?它又会产生什么大作用呢?下面就让我们来探一下究竟。

近日,青岛大学附属青岛市第三人民医院针灸科接诊了一位年轻的王女士,王女士因产后开始出现下肢冰凉,严重的时候感到冷痛,并且伴有长期便秘,

感觉周身乏力,精力欠佳等症状,采用很多方法治疗都不见效果。王女士听朋友介绍来到市三医针灸科问诊。针灸科车少路大夫看到王女士面色暗黄,舌体胖大,舌质暗红,有瘀斑点,苔白腻,脉沉细滑无力。根据中医的辨证论治理念,车少路大夫用面团为王女士进行脐灸治疗。面团,就是用来做脐灸治疗的“冰台”。治疗一次后,王女士的双下肢明显有了热感,便秘明显缓解,体力较前增强,面色

稍黄较前有光泽,王女士非常开心,欲继续脐灸治疗。

从中医角度来看,面团是做脐灸治疗最好的介质工具,既可以防烫隔热,作用温和,舒适持久,又很安全,无毒副作用。脐灸,属于脐疗方式的一种,顾名思义,在肚脐上做艾灸,将艾炷放在面碗上,再将面碗放在肚脐上,在脐部运用艾灸的方式把对应疾病的药物通过熏灸肚脐的方式透达病所,可以增加治疗疾病的效果。

可为什么选肚脐呢?脐,即神阙穴,在任脉上,是任脉的阳穴,更是人体的长寿大穴,具有使人体真气充盈、精神饱满、体力充沛、腰肌强壮、面色红润、耳聪目明、轻身延年,并对腹痛肠鸣、水肿膨胀、泄痢脱肛、中风脱症等有独特的疗效。

别看一小小的面团,作用真是大,不仅是做脐灸治疗的重要工具,还具有温中健脾和胃的功效。当然发挥主要治疗作用的是脐灸这种治疗方式。