

始终保持高度警惕之心 始终恪尽防控之责

防控疫情需要每一个你!

市民生活自律十大指南,医学专家教你怎么做

■本报记者 唐闻佳

新冠病毒变异毒株德尔塔正在全球肆虐,成为当前全球疫情流行的最主要毒株。近期国内本土疫情几乎均由德尔塔变异株引发。鉴于德尔塔变异株的一些新特点,不少国家纷纷升级了原有的防疫策略,而所有公共卫生专家在一点上达成绝对共识——防控疫情,需要每一个你!

1 自己或家人从外地出差或旅游归来,所到地区列为中高风险地区,怎么办?

近期受国内本土疫情影响,中高风险地区在动态变化,市民一旦发现自己或家人曾与这些地区有“交集”,应主动前往医疗机构做一次体检性的核酸检测,排除疑问。如有发烧、咳嗽等症状,应就近及时前往发热门诊,早发现、早治疗,保护自己、保护家人,这也是应该承担的社会责任。

当前,上海共有156家核酸检测机构,市民可通过“随申办”“健康云”等发

布的核酸检测服务点信息提前网上预约,错峰预约,到场采样,不聚集。

到院就诊要做好个人防护,主动告知行程信息,不瞒报。目前全市共有127家发热门诊、225家发热门诊点。

2 近期去看病,有什么重要变化?

8月2日起,根据上海市卫健委、上海申康医院发展中心的有关要求,全市各医疗机构落实“双码”(行程码、随申码)验证。全市各级医疗机构收紧医院出入口管理,到院者要做好“五件套”的准备,包括测体温、戴口罩、问流行病学史、查验健康码、查验行程码。

医院提醒市民,近期到院就诊须严格做好个人防护,戴口罩、减少陪护人员、主动告知行程信息,切忌瞒报,这不仅耽误自己的病情,如果被迫查确诊妨碍公共安全,可能还要为此承担法律责任。

3 还可以去医院探望病人吗?

近期,上海各级医院纷纷发布最新门诊就诊和病房陪护探视等相关管理规定,包括对住院患者及陪护者要求看本市3日内核酸报告、疫苗接种情况等,病房区域尽量不陪护,不探视。

4 应对德尔塔变异株,“主动防护”要注意什么?

德尔塔变异株的传播途径还是经呼吸道飞沫和密切接触传播,接触病毒污染的物品也可能造成感染。市民需要更严格落实原有的个人防护策略,包括接种疫苗、戴口罩、勤洗手、不聚集等。

国家卫健委明确:新冠疫苗对德尔塔变异株仍有良好预防作用,但任何疫苗保护效力都难以达到100%,在没有形成免疫屏障的情况下,病毒依然容易传播,所以即便接种了疫苗,在进入人员密集或通风不良的公共场所,仍然要坚持正确佩戴口罩。

正确佩戴口罩不是将口罩戴上就完事,而是要将口、鼻、下巴完全包裹住才能保证防护效果。建议正确佩戴一次性医用口罩或更高防护级别的口罩。

5 当前有头疼脑热,可否自行购药“先吃了再说”?

8月3日,上海市药监局发布药店疫情防控提示,要求零售药店进一步落实《药店疫情防控技术指南》,对入店购药者逐一测温查码,询问是否购买“退烧止咳药”,将相关人员引导到专区(专柜)购买;购药者凡需购买“退烧止咳药”,应进

行症状和旅居史等关键信息询问,引导消费者登录“随申办”小程序关联电子身份证信息,通过系统进行人脸识别实名认证并填报个人相关信息,发现高度疑似情况第一时间报告有关部门。

生病不硬扛!药监部门提醒市民,如果出现发热、咳嗽、咽痛、乏力等症状,切勿擅自用药,应佩戴口罩,及时就近前往发热门诊(发热哨点诊室)就诊。

6 现阶段呼叫急救“120”,需要配合做些什么?

上海市医疗急救中心发布提醒,市民在完成调度员常规受理回答的基础上,要如实耐心配合疫情防控的相关流调工作,包括患者、家属或同住人近期旅居史、健康码、行程码信息、患者是否有核酸检测报告等。近期,市民乘坐救护车,原则上仅限一名家属随车陪同,陪乘人员和患者全程佩戴口罩(病情不允许除外),转院及康复出院患者也请配合流调,出示核酸检测报告与“双码”。

7 目前去商场、超市、电影院等公共场所,要做好哪些防护?

近期前往商场、电影院、剧场、菜场、超市等公共场所,乘坐公交车、地铁等公

共交通,应自觉遵守防疫措施,配合测温、戴好口罩,保持1米以上社交距离,与多人同处同一密闭空间时尤其要坚持戴口罩,远离有呼吸道症状人员。在室外,人多密集时,也要戴上口罩,不要怕“闷”,不要怕麻烦。不要前往空气不流通的密闭场所,比如人员众多的麻将室、前往公共场所时还要注意手卫生,勤洗手,不乱触碰公共物品,更不要用手摸口、鼻。

8 近期还可以外出吗?

7月29日,上海疫情防控领导小组专家组成员、复旦大学上海医学院副院长吴凡提醒广大市民,疫情防控形势依然严峻,非必要不前往疫情中高风险地区,非必要不出境。

9 病毒在变异,疫苗还有用吗?

针对国内有人提出“病毒一直在变异,疫苗是否还有用”的疑虑,上海市新冠肺炎医疗救治专家组组长、华山医院感染科主任张文宏在日前举行的上海市新冠肺炎疫情防控新闻发布会上主动回应:以疫苗作为主要武器,防止疫情特别是德尔塔变异株在全球范围扩散这一方法,是被全球科学家和各国政府以及世卫组织所认可的。

“病毒会不断变异,变异以后,疫苗对它的防控不是百分之百,越是防护的有效

率有所下降,我们的解决方法就是要进一步“扩大”疫苗接种,通过疫苗接种来对付病毒的变异。如果一旦世卫组织确认病毒变异已经完全逃避了疫苗对它的作用,也请大家放心,针对病毒的疫苗也会随之研发出来。所谓魔高一尺、道高一丈就是这个道理。”张文宏同时提醒:当前对德尔塔变异株,一是要坚决贯彻疫苗接种策略,二是大家要加强个人卫生,也就是反复强调的防疫“三件套”“五还要”。

10 早就接种了新冠疫苗,如今能否打第三针“加强针”?

关于“第三针”“加强针”是否有必要,是否要不同疫苗品牌“混打”、给什么人群先打等等,医学专家还在研究中。现在还没有足够的证据显示,需要对全人群都进行第三剂疫苗接种。当前,每个人的“防护服”就是在接种疫苗的基础上,坚持做好个人防护,不松懈,不麻痹。

张文宏说,要做好“与病毒共存”的准备,这其实是全球很多公共卫生专家的判断。我们得“学着继续好好生活”,在防疫上坚持自律,主动防护、主动接种疫苗、主动就医,“三个主动”无疑给未来一段时间“继续好好生活”提供了自律的具体内容。

所有上海市民,坚持防疫“三件套”“五还要”,规范佩戴口罩、保持社交距离、注意个人卫生。

本报记者周末走访申城重点商圈各大购物中心——

逛商场,市民自觉加一层“防护罩”

■本报首席记者 徐晶卉 见习记者 张天弛

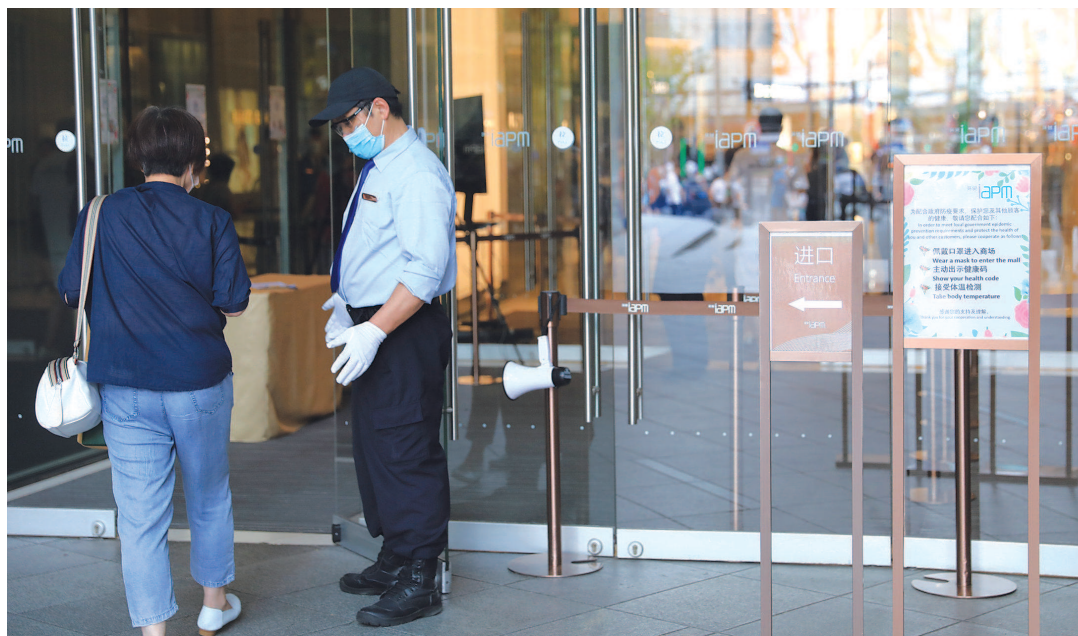
正值暑期放假,也是上海各大购物中心的促销“小旺季”,那么,面对复杂严峻的防疫形势,上海各大商场的“防疫之弦”是否绷紧了?

本报记者昨天走访全市重点商圈,从出入口、餐饮、消杀、展览、活动、消费者意识等多个维度,近距离观察各大购物中心的“防疫线”。从走访的整体情况看,各家商场正加大防控力度,牢牢绷紧疫情防控这根弦。逛店的消费者也自觉佩戴口罩,为自己添加“防护罩”。

测温+绿码“一个不能少”

百联又一城位于五角场商圈核心区,周六的客流量明显多于平时,防控措施已经升级。在商场车库,工作人员会对每辆车的司乘人员进行防疫核验后才放行。百联又一城营运部副经理江雯玉告诉记者,目前商场每个出入口都配备了“智能测温+人工测温”双重查验,顾客还需出示随申码绿码才能进入。商场内的广播系统和电子屏宣传则重新“上线”。宣传屏以红底白字醒目提示“请佩戴口罩,做好体温检测”。

徐家汇商圈各大商场入口处也都设有专员,对消费者进行测温、查看绿码。记者注意到,汇金百货入口处竖着一块提示牌,上面写着“进入商场,请出示健康码、佩戴口罩、配合测温”,还贴心附上随申办和行程码的二维码。而在港汇恒隆广场,工作人员用隔离带在商场门口分隔出进出两条通道,“这样既能保障门口畅



在商场入口处,工作人员时刻提醒顾客戴好口罩,并检查健康码、行程码等。本报记者 袁婧摄

通,也不易出现遗漏查看的情况。”工作人员说。

餐饮是购物中心的标配,由于用餐需要摘下口罩,这个区域也成为商场防疫最难的环节。餐厅聚集的衡山坊从入口处就加强了防疫措施。衡山坊位于天平路上的几个入口都已封闭,只留下一条通道,一名工作人员正对消费者进行测温,查看绿码后方可放行。

每逢周末,一些商场都会策划个性化的主题活动,防疫措施升级后,这些活动何去何从?位于大虹桥商圈的虹桥南丰城从7月中旬起推出“汪汪队立大功 城市联萌救援”主题活动。记者昨天在现场看到,活动区域已升级防疫要求,并贴出最新告示,参与不仅需要预约,还需提前测温、登记,在游玩时全程佩戴口罩,保持社交距

离,游玩前后使用免洗洗手液。工作人员介绍,如果碰到人流较多的情况,还会限流。

此外,一些大型策划活动也被取消了,大宁国际商业广场工作人员表示,已经第一时间暂停了客流较多的露天集市。

在“看不见的地方”做好消杀

在“看不见的地方”,商场的消毒消杀措施全面升级。上海环球港执行总经理苗翠艳告诉记者,商场已加强公共区域的消毒频次和力度,自动扶梯、电梯间等公共设施每日定时消杀擦拭3次。同时对空调通风系统及设备进行定期清洗、消毒、更换,并同步

加强货物、垃圾、外卖集中点的消毒。月星环球港设有疫苗接种点,目前已加大宣传力度,要求商场内工作人员做到“应接尽接”。

位于虹口区周家嘴路上演生活广场,工作人员每小时都会对公共区域做一次消毒,并对下沉式公共舞台和各楼层的休息区等人员接触较多的区域进行重点消毒。物业介绍,为避免人员聚集,商场在各个入口处都设置了“一米等候线”,外卖则采用无接触配送方式,一律不上楼,统一安排在指定的存放点。

消费者周末出门逛街,都戴好口罩了吗?记者在美罗城探访发现,不论大人小孩,消费者几乎都规范地佩戴上了口罩。在港汇恒隆广场的服饰区,各个品牌都在进门、结账柜台等区域提供免洗手液等服务。

■本报见习记者 王宛艺

社区,在疫情防控中发挥着重要阻击作用。记者昨天在走访中看到,社区的长者食堂、活动中心、卫生服务中心等“用防控与病毒赛跑”,一道道流程步骤毫不放松,一个个细节举措严格落实,一位位市民积极配合,织密社区疫情防控“安全网”,让老百姓生活安心、宽心。

长者食堂:每个流程不松懈,实现闭环

“体温正常,请佩戴口罩。”中午饭点刚到,在黄浦区五里桥街道社区长者食堂,家住附近的唐老伯就来吃午饭了。他顺利通过自动识别体温的智能测温装置,主动“亮”出健康码,并在工作人员的提示下佩戴好口罩进入食堂就餐,全程不到1分钟。针对一些没有智能手机的老人,工作人员会通过询问、沟通了解情况。

五里桥街道老龄化程度较高,60岁以上老人占比达40%以上,“为老一餐”成刚需。记者在现场看到,不仅出入口的源头把关更为严格,选菜区域也画出一米的间隔线,如有就餐者越线,工作人员会及时提醒。

相关负责人介绍,在工作人员和送餐人员每两周一次的例行核酸检测基础上,食堂还严格落实每日的环境消杀工作。同时,无论工作人员、送餐人员还是用餐人员,出入均需佩戴口罩、测量体温、检查绿码。“每个流程都做好防控措施,实现闭环。”除了堂吃,食堂更鼓励居民打包回家,管理方也将提供更多的外送到家服务。

活动中心:“口罩、测温、验码”成必备

在徐汇区天平街道66梧桐邻里汇,“戴口罩、测体温、健康码、行程码”成为来访居民的必备“四件套”。为方便群众快速配合查验,邻里汇在入口处还张贴“两码”的二维码。没带手机的人群,则必须登记地址、电话、身份证等信息。

运营管理服务负责人张璇介绍,邻里汇所有场馆目前均限流,每项活动从预约开始,把人数控制在30人以内,亲子活动控制在20人以内;场内桌椅拉开间距,所有场馆放置口罩、一次性洗手液等防护用品,活动前后严格施行消杀消毒;所有场馆保持通风。记者在现场看到,偶尔有居民因天气炎热,出现摘脱口罩或佩戴不规范等行为,现场工作人员立刻上前提醒。

卫生服务中心:每个细节严格把关

黄浦区打浦桥街道社区卫生服务中心近日进行了风险隐患自查整改、疫情防控培训、开展全覆盖的培训与实战演练。全方位自查中,医疗防控组严格落实首诊负责制,针对出入口管理、测温核码、流行病学调查、新冠疫苗接种及发热疑似患者闭环管理进行检查,现场查看流调、发热患者回访登记本等相关资料。后勤保障组则针对服务外包人员的健康防护、防控物资的保障、污水排放的监控、餐厅就餐的管理进行检查,提高后勤人员的防控意识,进一步规范防控工作流程。风险隐患自查整改之后,打浦桥社区卫生服务中心在中心哨点诊室模拟发现新冠可疑患者后,各部门根据之前的责任分工,对现场紧急处置开展了实战演练。除此之外,各科室还对日常健康监测、个人防护技能及科室内院感日常监督管理工作等方面进行深化培训。

织密社区“安全网”,与病毒赛跑

(上接第一版)

总部经济持续升级,营商环境不断优化

就在最近,60个外资项目在上海集中签约,投资总额58.5亿美元,涉及集成电路、生物医药、人工智能等重点产业项目;上海的总部经济也持续升级,截至6月底,跨国公司累计在沪设立地区总部达到802家,外资研发中心493家。

(上接第一版)但具体的重塑与纠偏,尚需偶像本身、平台方、舆论等多方面共同努力。

作为“饭圈”追逐的对象,偶像明星首先要遵纪守法,严于律己,以品德与艺能博取粉丝的喜爱。面对青少年粉丝群体、学校与家庭教育需要不断引导青少年树立正确偶像观,强化青少年对不良粉丝文化危害的认识。各大相关平台、社交媒体

上海:外资企业信心化作真金白银投资

迅速上升的数量中,也被注入了高质量发展动力。保时捷在上海设立地区总部;美国杜邦公司在沪设立全球研发中心;意大利船级社(中国)有限公司两年内连跳两级,把上海公司升级为亚太地区总部……上海依然是跨国公司全球布局的首选地和高质量外资的集聚地。

在上海“总部经济”越来越大的“朋

友圈”中,不少“新朋友”近悦远来。法国历史戏剧主题公园“狂人国”(Puy du Fou,又译“普德赋”)是全球唯一的戏剧主题公园。作为走出欧洲的第一步,普德赋在中国落地的首个项目选址上海徐汇区,总投资超过5亿元,将打造中法文化交流典范项目。普德赋亚洲董事局副主席赵崇逸说,将以上海为原点,把这种带着新型艺术设计理念的大型秀场带到中

国各大城市。

在上海“总部经济”越来越高的能级中,不少新模式在开放创新包容的市场中得到认可。2019年6月,强生(中国)投资有限公司将全球最大、亚太首家创新孵化器JLABS安家在上海张江,用两年时间走通了这条创新路。今年5月,强生成为首家获得上海市政府认定的外资开放式创新平台。截至目前,JLABS上海已

莫让失焦的偶像评价体系,拉低“饭圈”的价值底线

更需要营造风清气正的评价导向,让正能量舆论成为所有平台的真正“顶流”。

不过,人们在批评浮躁数据、呼唤实力派顶上流量巅峰的同时,也有专家提醒,“要透过数据的表象看问题本质”。中

国政法大学传播法研究中心副主任朱巍说:“必须注意,即便全新评价体系内加入了德、艺等重要指标,可能最终仍会以数字、等级等量化方式呈现到大众面前。数据本身不自带价值立场和道德立场,

但运用和推荐数据的人,可以有鲜明的价值取向、道德观念。”在他看来,真正将偶像评价体系带上正轨的“方向盘”,在乎相关平台方拥有怎样的动机和德行。上海政法学院教授章友德也认为,

入驻57家初创企业,获得超过24亿美元的融资。

为总部经济持续赋能,得益于不断优化的营商环境。市商务委相关负责人透露,在《外商投资法》《上海市外商投资条例》的基础上,今年6月中旬,《上海市外商投资企业投诉工作办法》出台,外商投资企业权益保护工作更加制度化、规范化。目前,“涉外服务专班”已整合全市25个部门的61类涉外服务事项,150多项办事内容,成为外资企业、境外人士了解政策、享受服务的重要窗口。

对于“饭圈”中的青少年,亟需由平台方运用规则、算法推荐等手段,将流量引向到更有价值的高地。“倘若某天的超话榜单、热搜榜单、明星榜单上,位列前排的是英雄、科学家、德艺双馨、社会正能量话题,那才是一个健康的评价体系奏效了。”在这方面,各社交媒体、各手机软件、各视频平台都责无旁贷,都可以有所作为。

体彩公报 排列3第21209期公告 中奖号码:654 直选每注奖金1040元 组选3每注奖金346元 组选6每注奖金173元 排列5第21209期公告 中奖号码:65492 每注奖金10000元 超级大乐透第21090期公告 中奖号码:06+07+19+26+32 06+12 一等奖2 10000000元 一等奖(追加)0 0元 二等奖236 46324元 二等奖(追加)80 37059元 三等奖330 10000元 四等奖1120 3000元 一等奖基金累积数:880472277.72元