

中国疾病预防控制中心发布国庆中秋出游提示：

避免非必要跨境旅游 可正常安排国内旅行



中国疾病预防控制中心22日在官网发布《2020年国庆中秋假期旅行卫生重点提示》，指出当前仍处于新型冠状病毒肺炎(国际通用名“2019冠状病毒病”，COVID-19)疫情全球大流行时期，尽量避免非必要的跨境旅游，可正常安排国内旅行，旅行期间要服从旅行目的地新冠防控工作的有关要求。

中国疾病预防控制中心提到四项重点风险提示，一是2020年国庆中秋期间我国境内旅行需要重点注意预防新型冠状病毒和诺如病毒感染、食物中毒。

二是目前我国境内各地均为新冠疫情的低风险地区，可以正常旅行，旅行期间要服从旅行目的地新冠防控工作的有关要求。同时准备免洗手消毒液、消毒湿巾、口罩等物品。旅游期间注意与他人保持距离，勤洗手，密闭和人群密集处佩戴口罩。

三是目前处于新冠疫情全球大流行，不同国家和地区采取不同的旅行限制措施，出入境前后可能最长需28天的隔离观察，会严重影响短期跨境旅游的体验。

四是节日期间聚餐和在外就餐机会增加，要注意预防诺如病毒病、食物中毒。不吃未烧熟煮透的食物、未经消毒的奶、未削皮的水果、生的蔬菜，不喝生水。不采摘、食用野生蘑菇和野生植物。外出就餐时，注意选择正规、卫生条件好的饭店或餐厅。

此外，中国疾病预防控制中心对相关风险的特征及具体预防措施进行了说明：

A 新型冠状病毒肺炎

我国内地报告从8月21日以来无本土感染的确诊病例或无症状感染者，8月29日起至今内地均为低风险地区。

境外疫情此起彼伏、持续蔓延扩散中。美洲区近期报告新增病例数有所下降，但仍是全球疫情最严重地区，每周报告新增病例数约为全球的一半。东南亚区疫情增速最快，每周新增报告病例数将要超过美洲地区，尤其是印度疫情持续明显上升。欧洲地区疫情5—6月略有下降后再次上升，迄今峰值已经超过春季且仍在上升中。东地中海区疫情在8月略有下降后再次上升，季节性的宗教和文化群众聚会、婚礼庆典和其他社会活动导致该地区疫情再次上升。西太区每百万人口的累计病例数和死亡数全球最低，近期疫情相对平稳。非洲地区疫情从7月底出现下降趋势。

B 食物中毒

5—10月为我国食物中毒高发月份。节日期间聚餐和在外就餐机会增加，在食品卫生状况不佳的情形下，食物中毒发生可能性会有所增加。

我国内地食物中毒以微生物性食物中毒事件起数和中毒人数最多，主要发生在餐饮服务单位和集体食堂，表现为

C 诺如病毒病

诺如病毒病暴发疫情主要发生在托幼机构或学校。旅行团、游轮、度假中心也常有诺如病毒病暴发疫情发生。近年来，我国报告数起国内外旅行团暴发诺如病毒病疫情。9月以来，全国已经报告超过30起诺如病毒病暴发，涉及病例约1500例，无死亡；主要发生在学校。

人们通常经过以下途径感染：食用或饮用被诺如病毒污染的食物或水、触

主要预防措施：
——我国内地目前均为低风险地区，可以正常旅行，旅行期间要服从旅行目的地新冠防控工作的有关要求。同时准备免洗手消毒液、消毒湿巾、口罩等物品。尽量减少去往封闭场所和人群聚集场所，减少聚餐。当本人出现发热症状或其他不适宜旅行的疾病时，应推迟或取消旅行。跨境旅游中，如果目的地要求旅行者入境后隔离医学观察14天，同时我国对入境人员也要隔离观察14天，出境前后最长可能需要28天的隔离观察，将严重影响短期旅行体验。因此建议个人权衡出行时间，尽量避免国庆中秋假期非必要的跨境旅行。

——旅行期间，乘坐飞机、火车等交通工具时要遵守秩序和乘务人员管理要求，全程佩戴口罩，做好手卫生，并妥善

集体进食同一种或多种受污染或变质食物后，多人集中发病。患者常在进餐后24小时内出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻等胃肠道症状；腹痛以上、中腹部持续或者阵发性绞痛多见，呕吐物多为进食之食物；常先吐后泻，每天腹泻数次至数十次，多为黄色稀便、水样或黏液便。

摸被病毒污染的物体或表面后将手指放入口中、接触病毒感染患者(如照顾患者、与患者分享食物或共用餐具)。最常见临床症状为呕吐和腹泻，其次为恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛，多数患者症状持续2—3天后恢复。极少数病例可发生重症甚至死亡。发生重症的高危人群为高龄老人和低龄儿童。

主要预防措施：注意洗手，尤其在如厕和更换尿布后，以及每次进食、准备和

保存票据以便查询。游玩过程中应有序排队，尽量保持1米以上的距离，在封闭场所和人员密集场所佩戴口罩。在餐厅内用餐建议间隔落座或同侧用餐，与其他人保持1米以上的距离。如旅途过程中出现发热、乏力、干咳等症状，应立即到就近的医疗机构就诊，取消或中止旅行。

——旅行归来，继续做好个人健康监测，应自我观察14天，一旦出现身体不适，及时就医并主动告知医生自己的旅行史。如果是境外旅行归国人员，应按照我国最新版新冠肺炎防控方案的要求，实行14天集中隔离医学观察，或者具备条件时、在自愿基础上实行“7+7”“2+1”的管理模式，即7天集中隔离和7天居家隔离，入境口岸海关核酸检测、入境地集中隔离后期核酸检测、居家隔离期满后核酸检测。

主要预防措施：注意饮食卫生，饭前便后要洗手。不吃未烧熟煮透的食物、未经消毒的奶、未削皮的水果、生的蔬菜，不喝生水。不采摘、食用野生蘑菇和野生植物。选择新鲜、安全的食品原料，加工时要注意生、熟分开。外出就餐时，注意选择正规、卫生条件好的饭店或餐厅。

加工食物前；水果和蔬菜食用前应认真清洗，牡蛎和其他贝类海产品应深度加工后食用；诺如病毒感染者患病期至康复后3天内不能准备和加工食物或陪护其他患者；被患者呕吐物或粪便污染的表面应及时用含氯漂白剂或其他有效消毒剂清洗消毒，并立即脱掉和清洗被污染的衣物或床单等，清洗时应戴上橡胶或一次性手套，并在清洗后认真洗手。

相关链接

疫情仍有反弹风险

今年中国国庆和中秋将同日而至，因为疫情“宅”了大半年的人大多正在策划未来8天假期的旅游或狂欢。但多位专家提醒，疫情还存在较大的反弹风险。

云南省卫健委日前通报瑞丽市出现2例确诊病例，均为从缅甸偷渡入境人员。如今虽然瑞丽全市核酸检测结果均为阴性，此次病例未出现传播现象，但正如中国疾控中心流行病学首席专家吴尊友所言，此次瑞丽出现的病例提示，边境防控依然存在漏洞和薄弱环节。

吉林省扶余市卫健局20日透露，一份外包装样本核酸检测阳性的进口鱿鱼须(10公斤)从长春流入该市，也再一次为海产品进口各环节的防疫敲响警钟。

多位专家表示，中国恐在未来相当长一段时间内都会存在疫情风险，这个风险主要来自于境外输入、一些容易疏漏的薄弱环节、极少数前期难以立刻确诊的无症状感染者，以及因对新冠病毒的未知带来的不确定因素。

不排除秋冬季局部暴发疫情的可能性

早一个月之前，中国疾控中心流行病学首席科学家曾光在接受记者采访时就表示，新冠肺炎在秋冬季形成流行高峰的可能性较大。

中国工程院院士钟南山在18日的一个健康论坛上也持类似观点。他称：“今冬明春新冠疫情应该还会继续存在，而且很可能发生局部地区的暴发。”他强调控制传染是今冬明春疫情防控的关键，尤其要警惕无症状感染者，其在出现症状前后5天传染性最强，病毒载量很高。

国家卫健委主任马晓伟日前也指出，当前疫情仍在全球蔓延，国内零星散发病例和局部暴发疫情的风险仍然存在，秋冬季新冠肺炎和流感等呼吸道疾病交织叠加，防控任务艰巨。

早在入秋之前，中国已就秋冬季疫情防控进行全面部署。9月18日，国务院联防联控机制再次召开秋冬季疫情防控专项督查工作动员培训会议，并宣布将于9月下旬开始对17个省份开展疫情防控专项督查，督促各地及时堵漏洞、补短板、强弱项，坚决防止秋冬季疫情反弹。

“双节”出游尽量避免前往边境地区

中国文旅部此前刚将旅游景区接待游客量上限由此前的50%上调至75%，或将带来“双节”假期国内旅游人数的爆发性增长。

文旅部日前发布国庆中秋假期景区开放管理工作的通知，也依然强调A级旅游景区需按“限量、预约、错峰”要求，做好各项防疫和管理措施。

吴尊友表示，中国陆路边境线绵长，相比空港，外防输入的压力和难度更大。此外中国周边一些国家疫情出现快速增长或反弹，加上对方一些边境地医疗资源不足、检测力量有限，需引起与之接壤的中国陆路边境城市的特别重视。他提示，“双节”假期，公众应尽量避免前往这些地区。

综合新华网、中新网消息