

优化落实疫情防控“新十条”发布

除养老院、福利院、医疗机构、托幼机构、中小学等特殊场所外，不要求提供核酸检测阴性证明，不查验健康码

新华社北京 12 月 7 日电 根据当前疫情形势和病毒变异情况，为更加科学精准防控，切实解决防控工作中存在的突出问题，国务院联防联控机制综合组 7 日公布《关于进一步优化落实新冠肺炎疫情防控措施的通知》。

通知指出，各地各有关部门要进一步提高政治站位，把思想和行动统一到党中央决策部署上来，坚持第九版防控方案、落实二十条优化措施、执行本通知要求，坚决纠正简单化、“一刀切”、层层加码等做法，反对和克服形式主义、官僚主义，抓严抓实抓细各项防控措施，最大程度保护人民生命安全和身体健康，最大限度减少疫情对经济社会发展的影响。

一是科学精准划分风险区域。按楼栋、单元、楼层、住户划定高风险区，不得随意扩大到小区、社区和街道（乡镇）等区域。不得采取各种形式的临时封控。

二是进一步优化核酸检测。不按行政区域开展全员核酸检测，进一步缩小核酸检测范围、减少频次。根据防疫工作需要，可开展抗原检测。对高风险岗位从业人员和高风险区人员按照有关规定进行核酸检测，其他人员愿检尽检。除养老院、福利院、医疗机构、托幼机构、中小学等特殊场所外，不要求提供核酸检测阴性证明，不查验健康码。重要机关、大型企业及一些特定场所可由属地自行确定防控措施。不再对跨地区流动人员查验核酸检测阴性证明和健康码，不再开展落

地检。

三是优化调整隔离方式。感染者要科学分类收治，具备居家隔离条件的无症状感染者和轻型病例一般采取居家隔离，也可自愿选择集中隔离收治。居家隔离期间加强健康监测，隔离第 6、7 天连续 2 次核酸检测 Ct 值≥35 解除隔离，病情加重的及时转定点医院治疗。具备居家隔离条件的密切接触者采取 5 天居家隔离，也可自愿选择集中隔离，第 5 天核酸检测阴性后解除隔离。

四是落实高风险区“快封快解”。连续 5 天没有新增感染者的高风险区，要及时解封。

五是保障群众基本购药需求。各地药店要正常运营，不得随意关停。不得限制群众线上线下购买退热、止咳、抗病毒、治感冒等非处方药物。

六是加快推进老年人新冠病毒疫苗接种。各地要坚持应接尽接原则，聚焦提高 60—79 岁人群接种率、加快提升 80 岁及以上人群接种率，作出专项安排。通过设立老年人绿色通道、临时接种点、流动接种车等措施，优化接种服务。要逐级开展接种禁忌判定的培训，指导医务人员科学判定接种禁忌。细化科普宣传，发动全社会力量参与动员老年人接种，各地可采取激励措施，调动老年人接种疫苗的积极性。

七是加强重点人群健康情况摸底及分类管

理。发挥基层医疗卫生机构“网底”和家庭医生健康“守门人”的作用，摸清辖区内患有心脑血管疾病、慢阻肺、糖尿病、慢性肾病、肿瘤、免疫功能缺陷等疾病的老年人及其新冠病毒疫苗接种情况，推进实施分级分类管理。

八是保障社会正常运转和基本医疗服务。非高风险区不得限制人员流动，不得停工、停产、停业。将医务人员、公安、交通物流、商超、保供、水电气暖等保障基本医疗服务和社会正常运转人员纳入“白名单”管理，相关人员做好个人防护、疫苗接种和健康监测，保障正常医疗服务和基本生活物资、水电气暖等供给，尽力维护正常生产工作秩序，及时解决群众提出的急难愁盼问题，切实满足疫情处置期间群众基本生活需求。

九是强化涉疫安全保障。严禁以各种方式封堵消防通道、单元门、小区门，确保群众看病就医、紧急避险等外出渠道通畅。推动建立社区与专门医疗机构的对接机制，为独居老人、未成年人、孕产妇、残疾人、慢性病患者等提供就医便利。强化对封控人员、患者和一线工作人员等的关心关爱和心理疏导。

十是进一步优化学校疫情防控工作。各地各校要坚决落实科学精准防控要求，没有疫情的学校要开展正常的线下教学活动，校园内超市、食堂、体育场馆、图书馆等要正常开放。有疫情的学校要精准划定风险区域，风险区域外仍要保证正常的教学、生活等秩序。

在坚持中赢得战略主动

——近三年来我国打好疫情防控攻坚战述评

这是一场异常艰巨的战“疫”。

近三年来，我国有效处置 100 多起聚集性疫情，在病毒最凶猛的阶段，有效保护 14 亿多人民的生命安全和身体健康，新冠发病、重症和死亡比例均处于全球最低水平。

近三年来，病毒弱了，我们强了。以争分夺秒的加速度，提升应对疫情大考的能力，我们等来新冠病毒的致病力下降。坚持边防控边研究，密切跟踪病毒变异，我们的疫苗、药物有了，救治能力提升了，平战结合的防疫本领强了，健康意识和素养提高了，这为进一步优化完善防控措施奠定了基础，创造了条件。

2022 年 11 月 10 日，习近平总书记主持召开中共中央政治局常务委员会会议。会议强调，按照疫情要防住、经济要稳住、发展要安全的要求，高效统筹疫情防控和经济社会发展，最大程度保护人民生命安全和身体健康，最大限度减少疫情对经济社会发展的影响。

最艰难的时刻，我们挺过来了！在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，运用好我国抗击疫情的制胜法宝，因时因势优化完善防控措施，我们一定能够以防控战略的稳定性、防控措施的灵活性，有效应对疫情形势的不确定性。

把人民生命安全和身体健康放在第一位

把人民生命安全和身体健康放在第一位——是我国制定疫情防控政策的首要考量，也是衡量疫情防控成效的重要标准。

世界卫生组织最新公布的数据显示，全球累计新冠确诊病例超过 6.41 亿例，死亡病例超过 662 万例。

中国是目前世界主要大国中新冠肺炎发病率最低、死亡人数最少的国家。尽管人均医疗资源、医学技术水平与发达国家相比有较大差距，但实现了人均预期寿命稳步上升，2020 年达到 77.93 岁，2021 年提高到 78.2 岁。

党中央统揽全局，以非常之举应对非常之事——

2020 年，大疫突袭，以习近平同志为核心的党中央果断决策：关闭离汉离鄂通道，实施史无前例的严格管控。

中共中央政治局常委会、政治局多次召开会议研究决策，领导组织党政军民学、东西南北中大会战；成立中央应对疫情工作领导小组，派出中央指导组，建立国务院联防联控机制……迅速打响疫情防控的人民战争、总体战、阻击战。

中国用 3 个月左右的时间取得了武汉保卫战、湖北保卫战的决定性成果，有效遏制了疫情大面积蔓延，有力改变了病毒传播的危险进程。

2021 年，德尔塔变异株带来的疫情一度波及 20 余个省份。中国迅速采取防控措施，有效处置 30 余起聚集性疫情。

进入 2022 年，奥密克戎变异株席卷全球。3 月，疫情波及我国多数省份。在党中央的坚强领导下，全国上下勠力同心，经受住了又一轮严峻的防控考验。

发挥制度优势，中国一次次将“不可能”变成“一定能”——

衡量一个国家的制度是否优越，一个重要方面就是看其在重大风险挑战面前，能不能号令四面、组织八方共同应对。

2020 年疫情暴发之初，医务工作者白衣执甲，人民子弟兵闻令即动，社区工作者、公安民警、基层干部和志愿者挺身而出、坚守一线……最精锐的力量向风暴之眼驰援，最优质

的资源向决战之地汇聚。

2021 年秋，一场疫情突至内蒙古额济纳旗，这个“面积比省大，人口比县少”的小城，滞留近万名游客。快速流调、大规模转运……约两周疫情就得到初步控制。

2022 年 3 月，吉林省疫情防控处于关键时期，十多个省份组建医疗队驰援……

千万条线拧成一股绳，紧紧抓住战“疫”主动权。

从病患救治到疫情排查，从复工复产到科研攻关，广大基层党组织冲锋陷阵，全国 400 多万名社区工作者坚守，数以百万计的普通人投入志愿服务……中国构筑起群防群治的坚强防线。

承诺绝不动摇，人民至上理念凝聚起团结伟力——

疫情发生之初的武汉，缺床位、缺医护、缺设备……重压如山。在这场生命大救援中，4 万多名医务人员毅然奔赴前线。从出生仅 30 多个小时的婴儿到 100 多岁的老人，不放弃每一个患者，总体治愈率达到 94%。

集中收治的新冠肺炎患者治疗费用由国家承担，全民免费接种疫苗，新冠治疗药物纳入医保……

让人民生命安全和身体健康得到最大限度保护——这就是世纪疫情面前的中国选择。

应对病毒变异不断提高科学精准防控本领

阿尔法、贝塔、伽马、德尔塔、奥密克戎……不断出现的新冠病毒变异株，让防控变得异常困难。

近三年来，我国经受住全球多轮疫情流行的冲击。

“坚持向科学要答案、要方法”“科学技术是人类同疾病斗争的锐利武器”“中西医结合、中西药并用”……中国始终强调科学精准防控。

病毒不断变化，不断完善疫情防护网——

2021 年下半年，德尔塔变异株疫情短时间内多点发生。全面激活应急指挥体系，组建流调专家队，迅速判定、排查和管控风险人员，最大限度减少疫情对经济社会发展的影响。

2022 年 3 月，奥密克戎变异株疫情来袭。不搞“大水漫灌”，核酸检测任务在 24 小时内完成；推广“抗原筛查、核酸诊断”监测模式，与病毒赛跑，采取坚决果断措施。

关键部署，彰显战“疫”长远眼光。

加强疫苗、快速检测试剂和药物研发等科技攻关，使防控工作更有针对性；启动全球最大规模疫苗接种……最新数据显示，我国全人群新冠疫苗完全接种率超过 90%。

保障民生供给，解决好群众急难愁盼——疫情下的民生保障，牵动万千关切。

中央和各地各部门及时推出保防控、惠民生重大举措，从支持企业复工复产、保障民用和生活物资供应，到打通物资配送“最后一公里”……中国一手抓精准防疫，一手抓民生保障。

国务院联防联控机制综合组派出工作组赴多个省份指导疫情处置工作，设立整治“层层加码”工作专班。在抓实防疫举措的同时，加强分析研判，防止防控简单化、“一刀切”，不断提高科学精准防控本领。

走小步、不停步，因时因势优化调整防控措施——

2020 年至 2022 年，疫情防控经历了突发疫情应急围堵、常态化疫情防控探索、全方位综合防控等不同阶段。

同持续变异的新冠病毒较量，关键就在于科学和精准。

2022 年 11 月，在第九版防控方案的基础上，二十条优化措施作出进一步完善。将风险区调整为“高、低”两类，高风险区一般以单元、楼栋为单位划定；不再判定密接的密接；取消入境航班熔断机制……

稳中求进、走小步不停步。新冠肺炎防控方案、诊疗方案的每一次优化调整，都经过了反复研判、科学论证，经受住了实践的检验。

努力用最小代价实现最大防控效果

防疫和发展，天平两端，重若千钧。

努力用最小代价实现最大防控效果，才能为经济社会正常运行创造根本条件。

2020 年 2 月 23 日，国内疫情防控紧要时，中央召开一场重要会议为统筹推进疫情防控和经济社会发展工作指明方向，让全国上下信心倍增。

顶住疫情压力，中国打赢脱贫攻坚战，全面建成小康社会，“十四五”实现良好开局，迈上全面建设社会主义现代化国家新征程。

从 2020 年成为全球率先实现经济正增长的主要经济体，到 2021 年经济规模突破 110 万亿元，两年平均增长 5.1%，再到 2022 年经济顶住压力、稳中求进……全力以赴答好统筹疫情防控和经济社会发展这道“加试题”，中国交出不凡答卷。

疫情越是反复延宕，越考验现代化治理能力——

一段时期以来，我国疫情“破防”，均由境外输入引发。针对口岸点多、线长、面广等防控难点，有关部门探索“一口岸一专班、一口岸一对策”。

推进改革完善疾病预防控制体系，建立平战结合的重大疫情防控救治体系，统筹常态化精准防控和应急处置……中国在抗疫实践中既重视补安全短板，又着眼长远织牢防护网。

风险挑战越多，越要打好战略主动战——

加快建设全国统一大市场；近三年为个体工商户减税降费超万亿元；“东数西算”等一批标志性重大工程为高质量发展积蓄能；神舟十五号载人飞船探苍穹，迈向高水平科技自立自强的步履坚实有力……

面对接踵而至的风险挑战，中国以科学之策应对非常之难，不断落实好“疫情要防住、经济要稳住、发展要安全”的要求。

主动识变应变，坚持中国抗疫自信——

近三年来，我国医疗卫生和疾控体系经受住了考验，也最大程度稳住了经济社会发展基本盘。

在与新冠病毒的较量中，中国主动识变应变，始终把人民群众生命安全和身体健康放在第一位。实践充分证明，党中央确定的疫情防控方针政策是正确的、科学的、有效的。

随着奥密克戎病毒致病性的减弱、疫苗接种的普及、防控经验的积累，我国疫情防控面临新形势新任务。

坚持边防控边研究，密切跟踪病毒变异，加强药物有效研发和储备，不断增强医疗救治能力，提高平战结合的防疫能力，进一步提升健康意识和素养……疫情防控是一项系统工程，推动防控措施持续优化，我们要做好充分准备。

在应对世纪疫情的风浪里，14 亿多中国人民乘坐一条命运与共的大船上。不断提升科学防控之智、统筹兼顾之谋、组织实施之能，我们就会取得应对世纪疫情的全面胜利。

（新华社北京 12 月 7 日电）

防控措施再优化，
你想知道的，都在这儿！

高风险区按楼栋、单元、楼层、住户划定，不得随意扩大。不得临时封控。



健康中国

防控措施再优化，
你想知道的，都在这儿！

优化接种服务，
提高老年人疫苗接种率。



健康中国

不按行政区域开展全员核酸检测，缩小范围，减少频次。不开展落地检。

高风险岗位从业人员、高风险区人员按规定检测。



健康中国

除养老院、福利院、医疗机构、托幼机构、中小学等特殊场所外，其他场所不查验核酸检测阴性证明和健康码。

重要机关、大型企业及一些特定场所可由属地自行确定防控措施。



健康中国

具备居家隔离条件的无症状感染者、轻型病例，密切接触者可居家，也可选择集中隔离。

没有疫情的学校开展正常线下教学，有疫情的学校精准划定风险区域。



健康中国

策划：国家卫生健康委宣传司
制作：中国健康教育中心

居家时判定感染了新冠病毒如何应对？

——权威专家回应防疫热点

奥密克戎病毒致病性在减弱，若居家时出现类似感冒的症状，如何判定是否感染了新冠病毒？若感染，服用中药要注意什么？国务院联防联控机制组织权威专家——首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉、北京大学第一医院感染科主任王贵强就公众关心的问题接受采访。

问：若居家时出现类似于感冒的症状，如何判定是否感染了新冠病毒？感染了如何应对？

王贵强：从当前全国病例来看，感染奥密克戎毒株后以上呼吸道症状为主，重症化的比例明显降低。随着疫苗接种的普及，逐渐形成了一定程度的免疫力，病毒致病力下降。

我们强调分层诊疗和救治，一般病人可居家观察治疗，重症或有重症风险的病人需到医院进一步诊治。居家时若出现发热咳嗽等症状，可用解热镇痛药，物理降温或者在医生的指导下吃一些中药、抗病毒药等，同时建

议抗原自测。

做完抗原检测后，如果是阳性应及时上传报备，并密切监测自己的身体状态，观察是否有异常症状，如果有明显的病情变化，比如呼吸困难、气短、基础病加重等，要及时跟社区医生联系报备，必要时到医院进一步诊疗救治。

问：若感染病毒，服用中药要注意什么？

刘清泉：从原始株到德尔塔再到奥密克戎，病毒的致病性越来越弱，而传染性强了。从中医角度看，核心病机的变化是一种风热夹湿夹毒的特征，表现出来的症状可能一是发热，热程大概是 1 至 2 天；二是咽喉疼痛、咽干；三是乏力，有些人会在发烧前或者发烧中出现骨节酸痛、全身酸痛等。随着 3 至 5 天的变化，这些症状会逐渐消失。

对这种风热引起的外感类疾病，治疗上一般给予病人具有疏风、清热、化湿、解毒、解表功效的这一类中成药。

（新华社北京 12 月 7 日电）