

海口江东新区筑牢疫情防控安全防线，确保重点项目建设有序推进

防疫生产两不误

本报海口8月10日讯（记者刘梦晓）自8月1日海口市新增新冠肺炎确诊病例以来，为做好疫情防控，保证项目在安全生产的前提下有序推进，位于海口江东新区的安置房6#地块、江东新区地下综合管廊项目（一期）——空港环路地下综合管廊等多个重点项目施工单位第一时间启动防疫预警，多措并举筑牢安全防线。

“针对近期疫情，我们把防疫工作作为一项常态化的工作来推进，采取包括加强人员进出管控等常规防疫措施。同时创新防疫措施，比如在洒水车里加入消毒液，在洒水降尘的同时进行消毒，做

到防疫降尘两不误。”8月10日，安置房6#地块项目业主单位海口江东新居第一置业有限公司相关负责人向海南日报记者介绍，该项目是海南自由贸易港建设项目2021年度第三批集中开工项目之一。工地在做好疫情防控工作，保障从业人员身体健康和生命安全的前提下，确保项目按进度实施。目前，项目建设处于基础及基坑支护施工阶段，施工进度正按计划稳步推进。

测温、消毒、进出登记……这是江东新区地下综合管廊项目（一期）——空港环路地下综合管廊项目每日必做的防疫“功课”。

“我们安排专人每日对工地的各个

角落进行两遍消毒，并做好每日测温和外来人员进场测温登记等工作。”空港环路地下综合管廊项目负责人表示，项目把疫情防控与工程推进两手抓、两不误，为项目建设营造安全有序的环境，全力以赴打好疫情防控攻坚战。

在做好科学疫情防控的同时，该项目也在稳步推进中。目前，中段综合管廊围护结构钢板桩累计完成1017根，支撑土方开挖累计完成8500立方米，降水井累计完成11座；西段综合管廊围护结构工法桩累计完成1155根，围护结构钢板桩累计完成480根，降水井完成累计完成18座。

记者了解到，当前在江东新区的多个建筑工地现场，项目施工单位采取了一系列措施加强防疫工作。如通过加强防疫宣传，在项目部和施工现场醒目位置摆放温馨提示牌；对施工现场进行封闭式管理，所有进入现场的施工人员，实行严格的测温登记监测制度，合格后方可进入现场作业。

同时，项目施工单位还加强重点区域的疫情防控，每日至少两次对办公场所、职工人员居住地、食堂等重点区域进行全面杀菌消毒。为了防止人员聚集，施工单位还组织工人采取错峰分餐制的就餐方式。

五指山

新增一家核酸检测实验室

本报讯（记者谢凯 特约记者刘钊）近日，五指山市疾病预防控制中心新冠病毒核酸检测实验室顺利通过专家组验收，将于8月13日投入使用。该实验室是五指山市第二家二级核酸检测实验室，将为当地疫情防控工作提供技术支撑。

据悉，该实验室占地134平方米，为一站式核酸检测，分为样品受理、试剂准备、标本制备、扩增分析4个区。实验室将配备6名专业操作人员通过咽拭子方式为检测人群进行检测，区域分工明确。

儋州

做好公共场所疫情防控

本报那大8月10日电（记者林书喜 特约记者李珂 通讯员罗鑫）8月10日，海南日报记者走进儋州市那大镇的夏日国际商业广场，按门卫要求测体温、戴口罩、扫健康码。近期以来，儋州市严格按照国家和省委、省政府的部署要求，紧盯重点部位、重点场所、重点人群，做好公共场所疫情防控。

采取强化督查检查等方式，儋州市压实行业主管部门疫情防控主体责任。

引导乘客主动亮码

8月7日，在海口35路公交车上，乘客出示健康码乘车。

据悉，海口公交通过张贴提示语，引导乘客主动亮码。司乘人员在查验健康码过程中，绿码方可乘车，黄码和红码禁止乘车。

海口市民直接打开“海口市公共交通集团有限公司”或“海南e出行”微信小程序，向司乘人员展示健康乘车码后再用该码进行扫码乘车，即可同时完成健康码查验、扫码实名登记和电子支付。

本报记者 袁琛
实习生 廖浩晟 文/图



H 全国疫情信息

国家卫健委：

9日新增新冠肺炎确诊病例143例 其中本土病例108例

福建）。

当日新增治愈出院病例44例，解除医学观察的密切接触者2488人，重症病例较前一日增加5例。

境外输入现有确诊病例720例（其中重症病例14例），现有疑似病例1例。累计确诊病例7709例，累计治愈出院病例6989例，无死亡病例。

截至8月9日24时，据31个省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团报告新增新冠肺炎确诊病例143例，其中境外输入病例35例（云南11例，上海9例，广东8例，福建3例，四川3例，陕西1例），本土病例108例（江苏50例，河南37例，湖北15例，湖南6例）；无新增死亡病例；新增疑似病例1例，为境外输入病例（在

告，现有确诊病例1702例（其中重症病例54例），累计治愈出院病例87631例，累计死亡病例4636例，累计报告确诊病例93969例，现有疑似病例2例。

累计追踪到密切接触者1131521人，尚在医学观察的密切接触者49980人。

31个省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团报告新增无症状感染者38例，其中境外输入18例，本土20例（湖北18例，河南2例）；当日转为确诊

病例44例（境外输入7例）；当日解除医学观察25例（均为境外输入）；尚在医学观察的无症状感染者501例（境外输入387例）。

累计收到港澳台地区通报确诊病例27868例。其中，香港特别行政区12015例（出院11725例，死亡212例），澳门特别行政区63例（出院57例），台湾地区15790例（出院13096例，死亡813例）。

河南无症状感染者转确诊病例37例 新增本土无症状感染者2例

例），新增本土无症状感染者2例（郑州市1例，驻马店市1例），无新增疑似病例。

7月31日至8月9日24时，累计报告本土确诊病例127例，本土无症状感染者16例。

截至2021年8月9日24时，河南省累计报告本地确诊病例1400例，其中死亡病例22例，出院病例1251例，现有住院病例127例。

累计报告境外输入确诊病例62例，44例出院，18例在院治疗。

河南省正在医学观察的无症状感染者49例（本土16例、境外输入33例）。

自2020年1月21日起，累计追踪到密切接触者43622人，尚在医学观察的密切接触者2039人。

海报防疫科普



如何克服“疫情焦虑”？

本报海口8月10日讯（记者马珂 实习生李成纬）“医生，最近我心慌心悸、全身乏力、晚上睡不了觉，总担心自己会不会感染新冠病毒。”近日，海口市民周女士走进了省安宁医院心理科，受近期疫情影响，她陷入了焦虑。海南日报记者了解到，疫情防控期间，会有部分市民产生焦虑情绪。

焦虑状态、焦虑症有何区别呢？

海南省安宁医院医学心理科主任、主任医师吴传东介绍，首先焦虑是最常见的一种情绪状态，比如快考试了，如果你觉得自己没复习好，就会紧张担心，这就是焦虑。这时，通常会抓紧时间复习应考，积极去做能减轻焦虑的事情。这种焦虑是一种保护性反应，也称为生理性焦虑。当焦虑的持续时间过长时，导致持久的精神痛苦，并不随客观问题的解决而消失。焦虑常常与人格特征有关，缺乏解决问题的功能，影响生活质量，就变成了病理性焦虑，称为焦虑症。符合相关诊断标准的话，则诊断为焦虑症。

焦虑状态是介于焦虑情绪和焦虑症之间的一种状态，比焦虑情绪重而较焦虑症轻，焦虑状态有明显的焦虑情绪，烦躁，易怒，紧张，坐立不安，伴随失眠以及一些身体的不舒服，如心慌、心悸、胸闷、乏力、出汗，但这些症状一般时间较短，可有一定诱因，比如该患者听到新冠肺炎疫情之后开始出现上述不舒服，且是时好时坏，大部分情况可以通过自我调节缓解。

如何调节当下新冠疫情可能带来的焦虑状态呢？

1.通过正规官网（如各级卫生健康委员会、疾病控制和预防中心或世界卫生组织）了解新冠肺炎正确信息，避免花大量时间浏览网络信息增加焦虑；每天查看一两次最新动态即可，不信谣、不传谣、不造谣。

2.通过降低风险缓解焦虑。降低风险的方法包括养成良好的卫生习惯（比如，勤洗手、多通风、公筷制，正确戴口罩；避免去人多的地方，外出与人保持1米的距离等）。

3.养成良好的生活习惯，增强抵抗力，包括锻炼、合理膳食，保持足够的睡眠，避免熬夜。

4.通过网络保持联系，如家人、朋友、同事等，以增强你的整体联系感，避免孤独和寂寞加剧焦虑。

5.充实自己的生活，转移对疫情的关注，比如运动、看书、听音乐、学习一项新技能等；创建一个关于其他话题的社交媒体会话，邀请朋友讨论其他话题，或者看你最喜欢的电视节目或电影。

6.正视自己的焦虑情绪，适度的负性情绪有助于我们提高对疫情的警惕，我们不必否定自己的这些情绪，但如果负性情绪影响到我们的正常生活，必须引起重视。我们可以尝试去表达和倾诉自己的感受，积极关注生活中的美好事情。

7.若难以摆脱的持续性或过度忧虑，使饮食习惯或睡眠模式发生重大变化，难以集中精力完成正常任务、持续性极度忧虑和绝望，或有自杀的想法，建议心理科就诊。

疫情期间乘坐公交车 请注意这些事项

本报海口8月10日讯（记者郭萃）8月9日，海口市交通运输和港航管理局发布通告，要求乘坐公共交通工具时，乘客必须全程佩戴防护口罩并主动出示健康码。海口公交集团也针对市民乘坐公交车时需注意的事项进行解答。



问：疫情期间，对上车的乘客有什么要求？

答：一是乘坐公交车必须全程佩戴口罩；二是主动出示健康码，配合司乘人员做好查验工作，健康码为“黄码”或“红码”的乘客不得乘坐公交车；三是扫描车辆贴粘的一车一码，以便追溯信息源。

问：对没有健康码的老人有什么应对措施？

答：对老人、中小学生乘坐公交车无法提供健康码的特殊群体，采取两种措施：一是对持有公交IC卡的老人、中小学生必须要求刷卡上车；二是公交线路运营车辆上备有记事本和笔，对未持有公交IC卡的老人、中小学生，司乘人员必须登记姓名、身份证号码（或现住家庭住址）、联系方式等信息，方可乘车，以便追溯信息源。

问：有哪些疫情防控举措？

答：严格落实司乘人员100%佩戴口罩，对司乘人员体温检测，确保服务市民的一线司乘人员疫苗接种率100%，司乘人员及管理人员全员进行核酸检测，检测率100%、合格率100%；

途经“三港一站”线路配备体温枪，落实重点区域体温检测工作；

对跨市县35路区间、55路、55路区间等10条公交线路进行临时调整，暂停跨市县运营，对“南宝花园”中风险地区途经的14路、15路、18路等11条公交线路采取跨站运营，对“高新区云龙产业园”风险地区途经的K1路公交线路进行临时调整，游5线路暂时停运；

所有公交车待发时，全部开窗，通风透气，并检查车辆空调，确保车辆通风设施完好，确保车内新鲜空气流通，针对重点交通枢纽站（如机场、港口、车站、大型公交枢纽站等）的车辆一趟一消毒，其他车辆一日一消毒，车内卫生一趟一清扫。