

面对德尔塔变异株， 中国疾控中心提示您这九点！

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

莫大意

个人防护莫放松

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

戴口罩

与人群距离1米、进入密
闭空间，都要戴好口罩

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

手卫生

遵循7步洗手法
搓洗要过20秒

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

打疫苗

疫苗仍然有良好的预防
和保护作用

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

一米线

避免拥挤，距离产生美

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

少聚集

人多地方要少去
拥挤场所请回避

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

多通风

每天至少开窗通风2次
一次不少于30分钟
减少在密闭空间停留时间

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

巧出行

错峰出行
或提前做好预约

面对传播速度快，体内复制快，
转阴时间长的德尔塔变异株，
我们要：

不隐瞒

自己或亲朋好友去过中高
风险地区，要及时报告

（来源：中国疾控动态、健康舟山）