

“双十一”快递包裹记得要这样拆



取件前

戴好口罩，可佩戴一次性手套，建议准备75%酒精。避开取件高峰，以免人群聚集。



取件时

推荐通过**快递柜**收取快递；若面对面取件，与快递员保持1米距离，减少交谈，避免身体直接接触，取件期间不用手触碰眼口鼻。



取件后

避免直接接触外包装，可对其进行喷洒消毒，做好手部消毒再取出物品。全部完成后及时**清洗或消毒**双手。尽量不将快递外包装带回家。

（来源：浙江新闻客户端）

外卖配送和快递从业人员 新冠肺炎疫情健康防护指南来了！

► 岗前防护准备

- 1 做好防疫物资储备。根据员工数量储备足够数量的疫情防控物资,包括消毒设备、消毒用品、口罩、手套、洗手液等。
- 2 保障员工每日防护用品。定期为工作人员分发口罩、手套、消毒剂等防疫物品,按照每工作4-6小时更换一次的频率进行发放。每日登记员工健康状况,测量体温,提醒员工如身体不适及时就医。
- 3 开展防疫知识培训宣传。外卖配送和快递从业人员知悉防疫要求,具备个人防护意识,熟悉应急处置流程,主动配合疫情防控工作。
- 4 员工做好自我健康管理。外卖配送和快递从业人员要及时了解外卖配送或所负责收发快递区域的疫情风险等级。上岗前检查工作服、口罩、手套和手消毒剂等个人防护用品的数量和质量,并测量体温,如出现体温异常,应当报告单位并及时就医。

► 业务配送、分发环节的个人防护

- 5 做好外卖和快递运送工具的清洁消毒。应当保持餐饮外卖的配送箱清洁消毒,避免餐食遗撒,提倡增加清洁消毒频次。对快递运送车辆的封闭式箱体、闸把、扶手等频繁接触的部位应当进行清洁消毒,可用有效氯500mg/L的含氯消毒剂擦拭消毒,作用30分钟后,用清水擦拭干净。
- 6 加强外卖和快递拣取、运送等环节的个人防护。外卖配送和快递从业人员在取外卖或快递以及装运过程中,应当佩戴口罩、手套。口罩或手套弄湿或弄脏后,应当及时更换。
- 7 分区放置外卖和快递,减少相互污染。餐饮外卖配送过程中,提倡将直接入口食品和非直接入口食品、需低温保存的食品和热食品,使用洁净的容器或者独立包装进行分隔。在快递装运过程中,要尽量将生鲜类与其他类快递分区放置。

- 8 减少直接用手接触公共设备或设施表面,及时做好手卫生。在外卖配送或上门收发快递过程中,尽量减少直接用手接触楼梯扶手、电梯按钮、门把手等公共设备和设施;如乘坐厢式电梯,要佩戴口罩、手套。
- 9 强化外卖配送和收发快递过程中个人防护意识。在与顾客签收外卖或快递过程中,要佩戴口罩、手套,减少直接接触,交谈时至少保持1米以上的社交距离。在医疗卫生机构等特殊场所外卖配送或收发快递后,要及时做好手卫生。
- 10 提倡采用非接触方式配送外卖和收发快递。中高风险地区,外卖配送和快递从业人员应当在与顾客协商同意的情况下,尽量采取无接触配送方式,减少人员接触。
- 11 优化外卖配送和快递收发服务。在配送汤汁类外卖或生鲜类快递过程中,要提前与收件人电话联系,确定交接方式,减少滞留时间。在运送过程中注意是否有液体渗漏。如有液体渗漏,要及时更换外卖外包装,并对运送工具进行清洁消毒。
- 12 加强就餐环节的个人防护。应当选择通风良好、干净卫生的餐厅(馆)。点餐时,应当选择非直接接触式付款方式。就餐前,应当先洗手或选用速干手消毒剂。
- 13 加强手卫生。去卫生间时,避免直接用手触摸门把手等公共设备,便后应当及时进行手卫生。
- 14 注意个人卫生习惯。避免用未清洁的手触摸口、眼、鼻,打喷嚏、咳嗽时用纸巾遮住口鼻或采用肘臂遮挡等。
- 15 减少聚集和近距离交谈。休息时,外卖配送和快递从业人员之间应当减少聚集,与他人交谈时至少保持1米以上的社交距离。尽量减少前往封闭、空气不流通的公共场所和人员密集的场所。

► 生活环境的卫生防护

- 16 加强室内空气流通。在温度适宜时,宿舍尽量采用自然通风,或使用排气扇加强空气流通。如使用分体式空调,应当在使用空调前对其进行清洁,使用过程中每运行2-3个小时开门或开窗进行通风换气20-30分钟。
- 17 保持宿舍环境整洁。安装防蚊防蝇装置,及时清理垃圾和杂物。卫生间应当干净整洁,确保洗手设施运行正常,并配备洗手液等洗手用品;注意检查下水管道、卫生间地漏等的U型管水封,缺水时及时补水。
- 18 做好清洁消毒。对电脑键盘、鼠标等高频接触物体表面,每天定期清洁消毒,可用有效氯500mg/L的含氯消毒剂擦拭消毒,作用30分钟后用清水擦拭干净。地面可用有效氯500mg/L的含氯消毒剂擦拭或喷洒消毒,作用30分钟后,用清水擦净。
- 19 及时清洗工作服、保洁用品等,定期消毒。工作服、拖布和抹布可用有效氯500-1000mg/L的含氯消毒剂浸泡30分钟,然后按常规清洗,晾干存放。

► 应急应对措施

- 20 外卖配送和快递从业人员上班时出现发热、干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、腹泻等疑似症状时,须主动报告单位并及时就医。尽量避免乘坐公交、地铁等公共交通工具,前往医院的路上和在医院内应当全程佩戴口罩。
- 21 当接触新冠肺炎疑似病例或确诊病例后,外卖配送和快递从业人员应当及时主动报告单位并配合做好密切接触者追踪和流行病学调查。

（来源：国家卫生健康委、中国疾控动态）