

乙类乙管

请收好这份防护指南

2023年1月8日起,新冠病毒感染调整为“乙类乙管”。这份个人防护指南请收好!

新冠康复者防护

做好防护措施预防二次感染

疫情期间预防二次感染最好的办法,仍是落实好防护措施,包括戴口罩、注意手卫生、勤通风、保持社交距离等

针对持续性症状积极干预

康复者出现的一些持续性症状还需要积极干预,促进身心恢复到较好的状态

循序渐进回归运动

在康复初期不适合进行剧烈运动,可以在居家环境中做一些轻度或者中度的运动,以此保持良好的体能和情绪

返岗初期避免加班熬夜

在返岗工作之初,从较轻的工作开始,逐步恢复到常态工作量和工作状态,避免紧张、加班、熬夜等行为

逐步恢复工作

恢复工作是循序渐进的,强度以不感到疲劳为标准。如有可能,可午休20-30分钟

个人日常防疫

接种疫苗,科学佩戴口罩

提前接种疫苗,科学佩戴口罩,勤洗手,注意咳嗽礼仪,少聚集

规律作息,健康饮食

保持规律作息、锻炼身体、多喝水、健康饮食、良好心态等健康生活方式

开窗通风,做好卫生

居家和工作场所定时开窗通风,做好居室日常卫生

感染者防疫

居家期间减少接触

居家期间,尽可能待在通风较好、相对独立的房间,减少与同住人员近距离接触

如条件允许使用单独的卫生间

避免与同住人员共用餐具、毛巾、床上用品等日常生活用品

非必要不外出

避免前往人群密集的公共场所,不参加聚集性活动

如需外出,应全程佩戴N95或KN95口罩

合理使用对症药物

根据相关指南合理使用对症治疗药物,做好自我健康监测,必要时及时就诊

陪护人员尽量固定

首选身体健康,完成全程疫苗接种及加强接种的人员

做好清洁和消毒

做好居室台面、门把手、电灯开关等接触频繁部位及浴室、卫生间等共用区域的清洁和消毒

根据疫情情况做好出行计划

出差或旅行前,关注目的地疫情流行情况,做好出行计划

乘坐公共交通佩戴口罩

乘坐飞机、高铁、火车、空调大巴等公共交通工具时,应佩戴口罩

做好健康监测

如出现发热、咳嗽等症状,进行抗原检测
如症状不重可居家治疗
如症状加重及时就诊

老人、孕妇、儿童等重点人群防疫

接种疫苗,减少重症

重症高风险人群尽快完成全程接种和加强免疫,降低重症发生风险

对高风险人群,在完成第一剂次加强免疫接种满6个月后,可进行第二剂次加强免疫接种

疫情流行期间减少外出

在疫情流行期间,尽量减少前往公共场所,确需前往应全程佩戴口罩

疫情流行期间不建议长途旅行

在疫情流行期间,不建议免疫力较弱的人群进行长途旅行

规律生活,保持卫生

保持生活规律和充足睡眠,注意咳嗽礼仪

做好居室、工作场所等区域通风换气和清洁消毒

物品保持干净整洁,及时清理垃圾

出现症状,及时检测

如出现发热、呼吸道感染等症状,及时开展抗原或核酸检测

合理用药,及时就诊

重点人群应根据相关指南合理使用对症治疗药物

注意药品适用人群范围和多种药品合并使用禁忌

患者本人或监护人要密切关注其健康状况,必要时及时就诊

需长期服药人员不可擅自停药

需长期服药的人员,不可擅自停药,做好个人防护后去附近的社区卫生服务机构取药,或经医生评估后开长期处方,减少就诊次数

治疗费用医保政策

新冠患者住院治疗费用

延续“乙类甲管”时的政策,全额保障新冠患者的住院费用

该政策以新冠患者入院时间计算,先行执行至2023年3月31日

新冠患者门急诊治疗费用

在基层医保定点医疗机构

参保患者发生的与新冠治疗有关的医保目录范围内门急诊费用,原则上不设起付线和封顶线,报销比例不低于70%

具体规定由地方医保部门商财政部门根据医保基金运行情况研究确定,先行执行至2023年3月31日

在其他医疗机构

参保患者发生的新型冠状病毒感染治疗门急诊费用,按照其他乙类传染病医保政策执行

新冠患者医保用药

临时扩大医保药品目录,先行执行至2023年3月31日

新型冠状病毒感染诊疗方案内包含的新冠治疗药品也实行医保临时支付政策

新冠患者在线诊疗

对于行业部门准许针对新冠感染开放的互联网首诊服务,按规定为符合条件的新冠患者提供医保移动支付结算服务

各地医保部门可按线上线下一致的原则配套互联网首诊医疗服务价格政策,报销标准与线下一致

新冠相关症状复诊服务,仍按现行互联网复诊报销政策执行