**昆明市疾控中心重要健康提示**

当前，国内疫情形势依然严峻复杂，周边省份多地报告本土疫情，部分地区仍呈快速增长态势，疫情防控压力不断增加。中秋节假期临近，为严防疫情输入扩散，切实保障市民朋友度过一个健康祥和的节日，根据云南省、昆明市疫情防控指挥部要求，结合当前疫情防控形势，昆明市疾控中心健康提示如下：

**一、入昆必报**所有来（返）昆人员须提前24小时通过“昆明健康宝”小程序或电话方式向目的地社区报备。

**二、入昆必检**7天内有省外旅居史的来（返）昆人员须持抵昆前48小时核酸检测阴性证明，其中拉萨、西宁、成都、贵阳、海口、三亚、乌鲁木齐、深圳等城市旅居史人员抵昆前48小时内须完成2次核酸检测（间隔24小时），抵昆后实行“落地检”和“3天2检”，即来（返）昆实行“落地检”后，间隔24小时再进行一次核酸检测。7天内有省外旅居史的来（返）昆人员，在抵昆后第2次核酸检测阴性结果出来前，不参加聚集性活动，不进入人员密集的公共场所，避免乘坐公共交通工具。必须外出时做好个人防护，按规定进行核酸检测。

**三、入昆必管**国内高风险区来（返）昆人员实施7天集中隔离医学观察,在集中隔离第1、2、3、5、7天各开展一次核酸检测。国内中风险区来（返）昆人员实施7天居家隔离医学观察, 在居家隔离医学观察第1、4、7天各开展一次核酸检测;如不具备居家隔离医学观察条件,采取集中隔离医学观察。国内低风险区来（返）昆人员3天内应完成2次核酸检测，第一次核酸检测应于抵昆后24小时内完成，并做好健康监测，建议在抵昆第7天再开展一次核酸检测。如抵昆前7天有西藏、青海、四川、贵州、新疆、海南等地旅居史，请配合做好集中、居家隔离、健康监测、核酸检测等健康管理措施。请及时关注昆明市发布的健康管理措施，将根据各地疫情风险形势进行动态调整。

**四、离昆管理**鼓励提倡广大市民朋友就地过节，特别是本土聚集性疫情期间。密切关注疫情形势，不前往高/中风险区，非必要不前往低风险区、实施静态管理区域、7日内新增新冠病毒感染者所在地市级行政区域。

**五、减少聚集**非必要不举办聚集性活动，尽量不要前往人员密集和密闭场所，尽量减少聚餐，节日期间尽量减少走亲访友，减少不必要人员流动。

**六、加强防护**坚持规范佩戴口罩，保持社交距离，注意个人卫生。如出现发热、咳嗽、咽痛等症状，及时到医疗机构发热门诊就诊，途中做好个人防护，避免乘坐公共交通工具。

**七、接种疫苗**目前接种新冠疫苗仍是预防和控制新冠肺炎最有效的手段，请符合条件的市民朋友尽快完成新冠疫苗全程接种及加强针接种。每个人是自己健康的第一责任人，请积极配合各地健康排查、健康码查验等疫情防控措施。来（返）昆人员如有不主动报备、隐瞒行踪、不配合落实疫情防控措施的，将承担相应法律责任。

昆明市疾病预防控制中心

2022年9月5日