

# 慎终如始 精准防控

# 广大市民 疫情防控

## 技术指南

**1** 做好自我健康监测，如出现发热、干咳、乏力、咽痛等症状须及时就医，不带病上班、上课。

**2** 做好个人防护，加强手卫生，规范佩戴口罩，避免参加聚会、聚餐、婚丧嫁娶等聚集性活动。

**3** 抵抗力差、患有基础性疾病的人群减少外出，不去人员密集尤其是通风不良的场所。

**4** 鼓励3岁以上适龄、无接种禁忌症、符合接种条件的人员接种新冠病毒疫苗。

**5** 保持正常生活规律，保证充足睡眠，清淡饮食，均衡营养。

大同日报 社宣

