



春节期间如何做好 呼吸道传染病防护

近期,云南省流疫情传播强度逐步回落,流行态势趋于缓和,但春节临近,走亲访友、聚会聚餐活动增多,假期出行带来人员大规模流动,商场、影院、景区等热门场所易出现人群聚集,呼吸道传染病传播风险大。为保障公众节日期间的身心健康,云南省疾病预防控制中心主任医师张丽芬、主管技师赵晓南为市民送上春节期间呼吸道传染病防护指南,提醒大家做好个人防护,平安过节。

春节期间的人员聚集和流动是呼吸道传染病传播的重要诱因,做好个人防护是降低感染风险的关键,市民需将防护措施落实到日常出行和生活的各个环节。

佩戴口罩是基础且有效的防护手段。市民在乘坐高铁、汽车、公交等公共交通工具时,以及前往商场、影院、医院、景区等人群密集或通风条件较差的场所,务必规范佩戴口罩,为自身健康筑牢第一道防线。

手部卫生同样不可忽视。日常生活中,双手会频繁接触各类公共物品,易沾染病菌,市民需养成勤洗手的好习惯,饭前便后、接触公共扶手、电梯按钮等物品,以及外出回家后,要立即用流动水配合肥皂或洗手液清洗双手,减少病菌经手传播的可能。

保持室内空气流通能有效降低环境中的病菌浓度。春节期间居家团聚时,要坚持每天定时开窗通风,每日通风2至3次,每次通风时间不少于30分钟,让新鲜空气进入室内,营造健康的居家环境。

减少与传染源的密切接触,能从源头降低感染概率。市民应尽量避免与出现发热、咳嗽、咽痛等呼吸道不适症状的人员近距离接触;老年人、儿童、孕产妇以及有基础疾病的高危人群,身体抵抗力相对较弱,要尽量减少不必要的外出,降低感染风险。

做好咳嗽礼仪,是守护他人健康的重要举措。在咳嗽或打喷嚏时,市民应用纸巾、手帕等遮挡口鼻,避免用手直接遮挡,防止飞沫传播病菌;若一时没有遮挡物,可弯曲手肘遮挡口鼻,事后及时做好手部清洁。

增强自身免疫力,是抵御传染病的内在核心。春节期间饮食和作息易不规律,市民要保持规律作息,避免熬夜和过度疲劳,让身体得到充分休息;饮食上均衡营养,避免暴饮暴食,多吃新鲜蔬菜水果,适量摄入蛋白质,为身体补充能量;同时根据气温变化及时增减衣物,适当进行散步、慢跑等体育锻炼,提升身体抵抗力。

云南疾控提醒,春节是阖家团圆的美好时刻,做好呼吸道传染病防护,既是对自己和家人健康的负责,也是保障节日氛围的前提。

本报记者 陶彦然

昆明多家医院发布 春节假期门急诊安排

2026年春节假期,昆明多家医院发布门急诊安排,有就诊需求的市民可关注以下就诊信息。

云南省第一人民医院

2月14日、15日正常出诊,2月16日至19日急诊24小时应诊,2月20日至23日正常出诊,2月28日、3月1日正常出诊。

昆明医科大学第一附属医院

西昌路院区2月15日至2月18日门诊停诊4天;呈贡院区2月15日至2月18日、2月22日门诊停诊5天;其余时间两院区门诊正常开展。两院区急诊、发热门诊正常开诊,急诊检查、检验项目正常开放。

云南大学附属医院

常规门诊:2月16日至18日放假停诊,其余时段正常出诊,具体号源详见医院挂号平台。

急诊与特殊门诊:急诊内科、急诊外科、发热门诊不放假,24小时接诊;门诊采血室2月16日至18日放假,其余时间全天提供采血服务。

部分科室弹性排班(除以下时间,其余时间放假停诊)。

屈光中心:2月15日、2月20日至23日全天出诊;

肛肠科:2月15日、2月19日至23日上午出诊;

营养科:2月19日至23日上午出诊;
老年骨科:2月19日全天出诊;2月21日、23日上午出诊;

医学美容科:2月15日全天出诊;2月22日至23日上午出诊。

云南省第三人民医院

急诊内科、急诊外科、妇科、产科、儿科、耳鼻喉科正常开诊;普通及专家门诊2月16日至19日停诊4天,2月20日起恢复正常门诊。

昆明医科大学第二附属医院

2月14日,按周五门诊出诊,2月15日,按周日门诊出诊;2月16日至19日,儿科全天开诊,生殖医学科上午开诊,产科门诊2月17日、19日上午开诊,其余门诊停诊;2月20日至23日,各科门诊正常开诊;2月28日,按周一门诊出诊。

云南省肿瘤医院

2月14日,门诊按照周六排班出诊;2月22日上午,门诊按照周四上午排班出诊;2月23日上午,门诊按照周一上午排班出诊;2月28日,门

诊按照周六排班出诊。其余时间专家门诊和普通门诊停诊,急诊、绿色通道及急诊检查照常开放。

云南省中医医院

急诊科24小时应诊。

光华院区口腔科、疼痛科、方便门诊、神经外科、名医馆、滇南医学特色门诊均停诊。其余科室普通门诊正常出诊。

两院区小儿推拿专家门诊及普通门诊停诊;治未病科专家门诊、普通门诊、中医特色护理门诊均停诊。

皮肤病专科医院门诊2月15日、2月20日至23日每天上午、下午各有2位专家出诊,同时段激光美容中心正常出诊。

滇池院区二楼:现代疗法1215、传统疗法1208均暂停服务。

两院区有住院病区的科室,其普通门诊在对应门诊出诊。专家门诊以当日挂牌专家为准。2月24日起两院区恢复正常门诊工作。

云南省妇幼保健院

2月16日至2月19日:产科、妇科、儿科急诊接诊,其他门诊均停诊。

2月15日、2月21日:计划生育室开展服务。

2月15日、2月20日至23日:各临床科室正常出诊。

2月15日至23日:麻醉科、B超室、检验科、药剂科、收费室24小时正常开展服务。

云南省阜外心血管病医院

2月15日至18日停诊;2月19日至23日正常出诊,急诊常态化开诊。

昆明市延安医院

2月15日,门急诊开诊;2月16日至19日,急诊开诊;2月20日至23日,门急诊开诊。

昆明市第一人民医院

北院区(北京路1228号)
急诊、儿科、发热门诊、整形外科24小时开诊。

内科、妇科、皮肤科、眼科2月18日至23日全天空门诊。

耳鼻喉科、肝胆胰外科、骨科、泌尿外科、运动医学科2月18日至23日上午半天门诊。

产科2月15日至19日上午半天门诊;2月20日至23日全天空门诊。

心内科2月19日至23日全天空门诊。
口腔科2月15日至23日全天空门诊,夜门诊停止服务。

生殖医学科2月15日至23日上午半天门诊。

乳腺甲状腺科2月15日、2月20日上午半天门诊。

南院区(青年路504号)

急诊、儿科、发热门诊24小时开诊。

产科、消化内科2月18日至23日上午半天门诊。

耳鼻喉科2月18日上午半天门诊;2月19日至23日全天空门诊。

妇科、眼科、皮肤科、内科2月18日至23日全天空门诊。

肝胆外科、普外科、骨科、泌尿外科2月18日至23日全天空门诊。

昆明市第三人民医院

实行分科室排班,具体安排如下:

2月14日至23日、2月28日:肝病科、结核病科、妇儿科、感染一科、感染二科;

2月14日、2月19日至23日、2月28日:胸外科、普外科、骨科、呼吸与危重症医学科、内二科(心内科、内分泌科);

2月14日至16日、2月21日至23日、2月28日:皮肤科;

2月14日、2月21日至23日、2月28日:脂肪肝门诊;

2月14日、2月19日至23日、2月28日:五官科;

2月19日至23日、2月28日:口腔科。

暴露预防门诊:HIV暴露预防门诊24小时正常开诊,感染一科电话:0871-63512191。

温馨提示:注意防护,如有暴露风险,请在72小时内寻求暴露后紧急阻断服务;可向阴性配偶推荐暴露前预防,建议对方及早做抗体筛查检测,以便于早发现、早诊断、早治疗。有生育要求的朋友在U=U(测不到=不传染)的前提下,做好防护,保护好配偶,要一个健康的下一代。

急诊、发热门诊、肠道门诊24小时开诊,开展犬伤及破伤风处置工作,急诊科电话:0871-63543288。

昆明市中医医院

2月15日,急诊24小时接诊,门诊开诊;2月16日至18日,急诊24小时接诊;2月19日至23日,急诊24小时接诊,门诊开诊。

昆明同仁医院

2026年2月15日至18日,门诊暂停接诊,急诊医学科24小时接诊。2月19日起恢复门诊,2月24日起恢复夜间门诊。

本报记者 陶彦然