责任编辑 博雅
版式设计 王巍
版式校对 刘芳

【周末评论】

将这次抗疫中形成的良好卫生习惯固定下来很有必要

□赵强

最近看到一个媒体发布的关于疫情时期公众个人卫生习惯的调查数据后,感触颇多。据中国青年报社社会调查中心联合问卷网（wenjuan.com），对4002名受访者进行的一项调查显示，疫情发生以来，98.0%的受访者更加注重个人卫生了。防疫期间，受访者养成了出门戴口罩、勤洗手和多通风等好习惯。77.6%的受访者表示疫情结束后仍会继续保持这些习惯。

这个调查还显示，受访者最近养成的其他好习惯还有：不去人群密集地（56.8%）、室内消毒（48.5%）、遵循“七步洗手法”（37.7%）、常测体温（31.0%）等。的确，这两个多月的疫情带给公众最大的变化之一就是，全民的卫生习惯有了突飞猛进的飞跃，比如出门戴口罩、相聚一米线、回家后先洗手、开窗通风、不扎堆、分餐制等。漫步各个街区，随处可见都是醒目的标语：戴口罩、勤洗手、少扎堆、常通风。可以说，这个令人欣喜、来之不易的卫生习惯，还是因为新冠肺炎的严峻现实，教育了我们，进而全面改进和强化了公众的卫生习惯。

眼下又是一年一度的爱国卫生月，全国爱卫办等九部委印发了《关于开展第32个爱国卫生月活动 为全面打赢新冠肺炎疫情阻击战营造良好环境的通知》，今年的主题是“防疫有我，爱卫同行”。毫无疑问，个人是健康的第一责任人，在疫情防控中的作用不可小视，如果每个人都筑起了健康防护的堤坝，那么各类传染病的入侵也就没有了土壤。因此，在全民参与的爱国卫生月当中，做好个人的卫生防护尤为重要。

灾难也是最好的老师，那些因为不注意个人卫生防范，如扎堆聚集、不戴口罩、外出聚餐、不注意洗手，结果很多人因此染上了病毒。看来，无论是疫情当前，还是疫情过后，有效地注意个人卫生的全面防护和保持也是十分重要的。我问过很多人，都说因为两个多月的戴口罩、勤洗手都习惯了，即使疫情结束了，也还会保持这一习惯。我以为这是时代的进步和公共卫生的一次飞跃，应当在国家和各地的公共卫生管理中继续提倡。如北京市人大前不久二审的《北京市文明行为促进条例（草案）》中，就将公共场所咳嗽、打喷嚏时遮掩口鼻，患传染性流感时佩戴口罩，使用公筷公勺进行分餐等内容都纳入文明行为规范，对拒不改正的将从重处罚。

其实，多年来我一直就对诸如路人打喷嚏不遮掩这个行为十分警惕，因为我深知，一个喷嚏可射出100万粒飞沫，甚至可含有几千万个病菌，在无风的室内可飘浮30至60分钟，最长可达30小时；常人一口痰，也可能含有5000万个细菌，病人一口痰中细菌数量更多达2亿个以上。稍微不注意就会被飞沫击中。而我国的《传染病防治法》列入的传染病就有39种，其中，甲类2种，乙类26种，丙类11种。这些传染病很多就是由病人的飞沫传播。如今，我又看到很多人因为疫情得到了初步遏制，就又开始随地吐痰、打喷嚏不遮掩，更加感到用强有力的法律法规固化我们的卫生习惯的重要性。同时，还要形成对不文明卫生习惯人人喊打、人人纠正的社会氛围。让文明的卫生习惯深入每个人心中，扎根落地。

本版邮箱：zhoumolvyou@126.com

【图闻点评】

■本期点评 博雅

白发援鄂男护士 怕父母伤心把头发染黑

援鄂归来，39岁的贵州省玉屏县人民医院120急救指挥中心护理负责人王本学顶着一头白发回家，3岁女儿竟然认不出来他。王本学表示，自己很早有零星白发，援鄂期间心理压力大，白发也越来越多。他说，回家第二天就把头发染黑了。“因为要回去看望年过六旬的父母，我不想让他们为我担心伤心。”

点评：没有从天而降的英雄，只有挺身而出的凡人。辛苦了，感谢有你们！

摘口罩为陌生男子人工呼吸 这位女医生找到了

最近，一条男子突然失去意识倒地，一位女医生摘下口罩，对患者实施口对口的人工呼吸的视频在网络上热传。视频发出来十多天后，这位女医生终于找到了！原来，这位女医生是北京大学人民医院血液科住院医师马瑞。对于这次急救，马瑞表示：“作为一名医生，大伙儿都会这样做的。”

点评：医者仁心，为你点赞。在当前疫情下依然不忘履行自己的责任和使命，更是值得尊敬！

“背包警务”上门服务 为群众办理业务提供便捷

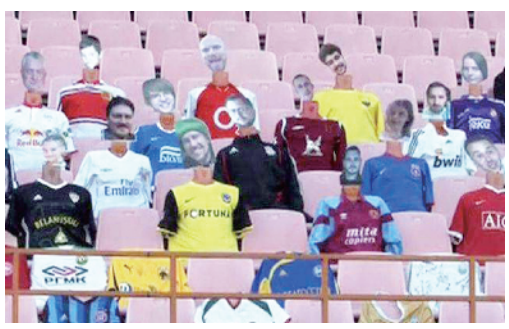
近年来，浙江绍兴市公安局上虞区分局章镇派出所持续推广“背包警务”，辖区民警背着背包上门服务，就像把警务室搬到了群众身边。小小背包成为群众咨询事宜、进行业务办理的便民小窗口。 图为4月14日，民警在章镇镇东澄村为想开办民宿的村民办理手续。

点评：希望民警通过背包警务服务工作，深入企业、群众、基层，及时、高效、准确地回应和解决群众的安全诉求，用小小的背包，保群众大大的安宁。

北京海淀本月开始 全面推行垃圾分类

在新修订的《北京市生活垃圾管理条例》正式实施之前，本月，海淀面向全区印发《海淀区全面推进生活垃圾分类行动方案》，全面展开垃圾分类工作。以“四分法”+“大类分流”模式组织垃圾分类工作，明确投放、收集、运输、处置四个环节。到2020年底，全区社会单位垃圾分类全面实施，全部街镇开展垃圾分类示范片区创建工作。

点评：举手之劳，从我做起，行动起来，爱护环境，人人有责。



观众不够　纸板人来凑 足球联赛现神操作

虽然疫情仍在欧洲肆虐，但白俄罗斯足球联赛仍在继续中，在白俄罗斯杯半决赛首回合比赛中，由于疫情期间观众稀少，看台上摆出了很多纸板人进行填充。

点评：别出心裁的创意，用心了。不过，疫情期间，真不建议再搞这类赛事活动。