境外人员隔离期满后自我健康监测方案

一、自我健康监测

1.监测期限。自解除集中隔离医学观察之日起7天。

2.体温监测与报告。每日至少测量2次体温，每日2次向村（社区）或用人单位报告健康情况。

3.个人防护。监测期间，保持良好生活习惯，勤洗手、勤通风，尽量避免前往人群聚集场所。如外出，做好戴口罩、保持社交距离等疫情防控措施。

二、异常情况处理

监测期间，如出现发热等呼吸道感染症状，必须第一时间报告村（社区），拨打120，前往发热门诊就诊。

三、核酸检测

建议自我健康监测第7天，自行到医疗机构开展1次新冠肺炎核酸检测。