**【九寨好导游】 九寨沟+黄龙+都江堰+三星堆+熊猫基地+松洲古城-双飞6天5晚行程单**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **产品编号** | SC1750584172z7 | **出发地** | 济南市 | **目的地** | 成都市 |
| **行程天数** | 6 | **去程交通** | 飞机 | **返程交通** | 飞机 |
| **参考航班** | 无 | | | | |
| **产品亮点** | 无 | | | | |
| **产品介绍** | 观光旅游 | | | | |

**行程安排**

|  |  |
| --- | --- |
| **D1** | |
| **行程详情** | **山东-成都/绵阳**  乘机抵达机场，出站后接机人员接您前往酒店入住，后自由活动至次日出发。备注：接机因需要步行到停车点，会出现等待现象，敬请理解！ 绵阳接机会出现拼车等待现象，敬请理解！交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：X 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 成都 |
| **D2** | |
| **行程详情** | **成都-都江堰-松洲古城-川主寺镇-九寨沟口**  起床洗漱后收拾行李+酒店总台办理退房+早餐（若遇特殊情况或节假日旺季需提前出发则改为打包路早请于前台处自行领取）工作人员或导游前1天晚上18-22点之间会通知您具体集合时间，请按时前往酒店门口集合上车7:30左右集合统一出发(节假日或旺季出发时间会提前约30分钟）。（若遇特殊情况（酒店临时调整等）则改为早上由摆渡小车(点对点摆渡)免费上门接客人至指定地点集合出发；）抵达【都江堰景区】（门票已含，游览时间约2.5小时，不含观光车+耳麦30元/人+玉垒阁扶梯40元/人）后前往享用午餐【熊猫小吃宴】。午餐后出发前往游览【叠溪海子】{赠送游览约20分钟}。后前往游览【松洲古城】{赠送游览约30分钟，不含登古城墙费}。后前往参加【藏家欢乐颂+藏家土火锅】{约40-60分钟，赠送项目不去不退，含晚餐},藏家享用藏式晚餐（藏式土火锅）及体验载歌载舞的藏家风情（导游可视情况安排至第二天享用）；晚餐后入住酒店，后自由活动至次日出发。温馨提示：1、酒店开餐时间一般为早上7点，若遇特殊情况或节假日需要提前出发的，旅行社会提前酒店为您提供路餐作为早餐【路早:可供客人携带,路途中吃的早餐，相对比较简单，一般包括牛奶或矿泉水、蛋糕或饼干，具体由所住宾馆决定】2、此日车程全程约400公里，需8小时左右，途中可停留休息、停车拍照、上洗手间（全程洗手间均收费1-2元），成都至九寨沟的路程较远，大部分为山路，如您要晕车，请务必携带晕车药。旅游旺季车辆增多，有可能会堵车，导致用餐时间较晚或抵达酒店入住的时间较晚，敬请理解。建议游客自备部分干粮或零食随身携带以备不时之需。3、进入藏区，请尊重少数民族风俗习惯，如若你自由活动期间在附近逛街商店或小卖点，请不要讨价还价后而不购买，请不要与当地人争吵及发生冲突；再次特别提示：沿途洗手间、餐厅、服务区、景区、加水站、酒店旁边均有当地人售卖商品，请游客游览时自己注意识别，小心购买，并索要必要的发票。同时此类商店不是旅行社安排，因此如在此类商店购买的任何商品，出现任何问题，只能由游客自己与商店联系处理交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 川主寺或九寨沟口 |
| **D3** | |
| **行程详情** | **九寨沟景区全天游览**  酒店早餐后出发前往核心景区游览：【九寨沟风景区】{门票已含，游览时间约7小时}【已含九寨观光车旺季4.1-11.14：90元/人；不含九寨沟景区保险10元/人】抵达景区停车场，下车步行至游客中心（距离约1000米），等待导游办理进沟手续，游客持本人有效身份证件（与订票证件一致）领取门票后进入景区,换乘景区内观光车，游览世界自然遗产【九寨沟风景区】下午按照团队约定时间到景区停车场集合。入住酒店，在酒店餐厅享用配套团队晚餐（不用不退），后自由活动至次日出发。今日赠送体验：仙境九寨旅拍套餐（九寨沟景区内旅拍服务）旅拍套餐包含：精修汉服or藏装旅拍电子照3张+底片全送+提供汉服or藏装换装&网红道具等九寨景区内根据摄影师时刻安排前往景区指定拍摄点拍摄（旅拍为旅行社提前预定，不去费用不退，且不做等价置换）温馨提示：1、九寨沟海拔1900-3100米，多数旅游者无高原反应；领票及排队进入景区等待时间根据当天客流决定。景区实际开放区域及游览方式和路线以届时景区官方公布为准，敬请理解！游客采取乘车和步行相结合方式游览。游客统一乘坐观光车进入景区游览，观光车在景区内以公交车方式运行。随团导游可能无法陪同，敬请理解；2、今日行程不含午餐，游客可到自带干粮或在景区内诺日朗餐厅用餐，自助餐60元/人起，用餐比较简单3、九寨景区禁止吸烟，有吸烟习惯的客人请忍耐或到专门的吸烟区，否则会受到高额罚款。请各位游客朋友们严格遵守景区游览秩序和规定，一旦违反规定将会面临高额罚款和行政处罚。景区内建议不要嬉戏打闹，避免造成意外。4、赠送的藏家土火锅和酒店晚餐顺序导游可能会根据团上实际情况进行日期调整；交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：√ |
| **住宿** | 九寨沟沟口/川主寺 |
| **D4** | |
| **行程详情** | **九寨沟口/川主寺-黄龙景区-成都**  早餐后乘车（旅游巴士）出发；途中在高原缓冲服务站稍作调整，会有服务站的工作人员上车为游客讲解预防高原反应的有关知识；后前往游览人间瑶池【黄龙风景区】（门票已含，游览时间约4小时）；建议游览方式：索道上山--穿越原始森林--步行游览五彩池--五彩池步行下山；（黄龙冬季索道或因检修停运，需步行上下山，请量力而行）【不含索道上行80元/人下行40元/人，黄龙景区定位讲解器30元/人；黄龙观光车20元/人；黄龙景区保险10元 /人，需客人自理】（如因天气原因导致黄龙无法游览，按团队票价退还门票差价，无法替换其他景点，敬请理解）游览结束后集合乘车前往指定餐厅享用午餐【藏羌迎宾宴】；午餐后统一集合乘车经都江堰地界返回成都结束此次愉快的旅途！抵达成都后导游统一安排摆渡回送前往指定酒店入住，后自由活动至次日出发。温馨提示：1、此日早上出发时间会比较早（6:00左右），如遇特殊情况（如交通管制等）早上可能无法在酒店餐厅享用早餐，届时酒店会安排打包路早供游客带走食用。敬请理解！此日回程晚餐不含，请自理；2、沿途有当地高原服务站，有兜售防寒衣物，氧气或抗高反药物，价格较贵，如有需要请谨慎购买。与旅行社无关！3、目前黄龙景区开通景区观光车（索道上站-五彩池站），每天限量5000张，费用为20元/人自愿购买，若有需求的游客建议提前关注公众号及时预约抢票，若未抢到票，旅行社和导游不承担任何责任！4、当天返回成都时间约在下午的21点-22点左右，由于高原路段有可能堵车，建议客人不要预定当天返程的火车或是飞机，以免因为堵车给您带来不必要的损失。若因自行预定当天大交通造成延误，我社不赔偿任何费用，不承担任何责任！请知晓交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：含早餐 午餐：含午餐 晚餐：X |
| **住宿** | 成都 |
| **D5** | |
| **行程详情** | **三星堆或金沙遗址-熊猫基地**  起床洗漱后酒店餐厅享用早餐（若无另行通知今日返程不会更换酒店，无需退房，贵重物品随身携带）接早：工作人员或导游前1天晚上18-22点之间会通知您具体集合时间，请按时前往酒店门口集合上车（若遇特殊情况（酒店临时调整等）则改为早上由摆渡小车(点对点摆渡)免费上门接客人至指定地点集合出发；）07:30左右统一出发(节假日或旺季接人/出发时间会提前约30分钟，敬请理解）抵达【成都大熊猫繁育基地】（门票已含，游览时间约2小时，电子讲解耳麦20元/人自理）午餐享用风味川菜，午餐后前往三星堆或金沙遗址博物馆（车程约1.5小时左右）游览【三星堆博物馆或金沙遗址博物馆】（门票已含，游览时间约 2 小时,三星堆遗址讲解器耳麦20元/人或智能讲解器30元/人或金沙遗址讲解器20元/人自理）（门票已含，游览时间约 2 小时,三星堆遗址讲解器耳麦20元/人或智能讲解器30元/人或金沙遗址讲解器20元/人自理）因三星堆景区政策调整，旅行社团队及导游受限，无法保证导游能陪同进馆讲解；如导游不能进馆提供人工讲解，则客人可选择租用景区智能讲解器30元/人；因三星堆博物馆门票限量，目前旅行社订票为抢票模式，不保证百分百能抢到三星堆门票！若遇特殊假期或国家法定节假日门票紧张或售罄/政策性闭馆等无法游览则默认替换为参观金沙遗址；请提前知晓！若未抢到三星堆门票，若客人愿意替换为金沙则游览金熊当天可能会更换其他导游陪同（无法保证全程1车1导），敬请知晓；；后返回成都结束今日行程， 晚上赠送成都地道火锅，一边涮火锅一边看川剧变脸（川剧变脸表演属于赠送项目，如遇不可抗力因素/停演/客人未去观看，无费用可退，敬请理解！）。而后还可自由逛锦里夜景，亲身体验成都人赶场的热闹场景。若想要在安排自由活动的游客直接在锦里散团，自行游玩之后自行返回酒店入住；不想自己安排自由活动的游客，晚餐后导游会统一安排回送前往指定酒店入住，后自由活动至次日出发。温馨提示：1、酒店开餐时间一般为早上7点，若遇特殊情况或节假日需要提前出发的，旅行社会提前酒店为您提供路餐作为早餐【路早:可供客人携带,路途中吃的早餐，相对比较简单，一般包括牛奶或矿泉水、蛋糕或饼干，具体由所住宾馆决定】2、景区内有各种小商品售卖，请客人酌情谨慎购买，此类购物店与旅行社及导游无关。游览古建筑群时注意自身安全，注意防火防盗，博物馆内禁止吸烟，拍照请关闭闪光灯。人多繁杂，游客游览时请保护好自身财产安全，购买纪念品时请理智消费；3、因三星堆景区政策调整，旅行社团队及导游受限，无法保证导游能陪同进馆讲解；如导游不能进馆，则不收取三星堆耳麦20元/人，若游客需要讲解有以下2种方式：①、进馆现场预约拼团讲解，30元/人自理；②、微信公众号-游览-线上语音讲解，20元/人自理4、行程标注的时间安排仅供参考。以上行程可能会因天气、路况等原因做相应调整，敬请谅解。行程中所列景区游览时间，是指游客抵达景区门口（含排队等待进景区的时间在内）开始计时；谢谢理解！5、当天行程结束抵达成都时间约在下午的17：30左右，由于不能预估有可能堵车等不可抗力因素情况，建议客人不要预定当天返程的火车或是飞机，以免因为堵车给您带来没有必要的损失。若因自行预定当天大交通造成延误的，我社不赔偿任何费用，不承担任何责任！敬请知晓（以上行程导游可以根据实际情况在不减少景点或缩短游览时间的前提下做相应调整，敬请谅解）交通：汽车 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：√ 晚餐：√ |
| **住宿** | 成都 |
| **D6** | |
| **行程详情** | **成都/绵阳-山东**  根据航班时间，适时前往机场，乘机返回出发地，结束所有行程。交通：飞机 |
| **用餐** | 早餐：√ 午餐：X 晚餐：X |
| **住宿** | 无 |

**费用说明**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **费用包含** | 机票：含济南至成都或绵阳往返经济舱机票，预定请提供正确的姓名及身份证件号码，因个人原因提供身份证有误，造成不能登机，产生的损失由游客自理，我公司概不负责。团队特价机票不提供退票，改期，更名服务，退团票价全损；航班时间以出团通知为准，仅保证行程安排，不保证自由活动时间。出发当日请务必携带好有效身份证件（满16周岁以上为身份证原件和有照片的护照原件，未满16周岁为护口本原件），建议提前2小时抵达机场；自身原因导致误机的，旅游者自行承担；机上无陪同服务。住宿：全程3晚网评四钻双人标准间+2晚网评五钻双人标准间，每人一床位，独立卫生间，产生房差自理。用车：行程内旅游大巴车，一人一正座，不提供座次要求；散客拼团全程可能非同一台车；接送机为小车接送。门票：九寨沟门票、黄龙门票、都江堰门票、 熊猫基地门票、三星堆或金沙博物馆大门票全程只含景点第一大门票，门票皆为旅行社团队协议折扣票，如您享受优惠政策不再退费用；景区配套交通设施需自理（明细见行程内温馨提示）。行程内所有景区在无不可抗力情况下我社均会到达景区，行程顺序会根据当地天气/路况等情况略有调整。用餐：5早6正，正餐餐标30元/人导游：行程段分段持证中文导游服务（接送站、中转不配导游）儿童：2-12岁儿童价格包含机票、车位、正餐、导服。 | | |
| **费用不包含** | 1.【景区配套服务设施设备】：（1）非必须产生但强烈建议购买的项目：①黄龙上行索道80元/人（建议购买）；②黄龙定位讲解器30元/人（建议购买）；③黄龙观光车20元/人（建议购买）；④都江堰电瓶车+耳麦30元/人（建议购买）；⑤景区保险：九寨沟景区保险10元/人（建议购买）；黄龙景区保险10元/人（建议购买）；⑥熊猫基地观光车30元/人及电子讲解20元/人（建议购买）;⑦三星堆讲解器20元/人或智能讲解器30元/人或金沙讲解器20元/人（建议购买）（2）根据自身情况自愿选择购买的项目：①黄龙下行索道40元/人（自愿购买）；②松洲古城登古城墙费15元/人（自愿购买）；③都江堰玉垒扶梯40元/人（自愿购买）；2.【儿童】不含床位（不占床不含酒店早餐）、不含门票及景区配套、及其他自理项目；产生费用需另付费；3.【房差】单房差（报价均以1人1床位计算，如游客人数为单数而又无法拼房，则需补房差） 4.【其他】行程中注明的自理项目、个人消费（如酒店内消费和自由活动消费）行程中不含的餐及出发地自费项目、单房差、因交通延阻、罢工、天气、飞机机器故障、航班取消或更改时间等不可抗力原因所引致的额外费用。 | | |

**其他说明**

|  |  |
| --- | --- |
| **预订须知** | 赠送：川剧变脸+藏家欢乐颂+藏式土火锅；赠游：松洲古城，叠溪海子；旅拍（换装+3张精修电子照）（行程所列赠送项目因任何原因不参加，费用不退，也不换等价项目）特别说明：因产品特殊组合，为保证成团率，故期间可能会拼其他相同景点的日游团友出行，请提前知晓； |
| **温馨提示** | 1、【健康须知】本次长途旅行，时间长、温差大、部分地区海拔高，报名前请仔细阅读相关注意事项。本行程位于高海拔地区，故只接待身体健康的人士，在团队行程中因个人健康原因（既往病史或身体/精神残障等）而出现的人身伤亡由游客自理,与我社无关亦不再保险理赔范围。请出行前对自身身体状况如实判断及告知。①报名时旅游者应确保身体健康，保证自身条件能够完成旅游活动，身体健康状况不佳者，请咨询医生是否可以参加本次旅游活动，根据自身情况备好常用药和急救药品，因自身疾病而引起的后果，游客自行承担责任;②游客出现急症请主动通知工作人员，旅行社将协助游客就进送往当地医疗机构检查治疗;旅行社为非健康医疗专业咨询机构，无法判定游客的身体健康状况是否适合参加本次旅游活动，游客在旅行社签订旅游合同，即视为游客已经了解本次旅行的辛苦程度和行程中医疗条件有限的前提，并征得专业医生的同意。因感冒、发烧病症会在高原地区加重，并且会诱发高原反应现象并导致高原反应加重而危及生命，所以不建议患有这些病症的客人参加此行程。旅行社免责申明：本行程不适宜孕妇、婴儿等特殊人群；及心、肺、脑、肝、肾有明显的病变，以及严重贫血、患有高血压、高血脂、高血糖、冠心病、动脉硬化、心脏病、哮喘病、老年痴呆、精神疾病、身体残疾、智力缺陷或障碍、癌症等可能威胁自身生命和引起严重后果的疾病的客人出行，如有类似病史自己权衡，一切后果自己负责；如隐瞒病史不报，由此引发的一切后果，由游客本人及家属自行承担，并且如给旅行社带来损失，由游客和家属对旅行社进行赔偿。敬请知晓！为了您和他人的健康及安全，以上特殊人群或患有以上疾病的朋友我社无法接待，敬请理解！也请游客切勿故意隐瞒病情造成不可预计的后果！2、【证件说明】请您在签订合同的时候提供有效的身份证件以及随行人员的身份证件及姓名，行程中也请您随身携带有效期内的身份证件（国内游客：身份证、军官证，国际游客：护照），住宿及景区同样出示证件！敬请配合旅行社工作！如因个人原因没有带有效身份证件造成无法办理入住手续而造成的损失，游客自行承担责任。3、【消费说明】关于购物店定义：四川的大部份景区内，包括5A景区都有其景区的配套商业服务，即每个沿途景区景点、法物流通处、餐厅、厕所、加水点、酒店、藏家、高原缓冲服务区内设有小卖部、超市、旅游纪念品、手工艺土特产、预防/缓解高反用品等贩卖摊点，高原补给服务站有工作人员普及高原反应防范知识、红景天及御寒衣服售卖租赁等等，当地藏民向游客兜售商品等等，均不属于旅行社安排的购物店场所范围，非我社控制，请不要误解。请您根据自身所需谨慎选购，记得索要发票。特别提醒：旅游地为藏羌少数民族地区，当地私人小摊，更不在我社控制范围，不买请勿还价。关于宗教：阿坝州地区为藏传佛教圣地，景区景点及寺庙内均有法物流通处，请尊重当地民风民俗，根据自身信仰自愿消费。关于自费项目：沿途景区配套设施，交通摆渡车（观光车、电瓶车等等），小门票，不含的餐食住宿等等属于客人未包含的自理项目，不属于旅行社或导游推荐自费项目，请不要误解。若因此造成的投诉我社均无法受理，敬请理解！4、【行程安排】①旅游旺季（7-10月）期间，因前往九寨的游客非常多，导致九寨沿线经常堵车或交通管制，旅行社和地陪导游会根据当天或近期实际情况，调整早上出发时间、用餐时间、用餐地点、甚至是住宿地点，以尽量保证游客能正常游览，或尽量降低因堵车、人流量太大等因素造成的损失。望游客给予理解和配合；②此产品为全国散客拼团，不同旅游者的衔接，由此可能造成等待；行程中约定时间均为预计，实际可能有一定误差。本产品为目的地成团，如因淡季或收客人数较少，根据发团需要，有可能与相近方向的发班线路拼车出游，有可能在部分行程段导游及团友的变化，届时请游客见谅。具体拼团次数及行程段视线路收客情况而定。③游客对旅游行程单中约定的自由活动期间的行程安排向旅行社提出要求，旅行社应旅游者要求并经双方协商一致，签订补充协议，作为包价旅游合同的组成部分。④此行程为全国散客拼团，请客人手机务必保持开机，并记下本次行程中各个应急电话，导游电话，以便及时联系5、【不可抗力免责申明】遇人力不可抗拒因素等不可归责于旅行社的的客观原因或旅游者个人原因，造成旅游者经济损失的，旅行社不承担赔偿责任。如政府行为、恶劣天气、自然灾害、航班/火车延误、取消、管制、故障、汽车塞车等不可抗力原因如造成团队行程更改，延误、滞留或提前结束时，旅行社不承担责任。因此发生的费用增减，按未发生费用退还游客，超支费用由游客承担的办法处理。此类费用由客人自理自费。我社在保留景点不变的情况下有权调整行程和住房。旅行社可以在不减少景点的情况下根据情况调整游览景点的先后顺序；旅行社不得不调整或变更旅游合同约定行程安排时，旅行社应当向游客做出说明。由此造成的多余增加费用或损失由客人自理；若造成景区景点减少，本社不承担相关责任；因任何公共交通引起，如因航班延误或天气原因，造成旅游者无法按期抵达四川，由于公共交通引起的人身财产行程损失，由旅游者自行承担；当天取消成都用房、第二天行程，房费/车费不退不抵扣，如需继续安排行程，则需要另补额外产生的车费/房费，按具体的产生费用收取。 6、【保险说明】①本社所有跟团游产品均包含旅游意外险1人1份；此险需要游客在报名时及时提供出行人真实有效身份证件信息（身份证/护照等）交由旅行社及时购买后方可生效。关于旅游意外险的生效时限：行程出行当日统一集合出发后立即生效②若遇游客坚持拒绝在出行前提供真实有效身份信息的，本社有权拒绝接待，敬请理解！如因旅游者在四川旅游过程中造成的保障范围内的意外事故，保险公司按照投保条款进行赔偿。解释权及理赔权归保险公司。旅行社仅协助客人处理，但不承担任何额外赔偿垫付义务。7、【安全提示】外出旅游，安全第一，旅游途中请听从导游人员安排，配合司机、导游工作。团友之间相互关照，少数服从多数。旅行社的导游人员和其他工作人员无法为游客提供一对一的服务，旅行社工作人员在接待游客报名时已经充分告知本行程中的注意事项和对游客身体健康的要求，旅游活动中游客必须注意自身安全和随行未成年人的安全，保管好个人财务，贵重物品及证件随身携带。旅行社对游客不承担监护权，如游客因自身原因遗失物品，责任自负。旅行社及导游有义务协助寻找或报案，但不负责赔偿。请在每次离开酒店和用餐地点前仔细检查自己的贵重物品，以免丢失；景区所在地区为藏羌等少数民族聚居区，在旅游中请尊重当地少数民族的宗教信仰和民俗风情；请入夜后避免单独出行，外出自由活动不要太晚，最好结伴而行；不要轻信陌生人，不贪图小便宜，警惕上当受骗！游览提示：请各位游客朋友们严格遵守景区游览秩序和规定，严禁踩水戏水喂鱼、严禁进入池子、严禁坐栏杆、严禁在允许通行的栈道和步行通道外走动、严禁景区内吸烟，一旦违反国家和景区规定的将会面临高额罚款和行政处罚。景区内建议不要嬉戏打闹，避免造成意外。8、【离团须知】①如游客中途擅自离团或退团，则视为游客单方面违约且自动放弃行程，合同协议终止，保险时效自动失效，未产生费用不退，若给旅行社增加费用的，旅行社有权要求游客补偿或赔偿损失。按照合同总金额的20%赔付给旅行社；未完成部分将被视为自行放弃，我社不再退费（未产生的所有费用不退包括往返飞机、门票、住宿、车费、餐费、导游服务费），并不予承担旅游者由此产生的额外费用。正常的项目退费（门票优惠等）以我社折扣价为标准，均不以挂牌价为准。 ②团队在游览过程中，如客人或团队擅自脱离我公司导游而跟其他无关人员前往行程以外景点，则视为客人或团队违约，相关费用不退，我公司有权终止该客人或该团的一切接待活动，并对客人或团队所出现意外情况不承担任何责任。9、【意见反馈】请游客认真填写《旅行社服务质量跟踪调查表》。在行程中，如对服务及接待标准有异议，请及时与带团导游沟通或直接反馈回旅行社。旅行社以游客所填写的《旅行社服务质量跟踪调查表》作为旅游服务质量标准依据。并以多数游客填写的《旅行社服 务质量跟踪调查表》作为旅游服务质量评定标准。如果游客在完团后提出与其填写《旅行社服务质量跟踪调查表》意见不符的投诉，我社将不予处理。10、【出行须知】请提前了解目的地天气地理状况，并请备好常用保暖，降暑，防晒，防雨用品及常备药品。目的地为高原海拔高，日照强烈，早晚温差大且气候多变，需准备长袖衣裤、羊毛衫、夹克衫、羽绒服等，同时建议带好雨具、墨镜、太阳帽、防晒霜、润唇膏，并配备红景天、肌肝口服液、晕车（船）药、仁丹、 消炎药、肠胃药、黄连素、感冒药、创可贴等常备药品，防蚊虫的风油精、花露水。手机、相机、充电器、存储卡等电子产品和配件。11、【高原须知】● 进入高原途中注意事项（重点） ①应尽可能预备氧气和防治急性高原病的药物，如硝苯吡啶（又名心痛定）、氨茶 碱等，也需备有防治感冒的药物、抗菌素和维生素类药物等，以防万一。 由于高原气候寒冷，昼夜温差大，要注意准备足够的御寒衣服，以防受凉感冒。 寒冷和呼吸道感染都有可能促发急性高原病。 ②在进入高原的途中若出现比较严重的高山反应症状，应立即处理，及时服用氨 茶碱或舌下含服硝苯吡啶２０毫克。严重时应吸氧。若出现严重的胸闷、剧烈 咳嗽、呼吸困难、咳粉红色泡沫痰，或反应迟钝、神志淡漠、甚至昏迷，除作上述处理外，应尽快到附近医院进行抢救，或尽快转往海拔较低的地区，以便治疗恢复。 ③在景区期间，我社安排景区自由行，其身体负荷不宜过重，请量力而行。尤其是夜晚睡觉时，有不舒服症状及时找店家处理，我社不承担高反带来的一切损失及赔偿责任。④必须注意，如果进入高原后，反应的症状愈来愈重，特别是静息时也十分明显， 应该立即吸氧，并到医院就诊。极少出现的高原肺水肿和高原脑水肿的病人须大量吸氧，并在药物治疗的同时，迅速转送海拔低的地区。 |