

# 济宁市科学技术局

## 如何应对新型冠状病毒感染肺炎

(第三期)

### 一、在传染病流行期间，如何过个安全健康年？

(1) 尽量在家休息，避免去一些公共场所，尤其注意远离医院。

(2) 如去公共场所，建议佩戴口罩以减少接触病人风险，尤其推荐医用 N95 口罩，即防护口罩。

(3) 保持手卫生。咳嗽、饭前便后、接触或处理动物排泄物后，要用流水洗手，或使用含酒精成份的免洗洗手液。

(4) 保持室内空气的流通。避免到封闭、空气不流通的公众场所和人多集中地方，必要时请佩戴口罩。咳嗽和打喷嚏时使用纸巾或屈肘遮掩口鼻，防止飞沫传播。

(5) 注意均衡饮食、适量运动、充足休息、稳定情绪和避免吸烟，根据气候变化增减衣服，增强身体的抵抗力。

(6) 在去外地的路程当中，除了要多开窗、多通气，也要做好个人防护，如戴好口罩等。尽量选择单独空间的交通工具或小空间的交通工具。

(7) 有武汉旅行或居住史，或接触过来自武汉的发热伴呼吸道症状的患者，14 天内出现发热、乏力、干咳等症状，应立即就诊排查诊治，根据要求进行医学观察或隔离。

(8) 尽量避免接触野生动物或牲畜；远离人多且密闭的环境，如超市商场、生鲜市场、饭店等。

## **二、在传染病流行期间，家庭如何做好居家消毒？**

(1) 尽量避免密切接触家禽和野生动物。

(2) 尽量避免到人群聚集、通风不良的公共场所，必要时外出可何口罩外出回家后应及时用洗手液和流动水洗手，或用含醇手消毒剂进行手卫生。

(3) 桌椅等物体表面每天做好清洁，并定期消毒。

(4) 有客人（身体健康情况不明）来访后，及时对室内相关物体表面进行消毒，可选择合法有效的消毒剂或消毒湿巾擦拭消毒。

(5) 室内做好通风换气，自然通风或机械通风，冬天开窗通风时，需注意室内外温差大而引起感冒。

## **三、家中出现患者后，该采取何种措施？**

(1) 及时将患者送医，并避免使用公共交通工具。

(2) 在患者离开后，应对患者家进行终末消毒处理，具体消毒方式应咨询当地疾病预防控制机构，配合专业人士完成终末消毒处理。

(3) 继续保持日常家居消毒。

## **四、患者其他家庭成员注意事项有哪些？**

当出现发热或疑似患者后，其他家庭成员应注意做好隔离防护措施及时就医诊断排查。当出现如下情况时需及时消

毒处理：

(1) 皮肤若被污染物污染时：应立即清除污染物，然后用一次性吸水材料沾取 0.5% 碘伏消毒液或含氯消毒剂过氧化氢消毒剂擦拭消毒 3 分钟以上，使用清水清洗干净。

(2) 黏膜若被污染物污染时：应用大量生理盐水冲洗或 0.05% 碘伏冲洗消毒。

(3) 衣物若被污染物污染时：按患者衣物处理，若无肉眼可见污染物的可用流通蒸汽或煮沸消毒 30 分钟，或先用 500mg/L 的含氯消毒液浸泡 30 分钟，然后按常规清洗。贵重衣物可选用环氧乙烷灭菌方法进行消毒处理。

## 五、去医院探视病人后，如何做好个人消毒？

(1) 探视：探视及陪护，请严格遵守当地医疗卫生机构的相关要求。

(2) 探视病人后：及时用含醇的速干手消毒剂进行手卫生，有肉眼可见污染物时，应使用洗手液在流动水下洗手，然后再消毒。

(3) 探视时所穿衣物需清洗消毒：在 60℃ 水中浸泡 30 分钟或使用 500-1000mg/L 含氯消毒剂浸泡 15 分钟。