

新型冠状病毒感染的肺炎 防护指南

三

在家怎么做？

“ 新型冠状病毒感染的肺炎是一种新发疾病，根据目前对该疾病的认识制定本指南，适用于家庭场所。 ”

(一)

日常预防

- 1 避免去疾病正在流行的地区。
- 2 减少到人员密集的公共场所活动，尤其是空气流动性差的地方。
- 3 不接触、购买和食用野生动物（即野味），禽肉蛋要充分煮熟后食用。
- 4 居室保持清洁，勤开窗，经常通风。
- 5 随时保持手卫生，从公共场所返回、咳嗽用手捂之后、饭前便后，用洗手液或香皂流水洗手，或者使用含酒精成分的免洗洗手液。
- 6 外出前往公共场所、就医和乘坐公共交通工具时，应佩戴医用外科口罩或 N95 口罩。
- 7 保持良好卫生和健康习惯。保持家居、餐具清洁，勤晒衣被勤通风。不随地吐痰，口鼻分泌物用纸巾包好，弃置于有盖垃圾箱内。注意营养，勤运动。
- 8 主动做好个人及家庭成员的健康监测。
- 9 准备常用物资。家庭备置体温计、一次性口罩、家庭用的消毒用品等物资。

(二)

家庭成员出现可疑症状时的建议

1

若出现新型冠状病毒感染的肺炎可疑症状(如发热、咳嗽、咽痛、胸闷、呼吸困难、乏力、腹泻、头痛等)，应及时就医。

2

患者的家庭成员应佩戴口罩，患者与无症状的其他家庭成员保持距离，避免近距离接触。

3

若家庭中有人被诊断为新型冠状病毒感染的肺炎，其他家庭成员如果经判定为密切接触者，应接受 14 天医学观察。

4

对有症状的家庭成员经常接触的地方和物品进行消毒。