

新冠肺炎预防指南

请市民勤洗手、戴口罩 出现症状及时就诊

国家卫生健康委员会23日发布《关于加强新型冠状病毒感染的肺炎重症病例医疗救治工作的通知》,并附《新型冠状病毒感染的肺炎重症、危重症病例诊疗方案(试行)》,要求各地高度重视重症病例医疗救治工作,重点关注老年人和有基础疾病的特殊人群,密切观察病情变化。

新冠肺炎有何症状



- 咳嗽、咯痰
- 呼吸时感到气短
- 寒战

- 感冒或流感样症状突然病情恶化
- 心跳加快
- 发热(体温 $\geq 38^{\circ}\text{C}$)

武汉返回人群、密切接触者、慢性病患者、孕妇及在外留学者

新型冠状病毒已确定存在人传人现象

密切接触传播
接触了分泌物和血液

飞沫传播
咳嗽、打喷嚏

如何消毒

保持56摄氏度30分钟
或使用乙醚、75%乙醇、含氯消毒剂、过氧乙酸等



戴口罩

- N95口罩
- KN95口罩
- DS2口罩
- FFP2口罩

对非油性颗粒过滤效果 $\geq 95\%$ 的型号

医用外科口罩
能一定程度上预防飞沫传播

减少高危行为

- 取消旅行
- 避免去人群聚集处
- 避免近距离接触有疑似症状的人
- 打喷嚏或咳嗽时用纸巾或弯曲手肘掩盖口鼻
- 接触过患者或被污染的手不要接触眼睛
- 避免聚餐
- 避免过度疲劳
- 不随地吐痰

勤洗手

- 触碰口、眼、鼻前
- 咳嗽或打喷嚏后
- 处理食材前后
- 接触动物之后

打开水管后
清洗双手

加入皂液
用手揉出泡沫

揉搓至少20秒时间揉搓
手指、指甲四周、手掌和手背

选择肥皂用流水将双手彻底冲洗干净

用干净毛巾或纸巾将双手彻底擦干

用纸巾或包裹水龙头关上水源

外出时,随身携带含有70%至80%酒精的免洗洗手液

如何正确佩戴口罩

- 戴口罩前洗手,不要用手触摸口罩内部
- 分清口罩内外(颜色而辨外)
- 分清口罩上下(鼻夹处为上)
- 口罩要盖口、鼻、下巴
- 佩戴前应先将口罩紧贴面部
- 摘掉口罩后要洗手
- 最好2至4小时更换一次
- 受分泌物污染应更换
- 受潮湿应更换

别信谣

- 板蓝根和冰糖能预防
- 燃放烟花、炮竹能预防
- 吃维生素C能预防
- 吃抗生素能预防

就诊时注意什么?

- 戴好口罩
- 避免搭乘公共交通

主动告诉医生
近期是否去过武汉地区
周围人群中是否有类似病例

- 所有疑似病例
- 轻症患者
- 重症、危重症病例

