# 新型冠状病毒感染的肺炎防控知识手册

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-06-28

*新型冠状病毒感染的肺炎防控知识手册1、在家中怎样预防新型冠状病毒的肺炎传染？（1）增强卫生健康意识，适量运动、保障睡眠、不熬夜可提高自身免疫力；（2）保持良好的个人卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时用纸巾掩住口鼻，经常彻底洗手，不用脏手触摸眼睛、鼻或...*

新型冠状病毒感染的肺炎防控

知识手册

1、在家中怎样预防新型冠状病毒的肺炎传染？

（1）增强卫生健康意识，适量运动、保障睡眠、不熬夜可提高自身免疫力；

（2）保持良好的个人卫生习惯，咳嗽或打喷嚏时用纸巾掩住口鼻，经常彻底洗手，不用脏手触摸眼睛、鼻或口；

（3）居室多通风换气并保持整洁卫生；

（4）尽可能避免与有呼吸道疾病症状（如发热、咳嗽或打喷嚏等）的人密切接触；

（5）尽量避免到人多拥挤和空间密闭的场所，如必须去佩戴口罩；

（6）避免接触野生动物和家禽家畜；

（7）坚持安全的饮食习惯，食用肉类和蛋类要煮熟、煮透；

（8）密切关注发热、咳嗽等症状，出现此类症状一定要及时就近就医。

2、新型冠状病毒感染的肺炎流行时，我们怎么吃才好？

（1）不要食用已经患病的动物及其制品；要从正规渠道购买冰鲜禽肉，食用禽肉、蛋奶时要充分煮熟。

（2）处理生食和熟食的切菜板及刀具要分开。处理生食和熟食之间要洗手。

（3）即使在发生疫情的地区，如果肉食在食品制备过程中予以彻底烹饪和妥善处理，也可安全食用。

3、前往公共场所怎样预防新型冠状病毒的肺炎感染？

（1）避免在未加防护的情况下与农场牲畜或野生动物接触。

（2）保持工作场所室内不断的通风换气；在人多的地方，商场、公交车、地铁和飞机等地方都是人流密集，可佩戴口罩减少接触病原风险。

（3）咳嗽打喷嚏时，用纸巾或袖或屈肘将鼻完全遮住；将用过的纸巾立刻扔进封闭式垃圾箱内；咳嗽打喷嚏后，用肥皂和清水或含酒精洗手液清洗双手。

（4）外出回家后及时洗手，如有发热和其他呼吸道感染症状，特别是持续发热不退，及时到医院就诊。

（5）传染病流行季节应尽量避免各类聚会。

4、到生鲜市场采购，怎样预防新型冠状病毒的肺炎传染？

（1）接触动物和动物产品后，用肥皂和清水洗手；

（2）避免触摸眼、鼻、口；

（3）避免与生病的动物和病变的肉接触；

（4）避免与市场里的流浪动物、垃圾废水接触。

5、轻症发热病例的居家隔离建议：

（1）将病人安置在通风良好的单人房间。

（2）限制看护人数，尽量安排一位健康状况良好且没有慢性疾病的人进行护理。拒绝一切探访。

（3）家庭成员应住在不同房间，如条件不允许，和病人至少保持1米距离。

（4）限制病人活动，病人和家庭成员活动共享区域最小化。确保共享区域（厨房、浴室等）通风良好（开窗）。

（5）看护人员与病人共处一室应带好口罩，口罩紧贴面部，佩戴过程禁止触碰和调整。口罩因分泌物变湿、变脏，必须立即更换。摘下及丢弃口罩之后，进行双手清洗。

（6）与病人有任何直接接触或进入病人隔离空间后，进行双手清洁。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找