

一图看懂新型冠状病毒

认识篇



什么是新型冠状病毒?

新型冠状病毒是以前从未在人体中发现的冠状病毒新毒株。
世界卫生组织将本次发现的新型冠状病毒命名为“2019-nCoV”,即2019新型冠状病毒。

患者的临床表现

发热

乏力

干咳

鼻塞、流涕等上呼吸道症状少见。

约半数患者多在一周后出现呼吸困难。

严重者表现

急性呼吸窘迫综合征

脓毒症休克

难以纠正的代谢性酸中毒

出凝血功能障碍

值得注意的是 重症、危重症患者病程中可为中低热,甚至无明显发热。部分患者起病症状轻微,可无发热,多在1周后恢复。多数患者预后良好,少数患者病情危重,甚至死亡。



怀疑感染了新型冠状病毒,就医时要注意啥?



怀疑感染了新型冠状病毒,就医时,应如实详细讲述患病情况和就医过程。

尤其应告知医生近期的武汉旅行和居住史、肺炎患者或疑似患者的接触史、动物接触史等。特别应注意的是,诊疗过程中应全程佩戴外科口罩,以保护自己和他人。

市民日常生活中需要注意什么?

- 少聚会少应酬** 提倡文明过节,多用电话、微信拜年,少走亲访友,不到人员密集场所,不参与大型活动。
- 注重健康饮食** 不吃未煮熟的肉、蛋、奶类;不接触野生动物、不吃野味。
- 出门佩戴口罩** 外出时佩戴口罩可阻断呼吸道分泌物传播。
- 减少非必要接触** 与人交往,不握手,不拥抱,不亲吻,避免近距离面对面交谈。

什么是密切接触者



●与病例共同居住、学习、工作,或其他有密切接触的人员,如与病例近距离工作或共用同一教室或与病例在同一所房屋中生活;

●诊疗、护理、探视病例的医护人员、家属或其他与病例有类似近距离接触的人员,如直接治疗及护理病例、到病例所在的密闭环境中探视病人或停留,病例同病室的其他患者及其陪护人员;



●与病例乘坐同一交通工具并有近距离接触人员,包括在交通工具上照料护理过病人的人员;该病人的同行人员(家人、同事、朋友等);

●经调查评估后发现有可能近距离接触病人的其他乘客和乘务人员;

●现场调查人员调查后经评估认为符合其他与密切接触者接触的人员。

●可疑暴露者是指暴露于新型冠状病毒检测阳性的野生动物、物品和环境,且暴露时未采取有效防护的加工、售卖、搬运、配送或管理等人员。

如何预防?

世界卫生组织表示,目前对于新型冠状病毒所致疾病没有特异治疗方法,也没有可用疫苗,但正确的防护手段可有效预防新型冠状病毒感染。

1.勤洗手

- 制备食品之前、期间和之后
- 手脏时
- 咳嗽或打喷嚏后
- 照护病人时
- 在处理动物或动物排泄物后
- 饭前便后



立刻用肥皂、含有酒精的洗手液和清水洗手

2.主动防护

- 在自己咳嗽或打喷嚏时,应用纸巾或袖口或屈肘将口鼻完全遮住,并将用过的纸巾立刻扔进封闭式垃圾箱内,并洗手
- 易感人群应尽量避免去人群密集的公共场所,可佩戴口罩减少接触病原风险
- 避免在未加防护情况下与病人密切接触
- 注意保持家庭和工作场所开窗通风,环境清洁



3.避免密切接触

- 避免未加防护与养殖或野生动物近距离接触
- 避免与生病的动物和变质的肉接触
- 避免与生鲜市场里的流浪动物、垃圾废水接触

4.良好安全饮食习惯

- 将肉和蛋类彻底煮熟食用
- 处理生食和熟食之间要洗手
- 切菜板及刀具要分开

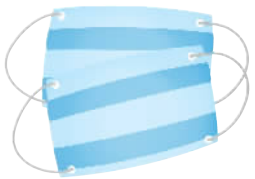


预防篇



使用过的口罩有什么危害?

使用过的口罩可能携带大量微生物,如病毒、口腔细菌等。这些微生物不仅可能源于外界,通过吸气,吸附在口罩的外表面,也有可能因为使用者本身携带细菌、病毒,通过呼气,吸附在口罩的内表面。因此,使用过的口罩是可能存在很大感染风险的。



在摘掉口罩时,有几点需要注意

- 不要触碰口罩的外表面,因为可能会感染自己。
- 不要触碰口罩的内表面(自己是病人),因为可能会感染别人。
- 不要触碰别人使用过的口罩,因为可能会交叉感染。
- 不要直接放到包里、兜里等处,因为可能存在持续感染风险。

该如何有效处理使用过的口罩?

在医疗机构时 无论是就医问诊,还是看望病人,抑或是采访调查,但凡在医疗机构中使用过的口罩,都请直接投入医疗废物垃圾袋中。这些口罩作为医疗废物会由专业处理机构进行集中处置。

平时

- 对于疑似患有传染病的民众,应在就诊或接受调查处置时,将使用过的口罩交给相应工作人员,作为医疗废物进行处理。
- 对于存在发热、咳嗽、咳痰、打喷嚏等症状的民众,或接触过此类人群的民众,推荐将口罩先丢至垃圾桶,再使用5%的84消毒液按照1:99配比后,撒在口罩上进行处理。如无消毒液,也可使用密封袋/保鲜袋,将口罩密封后丢入垃圾桶。
- 对于普通民众,因风险较低,使用过的口罩可以直接丢入垃圾桶。在处理完口罩后,记得洗手。

如何正确洗手?

牢记七字诀 内、外、夹、弓、大、立、腕

- 内** 掌心对掌心相互揉搓
- 外** 掌心对手背两手交叉揉搓
- 夹** 掌心对掌心十指交叉揉搓
- 弓** 十根弯曲紧扣转动揉搓

- 大** 拇指握在掌心,转动揉搓
- 立** 指尖在掌心揉搓
- 腕** 清洁手腕

