

关于新型冠状病毒感染的肺炎，您应该知道这些！



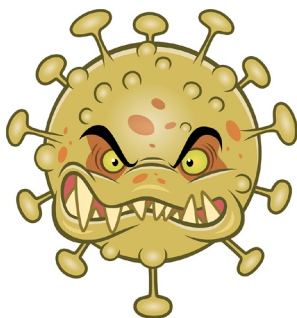
新型冠状病毒肺炎 防控知识手册



山东省卫生健康委员会
山东省疾病预防控制中心

新型冠状病毒是什么？

冠状病毒是自然界广泛存在的一类病毒，因该病毒形态在电镜下观察类似王冠而得名。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。本次发现的新型冠状病毒，世界卫生组织已将其命名为“2019-nCoV”，即 2019 新型冠状病毒。



除本次发现的新型冠状病毒外，已知感染人的冠状病毒还有 6 种，其中 4 种在人群中较为常见，致病性较低，一般仅引起类似普通感冒的轻微呼吸道症状；另外 2 种是我们熟知的 SARS 冠状病毒和 MERS 冠状病毒。但是，这次发现的新型冠状病毒与非典型肺炎（SARS）、中东呼吸综合征（MERS）冠状病毒有很大不同。新型冠状病毒虽然是 SARS “近亲”，但目前尚未表现出 SARS 那么可怕的特性。

新型冠状病毒感染的肺炎临床表现

目前相关报道、研究显示，患者主要临床表现为发热、乏力，呼吸道症状以干咳为主，并逐渐出现呼吸困难，严重者表现为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和出凝血功能障碍。部分患者起病症状轻微，可无发热。

多数患者表现为中轻症，预后良好，仅少数患者病情危重，甚至死亡。

发热
乏力
干咳为主
呼吸困难
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

.....

.....



什么情况下需要就医？

如出现发热、乏力、干咳表现，并不意味着已经被新型冠状病毒感染了。但如果出现发热（腋下体温 $\geq 37.3^{\circ}\text{C}$ ）、咳嗽、气促等急性呼吸道感染症状，且有武汉旅行或居住史，或发病前14天内曾接触过来自武汉的发热伴呼吸道症状的患者，或出现小范围聚集性发病，应在做好防护的情况下，及时到当地医疗机构进行排查、诊治。



就医的注意事项

就医时，应如实详细讲述患病情况和就医过程，尤其是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。

什么是密切接触者？



如发病病例（疑似和确诊病例）有如下接触情形之一者属于密切接触者：

1. 与病例共同居住、学习、工作或其他有密切接触的人员。

2. 诊疗、护理、探视病例时未采取有效防护措施的医护人员、家属或其他与病例有类似近距离接触的人员。

3. 病例同病室的其他患者及其陪护人员。

4. 与病例乘坐同一交通工具并有近距离接触人员。

5. 现场调查人员调查经评估认为符合条件的人员。



密切接触者要医学观察 14 天

目前对密切接触者采取较为严格的医学观察等预防性公共卫生措施十分必要，这是一种对公众健康安全负责任的态度，也是国际社会通行的做法。参考其他冠状病毒所致疾病的潜伏期，此次新型冠状病毒病例相关信息和当前防控实际措施，将密切接触者医学观察期定为 14 天，建议对密切接触者进行居家医学观察。

近期去过武汉怎么办？

回到居住地之后，可在 14 天内注意加强身体防护，关注自身身体状态。如果接到疾控部门通知，需要接受居家医学观察时，不要恐慌，不要上班，不要随便外出，做好自我身体状况观察，定期接受社区医生的随访。如果出现发热（腋下体温 $\geq 37.3^{\circ}\text{C}$ ）、咳嗽、气促等急性呼吸道感染早期临床症状，请及时到当地指定医疗机构进行排查、诊治。

如何预防新型冠状病毒感染



1 勤洗手

咳嗽、饭前便后、接触或处理动物排泄物后，要用流水洗手，或者使用含酒精成分的免洗洗手液进行手部卫生。

洗手时，要注意用流动的水和肥皂（皂液）洗手，揉搓时间不少于 15 秒。科学的洗手方法有 7 步：

- (1) 掌心对掌心，相互揉搓
- (2) 掌心对手背，两手交叉揉搓
- (3) 掌心对掌心，十指交叉揉搓
- (4) 十指弯曲紧扣，转动揉搓
- (5) 拇指握在掌心，转动揉搓
- (6) 指尖在掌心揉搓
- (7) 清洁手腕



如何预防新型冠状病毒感染



2 戴口罩

尽量避免到封闭、空气不流通的公众场所和人多集中地方，必要时应佩戴口罩。到医院就诊或陪护就医时，也要正确佩戴好合适的口罩。

戴口罩是阻断呼吸道分泌物传播的有效手段。选择医用外科口罩能很好地预防呼吸道疾病。一次性医用口罩佩戴时，要将折面完全展开，将嘴、鼻、下颌完全包住，然后压紧鼻夹，使口罩与面部完全贴合。

戴口罩前应洗手，或者在戴口罩过程中避免手接触到口罩内侧面，减少口罩被污染的可能。分清楚口罩的内外、上下，浅色面为内，应该贴着嘴鼻，深色面朝外；金属条（鼻夹）一端是口罩的上方。

要定期更换、不可戴反，更不能两面轮流戴。



如何预防新型冠状病毒感染



3 保持个人和环境卫生

咳嗽或打喷嚏时要用纸巾或手肘遮掩口鼻，用过的纸巾要放入有盖的垃圾桶内。打喷嚏和咳嗽后要彻底清洗双手。定时开窗通风，保持室内空气流通。



如何预防新型冠状病毒感染



4 远离可能的传染源

避免近距离接触有咳嗽、发烧病人。不去已经有疫情的城市，尽量减少与疫情城市回来人员的接触。尽量避免在未加防护情况下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；避免与野生动物、生鲜市场里的流浪动物、垃圾废水等的接触。

5 保持良好饮食卫生习惯

加工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，肉和蛋类要彻底加工熟透食用。

6 保持良好的生活习惯

进行合理的锻炼，比如散步、做操或者慢跑等，改善心肺功能，提高免疫力，增强体质。规律作息，要做到起居有常，按时入睡，合理休息，保证睡眠充足。

我们的倡议

- **请广大居民无特殊事项不要去武汉**
- **请疑似症状患者及时到医院门诊检测**
- **每个人加强防范，戴上口罩，减少接触密集人群**
- **请大家不信谣、不传谣**
- **一起努力，做好防控！**

**新型冠状病毒
感染的肺炎
可防
可控
可治**

山东省卫生健康委员会
山东省疾病预防控制中心

印制