

国务院应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控机制(疫情防控组)

关于印发新型冠状病毒感染的肺炎 公众预防指南的通知

各省、自治区、直辖市及新疆生产建设兵团卫生健康委，国务院应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情联防联控机制成员单位：

为科学指导公众正确认识和预防新型冠状病毒感染的肺

地区居住旅行史人员新型冠状病毒感染的肺炎预防指南》、《家庭新型冠状病毒感染的肺炎预防指南》、《公共场所新型冠状病毒感染的肺炎预防指南》、《公共交通工具新型冠状病毒感染的肺炎预防指南》、《病例密切接触者的居家医学观察指南》。现将



公众预防指南之一：

新型冠状病毒感染的肺炎通用预防指南

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，适用于疾病流行期间公众个人防护指导。

一、尽量减少外出活动

(一) 避免去疾病正在流行的地区。

(二) 建议春节期间减少走亲访友和聚餐，尽量在家休息。

(三) 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，例如公共浴池、温泉、影院、网吧、KTV、商场、车站、机场、码头、展览馆等。

二、个人防护和手卫生

(一) 公共场所佩戴口罩。前往人员密集场所乘坐公共交通工具时，建议医用外科口罩或N95口罩。

(二) 勤洗手保持手卫生。减少接触公共物品和个人物品，勤洗手使用肥皂和水，用流动水洗手，揉搓时间不少于15秒；不建议使用手帕、纸巾、报纸擦手，不要用手直接接触口鼻眼；打喷嚏或咳嗽时，用手肘衣服遮住面部，降低疾病传播风险。

三、保持环境清洁和通风

(一) 保持室内空气流通，经常开窗通风，有条件的可安装机械排风设施，保持室内空气流通，减少在密闭场所停留时间，必要时戴口罩。

(二) 保持公共场所清洁，定期对公共场所进行清洁消毒。

闷、呼吸困难、轻度纳差、乏力、精神纳差、恶心呕吐、腹泻

什么时间、什么地点、什么情况下，以及接触什么职业、什么人，配合医生开展相关调查。

四、保持良好卫生和饮食习惯。

(一) 居室勤开窗，经常通风。

(二) 家庭成员不共用毛巾，保持家居、餐具清洁，勤晒衣被。

(三) 不随地吐痰，口鼻分泌物用纸巾包好，弃置于有盖垃圾箱内。

(四) 注意营养，适度运动。

(五) 不食生肉、生鱼片、生鸡蛋、生牛奶、生蔬菜。

六、注意个人卫生，勤洗手，打喷嚏或咳嗽时用纸巾或袖肘遮住口鼻，尽量避免用手直接接触公共物品。

公众预防指南之二：

有疾病流行地区居住旅行史人员 新型冠状病毒感染的肺炎预防指南

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，适用于在两周内有武汉等疾病流行地区居住、旅行史的人员。

（一）尽快到所在村委会或社区进行登记，减少外出活动，尤其是避免到人员密集的公共场所活动。

（二）从离开疾病流行地区的时间开始，连续 14 天进行自我健康监测，每天两次，其他外出

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，在预防新型冠状病毒肺炎方面，应尽量避免前往人

群密集的场所，如公共浴池、温泉、影院、网吧、KTV、商场、车

站、公园、展会、会议等。

(二) 不要接触、食用野生动物。尽量避免前往售卖、宰杀野生

动物的市场、集市、活禽宰杀点等场所。尽量避免前往农贸市场

和活禽交易市场。尽量避免前往屠宰场、养殖场等场所。在

处理肉类、禽类、鱼类等食品时，应佩戴口罩、手套，并

主动测量体温。家中有小孩的，要早晚摸小孩的额头，如有发热要为其测量体温。

(九) 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

(一) 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、轻度纳差、乏力、精神稍差、**头晕、恶心、腹泻、头痛、心慌、结膜炎、轻度四肢或关节酸痛**

等），或有流行病学接触史，在做好个人防护的前提下及时就医。

公众预防指南之五：

公共交通工具新型冠状病毒感染的肺炎预防指南

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，适用于飞机、火车、地铁、公共汽车和轮船等公共交通工具。

一、发生疾病流行地区的公共交通工具在岗工作人员应佩戴医用外科口罩或 N95 口罩，并每日做好健康监测。

二、公共交通工具建议备置体温计、口罩等物品。

三、增加公共交通工具清洁与消毒频次，做好清洁消毒工作记录和标识。

四、保持公共交通工具良好的通风状态。

五、保持车站、车厢内的卫生整洁，及时清理垃圾。

六、做好个人防护，佩戴口罩，保持手卫生，咳嗽、打喷嚏时注意遮挡。

公众预防指南之六：

病例密切接触者的居家医学观察指南

新型冠状病毒感染的肺炎确诊病例的密切接触者应从和病人

接触

时观察其身体状态，并每天了解病情观察和记录要点，掌握家庭预防的洗手、通风、防护和消毒措施。

在居家医学观察期间的具体建议如下：

(一) 将密切接触者安置在通风良好的单人房间，拒绝一切探访。

(二) 限制密切接触者活动，最小化密切接触者和家庭成员活动共享区域。确保共享区域（厨房、浴室等）通风良好（保持窗户开启）。

(三) 家庭成员应住在不同房间，如条件不允许，和密切接触者至少保持1米距离。哺乳期母亲可继续母乳喂养婴儿。

(四) 其他家庭成员进入密切接触者居住空间时应佩戴口罩

使用肥皂和清水清洗。（注意酒精使用安全，如意外吞食用或引发火灾）。

(六) 使用肥皂和清水洗手时，最好使用一次性擦手纸。如

果没有，用洁净的毛巾擦拭，毛巾变湿时需要更换。

(十) 偶然咳嗽或打喷嚏时用纸巾掩住口鼻，分泌物可弃于纸巾

液清洗，然后充分干燥上述物品。将密切接触者使用的床品放入洗衣袋。不要甩动衣物，避免直接接触皮肤和自己的衣服。

(十一) 戴好一次性手套和保护性衣物（如塑料围裙）再去清洁和触碰被密切接触者的人体分泌物污染的物体表面、衣物或床品。戴手套前、脱手套后要进行双手清洁及消毒。

(十二) 若确诊病例的密切接触者出现可疑症状，包括发热、咳嗽、咽痛、肌肉酸痛、气促、呼吸困难、头痛、结膜炎、轻度四肢或腰背部肌肉酸痛等，应立即就医。具体指导建议如下：

1. 前往医院的路上，病人应该佩戴医用外科口罩或 N95 口罩。
2. 如果可以，避免乘坐公共交通工具前往医院。路上打开在

窗。

3. 时刻佩戴口罩和随时保持手卫生。在路上和医院时，尽可能远离其他人（至少1米）。

4. 若路途中污染了交通工具，建议使用含氯消毒剂或过氧乙酸消毒剂，对所有被唾液淹没