新型冠状病毒传播途径与预防指南  
这些防护知识请转告家人朋友

据国家卫健委微信公众号消息，国家卫健委积极开展新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作。专家研判认为，**当前疫情仍可防可控**。**到底什么是新型冠状病毒？新型冠状病毒感染的肺炎有哪些症状？又该怎么预防？戴口罩有无有用？**

新型冠状病毒传播途径与预防指南

基本情况

病毒介绍

新型冠状病毒

名称

直接传播~气溶胶传播接触传播

传播途径

呼吸-没有呼吸困难或急促

咳嗽-出现时间较晚

全身-精神食欲睡眠差别不大

退烧药物效果较好

一般48-72h后可正常

发热

普通感冒

感染症状

呼吸--频率加快，甚至困难.

症状严重，干咳为主

咳嗽

伴有痰音，喘息，影响睡眠

潜伏期--2~14天，平均7天

发热--高热持续72h以上

全身一精神差，食欲差

病毒性肺炎

直接传播

病人喷嚏、咳嗽、说话的飞沫，呼出气体近距离接触直接吸入，可以导致感染

如何预防

飞沫混合在空气中，形成气溶胶，吸入后导致感染

传播途径

气溶胶传播

纸质口罩、棉布口罩

没用

一、公共场合佩戴口罩

飞沫沉积在物品表面，接触污染手后，再接触口腔、鼻腔、眼睛等粘膜，导致感染

接触传播

海绵口罩、活性炭口罩

一定程度预防呼吸道感染

医用外科口罩

外包装明确注明医用外科口罩

要用

N95型口罩

口罩

建议每2-4小时更换一次

尽量选择不带呼吸阀的

过滤效率达到95%

预防由患者体波引起的飞沫传播

一旦污染，应第-时间更换

更换时间

注意事项

将口罩叠好放入清洁的自封袋中

保存方法

将接触口鼻的一面朝里折好

二、以下场景经常洗手

-咳嗽打喷嚏后 -护理患者后  
一准备食物前中后 一用餐前 一上厕所后  
一接触动物或处理粪便后

洗手场景

洗手七字口诀内-外-夹-弓-大一立一腕

正确洗手

洗手

一定要避免脏手接触口、眼、鼻

注意事项

如果胜污不可见--使用肥皂和流水洗手-------含有酒精成分的免洗手液

有明显可见脏污--使用肥皂和流水洗手

三、增强免疫力做好其他防护

1、无论是咳嗽、喷嚏、流鼻涕，要用纸张、手帕遮挡

2、人与人之间接触时，要保持1米以上的距离

3、尽量避免到人群密集的地方，保持市内通风换气

其他

4、多进行体育锻炼、增强体质、增强免疫力

5、避免身体抵抗力下降，合理作息、不熬夜、不过劳

重庆幼儿师专基建后勤处

6、密切关注发热、咳嗽，出现症状一-定要及时就医