

疑似家属感染上新型冠状病毒感染症 ～八个须知～

(部分修改一般社団法人日本环境感染学会的总结) 2020年3月1日版

分开房间起居

- ◆ **感染者务必在单人房间起居。** 饮食和就寝时也务必分开。
 - 有小孩的家庭、没有多余房间等，而不能把房间分开时，与疑似感染者最好至少保持2米以上的距离、用隔板或窗帘把房间隔离。
 - 就寝时如果在同一房间，头的位置最好上下交错。
- ◆ **感染者尽量避免到其他房间。**
尽量减少使用厕所、浴室等共用空间。

照顾人员的限制

- ◆ 罹患心脏、肺或肾脏疾病者、糖尿病者、免疫力下降者、孕妇等，不要照顾感染者。

佩戴口罩

- ◆ **使用过的口罩不要带到其他房间。**
- ◆ **不要接触到口罩表面。** 取下口罩时，捏住口罩的橡皮或带子拿下。
- ◆ **取下口罩后，务必用肥皂洗手。**
(使用酒精手指消毒剂亦可)
 - ※口罩弄脏时，立即换上干净且干燥的新口罩。
 - ※咳嗽或打喷嚏时，若没有戴口罩，请使用纸巾遮住口鼻。

厉行勤洗手

- ◆ **使用肥皂勤洗手和酒精消毒。** 千万不要用没清洗的手触摸眼睛或口鼻。

保持房间的空气流通

- ◆ 定期的保持空气流通。共同使用的空间或其他的房间也务必打开窗户使空气流通。

消毒手指触摸的共同使用部分

- ◆ 共同使用部分（门的拉手、把手、床铺围栏等）使用市面销售的家用氯系漂白剂稀释后擦拭，之后再用水擦拭。
 - 附着在物体上的病毒会生存一段时间。
 - 确认家用氯系漂白剂的主要成分为次氯酸钠漂白剂，按照使用量稀释浓度（基准浓度为0.05%（譬如产品的浓度为6%，则3公升水中加入25毫升的漂白剂））。
- ◆ 厕所或盥洗室，使用一般的家用洗涤剂清洗后，并用家用消毒剂彻底消毒。
 - 毛巾、衣物、餐具、筷子、汤匙等类，一般的洗涤即可。
 - 感染者使用过的器具，无需分开洗涤。
- ◆ 洗涤前的物品，请勿共用。
 - 务必注意厕所、盥洗室、厨房等处共用的毛巾。

使用过的床单和衣服的洗涤

- ◆ 洗涤附着体液的衣服和床单时，戴上手套和口罩，用一般的家用洗涤剂清洗后晒干。
 - 粪便中也可能会检测出病毒。

密封后丢弃垃圾

- ◆ 擤完鼻涕后的纸巾放入塑料袋中，丢弃时，请务必密封。之后立即用肥皂洗手。

- 疑似感染者本人不要外出。
- 家属和同居人请随时测量体温，观察自己的健康状况并避免不急需的外出，发生咳嗽或发烧等症状时，请勿勉强上班。