

# 防控疫情

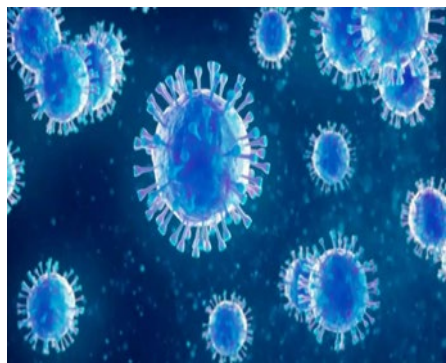
# 从我做起

主编：正博中学德育处校医室 2020\03\03



## 什么是新型冠状病毒？

冠状病毒是自然界广泛存在的一类病毒，因其形态在电子显微镜下观察类似王冠而得名。此次在我国武汉发现的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，世界卫生组织已正式将其命名为2019新型冠状病毒（2019-nCoV），国家卫生健康委员会则将该病毒感染的肺炎纳入法定传染病乙类管理，采取甲类传染病的预防、控制措施。该病毒对热敏感，56℃加热30分钟、乙醚、75%的乙醇、含氯消毒剂、过氧乙酸和氯仿等脂溶剂均可有效灭活病毒，



## 感染新型冠状病毒都有哪些症状？

如出现发热、乏力、干咳表现，并不意味着自己已经被感染了！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，且有武汉旅行史或居住史，或发病前曾接触来自武汉的发热呼吸道症状的患者，或出现小范围聚集性发病，应及时戴口罩就近到附近医院发热门诊就诊，进行排查、诊治。



## 为什么密切接触者要医学观察14天？

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潜伏期，此次新型冠状病毒病例相关信息和当前防控实际，将密切接触者医学观察期定为14天，并对密切接触者进行居家医学观察。



## 如何预防新型冠状病毒？

- 1、尽量减少外出，不去人群聚集处，避免近距离接触任何有感冒和流感样症状的人。
- 2、外出前往公共场所、就医、乘坐交通工具要注意佩戴外科口罩或N95口罩。
- 3、注意个人卫生，勤洗手，使用洗手液或肥皂流水洗手，或使用含酒精成分的免洗洗手液。
- 4、居室及生活和工作场所要保持清洁，勤开窗多通风。
- 5、不要接触、购买和食用野生动物。
- 6、注意多喝水、多休息，避免熬夜，适度运动，以提高个人免疫能力。
- 7、注意监测体温，如有发热，乏力，咳嗽等症状，及时就医。
- 8、一旦出现发热、干咳、乏力、呼吸困难等症状时，要高度重视，及时就近到正规医院发热门诊就诊，如有家人或同学患病，要及时注意隔离，以减少传染机会。

## 防范新型肺炎的 48 字守则记心里↓↓↓



### 致同学们的一封信

亲爱的同学们：

你们好！

新学期伊始，同学们已经结束了丰富多彩的假期生活进入网课学习阶段。近期，新型冠状病毒肺炎疫情牵动全国人民的心。为了确保同学们和家人拥有一个安定祥和的生活，校医温馨提示几条小贴士，和大家一起积极预防应对。

一是积极配合做好防控。同学们要按照政府和学校的要求，积极配合防治工作，避免到疫区及周边地区出行活动。如果出现发热、干咳、乏力或者呼吸困难等症状，一定要做好隔离、及时就医，并与学校班主任老师联系。

二是尽量减少病源接触，减少出行，不要到人员密集场所，避免近距离接触有流感症状的人，避免接触野生动物。

三是养成良好卫生习惯。同学们要注意保持个人卫生和环境卫生，勤洗手，多通风，咳嗽或打喷嚏时，注意遮挡口鼻，出行佩戴口罩。

四是加强锻炼增强体质。保持规律作息，注意防寒保暖，加强体育锻炼，提高身体素质和自身免疫力。

防治疫情，人人有责！请同学们密切关注国家及当地政府关于疫情的相关通报，不要恐慌，不造谣、不信谣、不传谣。我们相信，祖国一定能够打赢这场疫情防控战。期待各位同学能够以健康体魄和饱满状态迎接复课。

祝大家身体健康，学习进步！

正博高中医务室校医

2020年3月2日