

防控新型冠状病毒感染的肺炎健康知识

（学校篇）

一、什么是新型冠状病毒

冠状病毒是一个大型病毒家族，感染者表现从感冒到重症疾病不等，如中东呼吸综合征（MERS）和严重急性呼吸综合征（SARS）。新型冠状病毒是以前从未在人类中发现的冠状病毒新毒株，比如此次发现的新型冠状病毒 2019-nCoV。

二、新型冠状病毒感染的肺炎患者临床表现

一般症状：发热、乏力，呼吸道症状以干咳为主，约半数患者在 1 周后出现呼吸困难。部分患者起病症状轻微，可无发热。

严重者：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。

多数患者预后良好，少数患者病情危重，甚至死亡。

三、新型冠状病毒的传播途径

新型冠状病毒可能通过飞沫传播和接触传播。

飞沫传播：病人或病原携带者在呼气、喷嚏或咳嗽时，病毒经口鼻排出，易感者吸入后可引起感染。

接触传播：易感者直接或间接接触携带病毒的分泌物、血液、体液或排泄物时，有可能造成感染。

四、学校防控措施

（一）落实学生晨检、因病缺勤病因追查与登记制度，做到病例早发现、早报告、早隔离。

学校应强化每日晨(午)检、因病缺课（勤）病因追查与登记等制度，发现发热、流感样病例在短期内异常增多等情况，要及时向主管部门和当地疾控中心报告。

（二）师生出现发热、咳嗽等症状应及早就医，不带病上课。

家长要时刻观察孩子的健康状况，一旦出现发热、咳嗽等症状时，应及时带孩子前往医院就诊。陪护就医时，一定要佩戴好合适的口罩。

（三）保持环境清洁，加强开窗通风。

保持教室、宿舍、图书馆、食堂等人群聚集场所的环境清洁和良好通风状态，每天保证一定时间的开窗通风，做好日常预防性消毒。

（四）酌情减少大型室内集体活动。

学校可根据当地疫情情况减少或停止大型室内集体活动。

（五）均衡饮食，加强锻炼，增强体质。

学校应采取积极措施，确保学生每天一小时校园体育锻炼时间，增强学生体质。

五、学生防控措施

（一）远离传染源。

通过正规渠道，关注新型冠状病毒感染的肺炎疫情报道，避免前往正在发生疫情的地区。

避免到封闭、空气不流通的公众场所和人多集中地方，确需前往或乘坐公共交通工具时请佩戴口罩。

避免在未加防护的情况下接触野生动物或养殖动物。尽量避免前往售卖活体动物（禽类、海产品、野生动物等）的市场。不屠宰或食用病、死禽畜或野生动物。

养成良好安全饮食习惯，处理生食和熟食的切菜板及刀具要分开，家中肉蛋要充分煮熟。

避免近距离接触任何有发热、咳嗽等症状的人，陪护就医时，一定要佩戴好合适的口罩。

（二）注意卫生。

咳嗽和打喷嚏时使用纸巾或屈肘遮掩口鼻，防止飞沫传播。不要随地吐痰，应将口鼻分泌物用纸巾包好，弃置于有盖垃圾箱内。

保持手卫生。双手减少接触眼、鼻及口。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。

避免与他人共用水杯、餐具、毛巾、牙刷等物品，保持家居、餐具清洁，勤晒衣被。

（三）开窗通风。

保持室内空气的流通，如周围有呼吸道症状病人时，应增加通风换气的次数，开窗时要避免穿堂风，注意保暖。

（四）增强免疫。

保持健康的生活方式，加强体育锻炼，注意休息，避免过度劳累，多吃蔬菜水果，多喝水，增加机体免疫力。

（五）主动监测。

主动做好个人及家庭成员的健康监测，自觉发热时要主动测量体温，或**感觉身体不适时主动、及时告知家长或老师。**

（六）及时就医。

如果出现发热、乏力、干咳等症状，应自觉避免接触他人，佩戴好口罩后尽快就近就诊。**年龄较小的儿童青少年应由家属陪护就诊。**

如果出现上述症状，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，或出现聚集性发病，应尽快到定点医疗机构进行排查、诊治。

就医时，应如实详细讲述患病情况、旅行史、职业及接触史，诊疗过程中应全程佩戴外科口罩，以保护自己和他人。

关注广西壮族自治区卫生健康委员会、疾病预防控制中心官方微信公众号，及时获取新型冠状病毒感染的肺炎有关信息。



自治区卫生健康委微信公众号



自治区疾病预防控制中心微信公众号