



患了新冠病毒在家疗养时，如果出现了以下症状，请马上与医院联系并就诊。

需马上去医院就诊的症状（紧急性较高的症状）。

○症状核对表

打☑	本人的症状 有*的是家人察觉时的症状
	嘴唇发紫
	呼吸急促（呼吸的次数增多了）
	突然之间感到呼吸困难
	稍微动一下就觉得呼吸困难
	胸口疼
	不能横躺，不坐着就无法呼吸
	耸肩呼吸
	突然开始喘息（大体在 2 小时以内）
	把不到脉，脉搏的节奏混乱
	* 脸色和平时不一样
	* 样子和平时不一样，有点儿反常
	* 发呆（反应迟钝）
	* 神志不清（没反应）

紧急联系处的电话号码：

叫救护车（拨打 1 1 9）时，请告知新冠感染是否阳性、是否接受了 PCR 检查等信息。

家人请准备好**保险证或受给者证、服药手册**等。



**在家疗养时的注意点**

万一家人被感染了...

- ① 感染者和照顾者的房间要分开！（用餐·寝室·疗养等，尽可能不要呆在一个房间里）  
感染者尽量呆在自己的房间里。决定一人进行照顾。最好是风险较小的人（老年人·孕妇·高血压患者请避开）。进入感染者的房间时，要**戴好口罩和手套**。（出来后要马上洗手，认真清洗。）
- ② 房间要经常换气！（1-2 个小时换一次，一次 5-10 分钟。）
- ③ 感染者用手触摸过的地方要消毒⇒门的把手·厕所·盥洗室等
- ④ 感染者的衣物因附有体液，洗衣服时要分开洗。一定要彻底晒干！
- ⑤ 毛巾不能共同使用，一定要分开。
- ⑥ 家人都洗完澡后，感染者最后洗。
- ⑦ 感染者的垃圾要装进塑料袋里，封好口后再扔出去。手碰了垃圾后应马上彻底清洗双手。
- ⑧ 进入感染者的房间时；触摸感染者的衣物、碗筷等时，一定要**戴好口罩**，然后**认真洗手**。



洗手很重要！

☆表面活性剂对病毒有一些功效的数据开始引人注目。但是严密的浓度及使用方法还没有被报道，可参考目前为止的数据，劝大家使用表面活性剂含有 16%以上的洗涤剂、洗衣液。

☆认真洗手的重要性：认真洗手，可以让残存的病毒减少至 0.001%（十几个）。所以，最好的感染对策就是好好洗手，彻底清洗！