

公共卫生服务 (PUBLIC HEALTH SERVICES)

传染病控制

家庭成员和护理人员居家护理新型冠状病毒 (COVID-19) 疑似或确诊患者的指南。

并帮助患者

- 确保您能理解并帮助患者遵循医护人员提供的用药和护理指导。满足患者的居家基本需求，并帮助其取得生活用品和药方以及解决其他个人需求。
- 观察患者的症状。如果患者病情加重，致其医护人员，并向他告知，患者卧室确已感染 COVID-19。如果患者出现医疗紧急情况并需要致电 911，向接线告知患者已完成或正在接受 COVID-19 的评估。

防止传播

- 家庭成员尽量待在其他房间或与患者隔离。如有条件，家庭成员使用单独的卧室和卫生间。
- 禁止不必要的客人入家中。
- 限制动物与患者接触；家庭成员应照看好家中的任何动物。如需更多信息，参 [COVID-19 and Animals](#)。
- 确保家中的共享区域通风良好，例如使用空调，或在天气允许的情况下打开窗户。
- 勤洗手。患者和护理人员都应经常使用肥皂和清水洗手至少 20 秒；或使用酒精含量在 60% 至 95% 的含酒精洗手液，均匀涂抹于双手的所有表面，并揉搓至手部干燥。如果双手很脏，最好使用肥皂和清水进行清洗。
- 切勿用未洗过的双手触摸眼睛、鼻子和嘴巴。
- 如果患者需要与其他人同处一室，应佩戴口罩。如果患者无法佩戴口罩（例如佩戴口罩会导致其呼吸困难），作为护理人员的您应在与患者同处一室时佩戴口罩。
- 触摸或接触患者的血液、粪便或体液（如唾液、痰、鼻涕、呕吐物、尿液）时，应佩戴一次性口罩和手套。
 - 手套用完即弃；切勿重复使用。
- 避免与患者共用家庭用品。切勿与患者共用餐具、水杯、餐具、毛巾、床上用品或其他物品。患者用完某些物品后，应彻底清洗（参下文“彻底清洗衣物”）。

清洁

- 每天清洁所有“高频接触”表面，例如柜台、桌面、门把手、浴室用具、马桶、水槽、平板电视和床柜等。此外，清洁任何可能有血液、粪便或体液的表面。

- 使用家用清洁剂或消毒湿巾，必须依照说明。列出了有关安全有效使用清洁剂的说明，其中包括使用清洁剂采取的防护措施，例如佩戴手套，以及在使用产品期间保持良好通风。
- 如需更多信息，参看 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/disinfecting-your-home.html>。
- 彻底清洗衣物。
 - 立即移除沾有血液、粪便或体液的衣物或床上用品，并进行清洗。
 - 处理物品，佩戴一次性手套，并避免物品接触身体。脱下手套后，立即洗手（使用肥皂和清水或含酒精洗手液）。
 - 并遵循洗衣机、衣物和洗碗机的说明。一般情况下，按照洗衣机使用说明使用普通的洗涤剂，并按照衣物上建议的最高温度彻底烘干。

隔离并进行自我隔离

- 在您与患者进行最后一次无保护的接触之后（从其住院或开始在家隔离之日起），居家自我隔离 14 天。您可以外出处理必要事务（采购食物、用品、生活必需品）或锻炼身体，但外出时与其他人保持社交距离（至少间隔 6 英尺）。
- 每天测量两次体温，并检查自己是否出现任何 COVID-19 症状（发热、咳嗽、身体疼痛、喉咙痛等）。如果您出现上述症状，与他人隔离开来；如果您患有可能会致并发症的疾病（例如糖尿病、高血压、心脏病、哮喘、免疫系统低下）或年 60 岁，请联系您的医疗保健提供者接受检测。如果您 60 岁健康，那么您无需接受检测；您可能会感染病毒，但大多数 60 岁健康之人不会出现并发症。如果您出现症状，参看居家隔离说明。

改编自 CDC 文档：https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fguidance-prevent-spread.html