

發熱患者合併哪些症狀要懷疑感染新型肺炎? 對照自檢!

為了帮助大家更好地瞭解新型冠狀病毒感染的肺炎相關知識,湖北省衛生健康委宣教中心發起了“健康湖北·公益科普在行動”科普活動,這裡將從原理、症狀、治療、隔離等角度給大家解讀下面這些問題:

新型冠狀病毒病原學特點

經過病毒序列比對分析,推測新型冠狀病毒病的自然宿主可能是蝙蝠。在從蝙蝠到人的

關注新冠病毒

藥物。對於輕症患者,建議根據患者病情靜脈或口服給予針對社區獲得性肺炎的抗菌藥物,如莫西沙星或阿奇霉素。對於重症或危重患者,給予經驗性抗微生物藥物以治療所有可能的病原體。對於膿毒症患者,應在初次患者評估後一小時內給予抗微生物藥物。

糖皮質激素對於病毒是把“雙刃劍”,一方面會抑制機體免疫功能,可能導致病毒播撒,另一方面其可以減輕肺部炎症反應,有利於改善缺氧、呼吸窘迫症狀,除非特殊原因,應避免常規皮質類固醇使用。可根據患者呼吸困難程

能仍然存活。收到後也可以直接用酒精擦拭外包裝,降低風險。

據說傳染源是野生動物,那日常吃的雞鴨魚肉會不會有問題?

可以吃,但一定要煮熟。目前沒有發現正規的肉製品、海鮮製品傳播病毒的依據,該吃還是放心吃。但要注意無論是肉類還是雞蛋,必須煮熟再吃。愛吃生魚片的還是忍忍吧。

要注意的是,不要購買來源不明的禽類海鮮,也不要無保護的情況下接觸活禽。

洗手戴口罩我記住了,家居環境到底應該怎么消毒?

除非家裏已經有疑似感染的患者,否則不需要特別消毒。現在的病例幾乎都與武漢有關,還有一些是家庭聚集型發病,這些都屬於密切接觸。

如果你既沒有跟任何確診或者疑似病例接觸過,最近也沒怎么出門走動聚餐,就實在不必對“病毒”這個詞過於緊張。家還是相對安全的環境。

如果實在擔心,也可以對家里經常接觸的部位,比如手機、門把手、遙控器之類的東西進行消毒。要注意如果物體表面本身比較臟,需要先清潔再消毒。

如果要對家居環境消毒,應該用什么產品?

消毒可以用75%濃度的酒精棉片或酒精擦,也可以使用稀釋的次氯酸鈉,也就是我們常見的84消毒劑。最好也能戴上護目鏡,穿上防水圍裙。漂白酒不能消毒,再高度的酒精經過揮發,在空氣中的濃度也遠遠達不到能消毒的效果。

還有人問,紫外線消毒行不行?臭氧機能不能消毒?鹽能不能消毒.....

我們的建議是,既然有最推薦的方法,在條

飛沫傳播。不要擔心過年見長輩戴口罩是不禮貌,在這種特殊時期,再也沒有比戴口罩遠遠喊話更有愛心、更懂禮貌的了!

最後,如果接觸或者間接接觸到了,要用酒精擦,並且洗手。

至於聚會、拜年什么的,就儘量「雲」解決吧。以及,今年最好的紅包,可能就是口罩。

如果你出現了發熱,或咳嗽鼻塞打噴嚏之類的症狀,也請自覺減少與他人的接觸,出門在外佩戴好外科口罩,用正確的方法洗手,咳嗽和打噴嚏時注意捂住口鼻並及時丟棄紙巾。

如果生病一定要去醫院,要採取什么防護措施?

做好防護,別到處亂跑。首先,一定要戴醫用外科口罩或醫用防護口罩。該洗手時就記得用正確的方法洗手。要注意一定不要觸碰口罩外側!摘脫口罩後要洗手!不要揉眼睛!不要在醫院到處亂摸!

其次也要注意保護他人,與人保持距離,打噴嚏咳嗽的時候記得用手肘擋住。

當然,小毛病也可以在線上先諮詢醫生,如果有必要再去醫院。

據說病毒能通過眼結膜傳播,我需要買護目鏡嗎?

普通人建議買護目鏡。護目鏡的核心使用人群是一線的臨床醫生,他們經常近距離接觸患者,確實要注意眼睛防護。

而對普通人來說,在公共場合,很少能遇到這類患者,沒有必要購買護目鏡。

但大家都要注意,不要揉眼睛,因為手可能接觸到病毒,再接觸到眼睛會導致結膜感染。

口罩到底應該戴多久?使用過後如何丟棄處理?

原則上,我們建議大家只用一次。理論上說,我們建議大家在每次使用後更換新的口罩,尤其是一次性醫用口罩只能用一次。如果口罩內部或者外部變得潮濕或者臟了,更需要立即更換。

如果怕口罩很快用完,N95/KN95口罩對普通人而言可以重複用,注意摘取後放在乾燥處,用乾淨的密封袋保存。未使用的口罩應該放在通風良好,避光乾燥的環境中儲存。

但我們還是要提醒大家,重複使用有風險。如果擔心口罩儲備不夠,最好的做法是減少外出次數。

丟棄時,普通人可以直接丟棄到垃圾桶內。如果是感冒或流感樣症狀(發熱、咳嗽、鼻塞、流鼻涕、打噴嚏、乏力)的人,最好用自封袋包裝後,按醫療廢物妥善處理。

不要剪碎,因為飛沫可能會污染剪刀。也不要開水燙口罩,操作過程中反而會增加病毒感染風險。

摘下口罩後,記得洗手!洗手!洗手!

最後提醒:提高防護意識,重視這次疫情,但不能越慌越亂。

尤其不建議一有感冒迹象就馬上去發熱門診,反而會增加感染的風險,也增加醫療系統的負擔。可以先自行觀察,減少外出。

如果存在以下情況,應當減少與他人的接觸:

- * 在過去14天內到過疫區
- * 出現感冒或流感樣症狀(發熱或咳嗽、鼻塞、咽痛、頭暈、乏力中的至少兩種)
- * 免疫狀態不好的,如長期使用糖皮質激素、免疫抑制劑、HIV感染、老年、兒童、糖尿病等人群

對醫護人員最好的支持就是保護自己的身體,對病毒最有力的反擊就是把傳染的可能摁死在家里。做好衛生,當好肥宅,儘量平靜。

口罩正確使用小撇步

一般外科口罩要**每天替換**,若無法吸附異味時、髒污、潮濕、破損時要立即更換

常見NG方式

- 1 反戴口罩
- 2 使用超過1天
- 3 清洗口罩
- 4 只遮住嘴巴,露出鼻子

傳染過程中很可能存在未知的中間宿主媒介。根據對SARS-CoV和MERS-CoV的研究,冠狀病毒對熱敏感,保持56°C 30分鐘、乙醚、75%乙醇、含氯消毒劑、過氧乙酸和氯仿等脂溶劑均可有效滅活病毒。氯己定不能有效滅活病毒。

起病以發熱為主要表現

從臨床表現來看,新型冠狀病毒肺炎起病以發熱為主要表現,可合併輕度干咳、乏力、呼吸不暢、腹瀉等症狀,流涕、咳嗽等卡他症狀少見。一半患者在一周後出現呼吸困難,嚴重者快速進展為急性呼吸窘迫綜合徵、膿毒症休克、難以糾正的代謝性酸中毒和出凝血功能障礙。部分患者起病症狀輕微,可無發熱等臨床症狀,多在1周後恢復。多數患者預後良好,少數患者病情危重,甚至死亡。

影像學表現早期呈現多發小斑片影及間質改變,以肺外帶明顯。進而發展為雙肺多發磨玻璃影、浸潤影,嚴重者可出現肺實變,胸腔積液少見。

除影像學表現外,患者還可出現發病早期外周血白細胞總數正常或減低、淋巴細胞計數減少,部分患者出現肝酶、肌酶和肌紅蛋白增高。多數患者C反應蛋白和血沉升高,降鈣素原正常。嚴重者D-二聚體升高,淋巴細胞進行性減少。

發熱患者合併哪些症狀要懷疑被感染

此次新型冠狀病毒性肺炎是一種全新的冠狀病毒肺炎,人群對這種病毒普遍缺乏免疫力,具有人群易感性,如果接觸病毒數量多,或機體免疫功能較差的,極易出現感染。

根據前期診治經驗,發病前2周內有武漢市旅行史或居住史;或發病前14天內曾接觸過來自武漢的發熱伴有呼吸道症狀的患者,或有聚集性發病;患者發熱的同時具有肺炎影像學特徵;發病早期白細胞總數正常或降低,或淋巴細胞計數減少,可判斷為疑似病例。

在符合疑似病例標準的基礎上,痰液、咽拭子、下呼吸道分泌物等標本行實時熒光RT-PCR檢測2019-nCoV核酸陽性,就可確診。

對於所有疑似病例,需要就地醫學隔離,對於輕症患者,可在門診隔離觀察或居家隔離觀察。所有回家觀察的患者都應該要求其一旦出現任何疾病的惡化表現應立即回到指定醫院集中治療。重症病例者、危重症病例者,需住院治療。

新型冠狀病毒肺炎需要鑒別的疾病

由於此種肺炎患者往往有發熱,雙肺瀰漫性、浸潤性病變,首先需要與其他類型肺炎進行鑒別,例如細菌性肺炎,或支原體、衣原體肺炎等非病毒性肺炎,但細菌性肺炎患者往往血象較高,且以單肺為主,咳嗽時可有膿痰;其次,與其他病毒性肺炎相鑒別。很多病毒都會引起肺炎,例如流感病毒、呼吸道合胞病毒、鼻病毒、腺病毒等都可以引起肺炎,但這些病毒感染引起肺炎概率相對較低,數量相對較少,而新型冠狀病毒感染患者出現肺炎幾率較高,傳染性較其他病毒性肺炎強;另外,還需要與間質性肺炎病尤其是急性間質性肺炎相鑒別,主要從流行病學、影像學表現等來進行鑒別。

抗毒藥、抗菌藥物以及激素應用需要注意

目前對於新型冠狀病毒沒有特效抗病毒藥物,治療以對症、支持為主。避免盲目或不恰當的抗菌藥物治療,尤其是聯合應用廣譜抗菌

度、胸部影像學進展情況,酌情短期(3~5天)使用糖皮質激素。目前尚無特異性抗病毒藥物。可試用α-干擾素霧化吸入、洛匹那韋/利托那韋等藥物。

若有地方性流行病學史或其他感染相關的危險因素(包括旅行史或接觸動物流感病毒)時,經驗療法應包括神經氨酸酶抑制劑(奧司他韋)或者膜融合抑制劑(阿比多爾)。

老人、孕產婦病情進展相對更快

此次新型冠狀病毒肺炎在免疫功能低下和免疫功能正常人群均可發生,與接觸病毒的量有一定關係。如果一次接觸大量病毒,即使免疫功能正常,也可能患病。對於免疫功能較差的人群,例如老年人或存在肝腎功能障礙人群,病情進展相對更快,嚴重程度更高。但免疫功能正常人群,感染後可能出現嚴重炎症反應,導致ARDS或膿毒症表現,不能掉以輕心。

與SARS流行病學特徵類似,兒童及嬰幼兒發病較少。目前確診的一例兒童患者症狀較輕,但有明確接觸史和典型肺部CT改變,病毒轉陰較快,預後較好。另有多例兒童疑似患者。

出院患者要按時隨訪

目前有部分患者已經治療好轉出院,尤其是輕症患者,在出院之前,要常規進行核酸檢測,連續2天核酸檢測陰性,且臨床症狀明顯緩解,或影像學表現明顯好轉,可以考慮出院,定期隨訪。在隨訪中要注意防範再次出現感染,並居家隔離一段時間,以保證病情完全康復。

疫情期間如何安心宅在家? 做好11件小事

肺炎疫情讓年味兒多了不少焦慮,走親訪友都成了奢望。與其冒着被感染的風險出門或聚會,倒不如宅在家里最踏實。

可即便宅在家,看到網上不斷擴散的疫情信息還是不免心慌意亂。畢竟總要和人接觸,總要呼吸着同一片空氣。

今天就來對症下藥,在家注意好以下幾個問題,讓你這個假期在家宅得更安心一點。

拿到外賣或快遞,需要消毒嗎?

可以用酒精擦一擦外包裝。

宅在家里難免需要叫外賣,收到快遞也不可能一直不去拿。但很多人擔心,外賣小哥快遞小哥每天在社區間奔波,接觸很多住戶,萬一攜帶了病毒,而自己拿到外賣,也增加了沾上病毒的風險。

如果擔心外賣和快遞帶來的間接接觸,可以讓外賣小哥放在門口,等他走了再拿進屋(雙方都少接觸一個人,都安全),再用酒精擦一擦包裝袋,洗手以後再打開吃。

至於快遞,不同的病毒在人體外的存活時間是不一樣的,快遞在運送過程中沾染的病毒早已死亡。但在投遞/配送近期沾染的病毒可

件允許的情況下就選擇最推薦的,何必冒險嘗試別的方法呢?

為什麼要開窗通風?不會讓病毒飄進來嗎?

很多人對開窗通風很不解,既然家里最安全,開窗通風不是正好讓病毒飄進來嗎?大冬天那么冷,也不想開窗通風啊.....

因為不開窗通風會先缺氧窒息。其實,開窗通風反而有助於降低室內可能存在的病毒量,也有助於更新室內空氣。室外的空氣經過「稀釋」,幾乎不可能把病毒帶進室內。

如果家中有疑似急性呼吸道感染的患者,通風時開窗不開門,也不要使用新風系統,避免患者所處區域的氣體進入乾淨區域。外出回來感覺全身都沾上了病毒

進家門需要做什么?正常脫衣服、摘口罩、洗手就可以。

很多人覺得,在家里一直默着太憋屈了,有時候也想溜出去走走,但進門之前就又開始慌,感覺全身都沾上了病毒,回家口罩衣服應該先脫哪個?先洗臉還是洗手?頭髮要消毒嗎鞋子要消毒嗎.....

停!冷靜!是不是要淋個酒精浴才踏實?

通常呼吸道相關疾病的病原體主要通過飛沫傳播,範圍在1米左右,對一般人來說,不要去人群密集的地方,可保持安全距離。外出時戴口罩,勤洗手,打噴嚏或咳嗽時用紙巾或手肘去捂住口鼻,已經能夠防護,無需過分恐慌。

據說寵物也會感染?出門遛狗要怎么防護?

目前沒有證據表明,這次的冠狀病毒會傳染給貓狗。但建議寵物也少出門,和主人一樣。

如果要遛狗,除了自己戴好口罩之外,回家後給狗貓貓徹底洗澡,用常用的洗浴產品即可。洗澡的目的是「去污」,就像用肥皂洗手一樣,主要避免攜帶病毒感染人。

鄰居、家人發燒了,我該怎麼辦?

減少溝通交流,他好你也好。如果非要交流,戴好口罩,與他們保持1米以上的距離,避免

洗手六步驟

- 第一步: 掌心相對,手指并攏,相互搓擦
- 第二步: 手背對手掌沿指縫相互搓擦,交換進行
- 第三步: 掌心相對,雙手交叉指縫相互搓擦
- 第四步: 彎曲手指關節在另一手手心旋轉搓擦,交換進行
- 第五步: 右手握住左手大腕,沿腕部轉擦,交換進行
- 第六步: 將五指指尖并攏放在另一手手心旋轉搓擦,交換進行

武漢加油

及時通報,有效防控
早日打贏這場看不見硝煙的戰爭!