



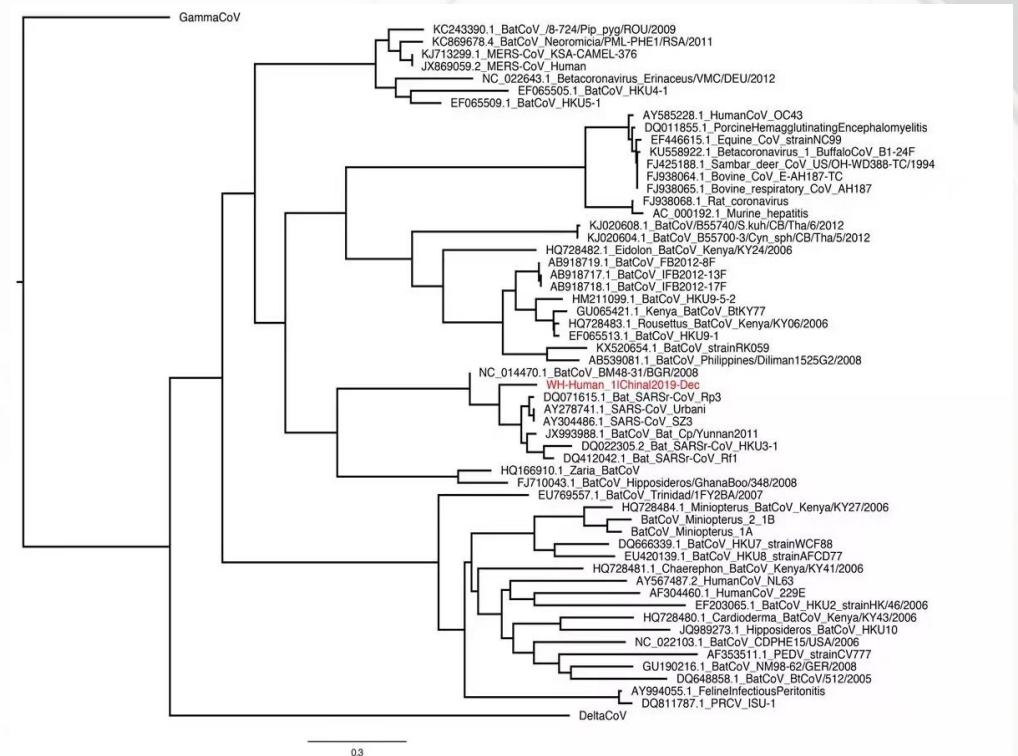
健康开讲啦

——科学应对新冠病毒感染

天津市疾病预防控制中心

什么是新冠病毒？

- 人类感染后可以发病的冠状病毒有：
 - α 属：229E、NL63。
 - β 属：OC43、HKU1、MERSr-CoV、SARSr-C
 - HKU1、SARS-CoV、MERS-CoV :可引起肺炎。
- 2019年发现，为一种新型冠状病毒(β 属) (WHO命名为2019-nCoV)。
- 2023年，新冠病毒感染在我国为法定乙类传染病



Preliminary maximum likelihood phylogenetic analysis of novel Wuhan, China human CoV GenBank (accession MN908947). Tree based on partial RdRp gene sequence (410bp), aligned with representative human and animal CoV sequences from Genbank. Rapid analysis by Kevin Olival, EcoHealth Alliance - 11 Jan 2020 (12:30pm EST)

高度变异性

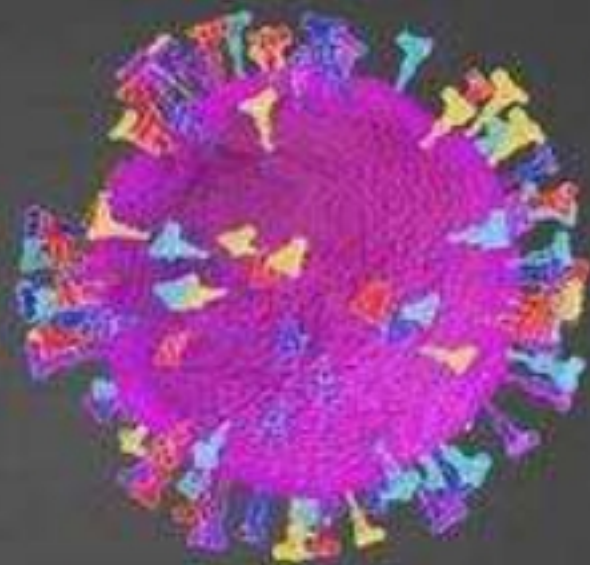
单股正链的RNA病毒，在病毒复制过程中，其基因组通过多种机制而发生变异。进而使这些变异毒株的传染性和致病性更强，甚至出现部分中和抗体位点免疫逃逸。新冠病毒重要位点发生突变，逐渐形成多种传播力和致病性更强的变异病毒



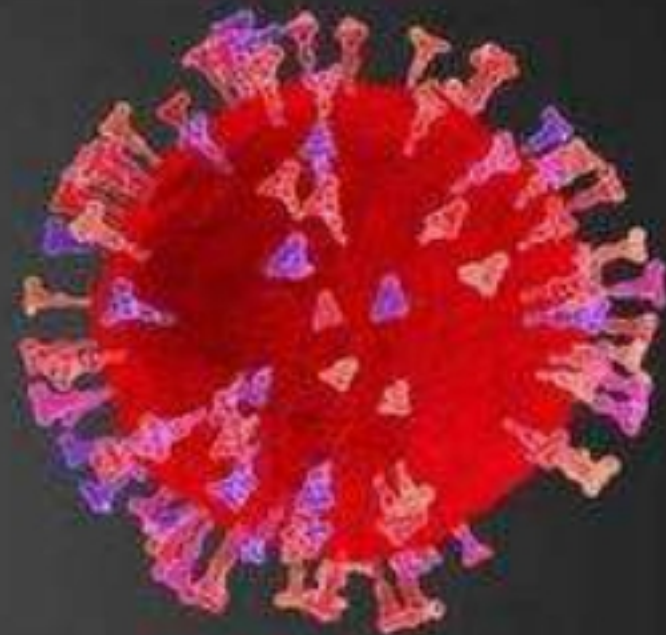
Alpha
B.1.1.7



Beta
B.1.351



Delta
B.1.617.2



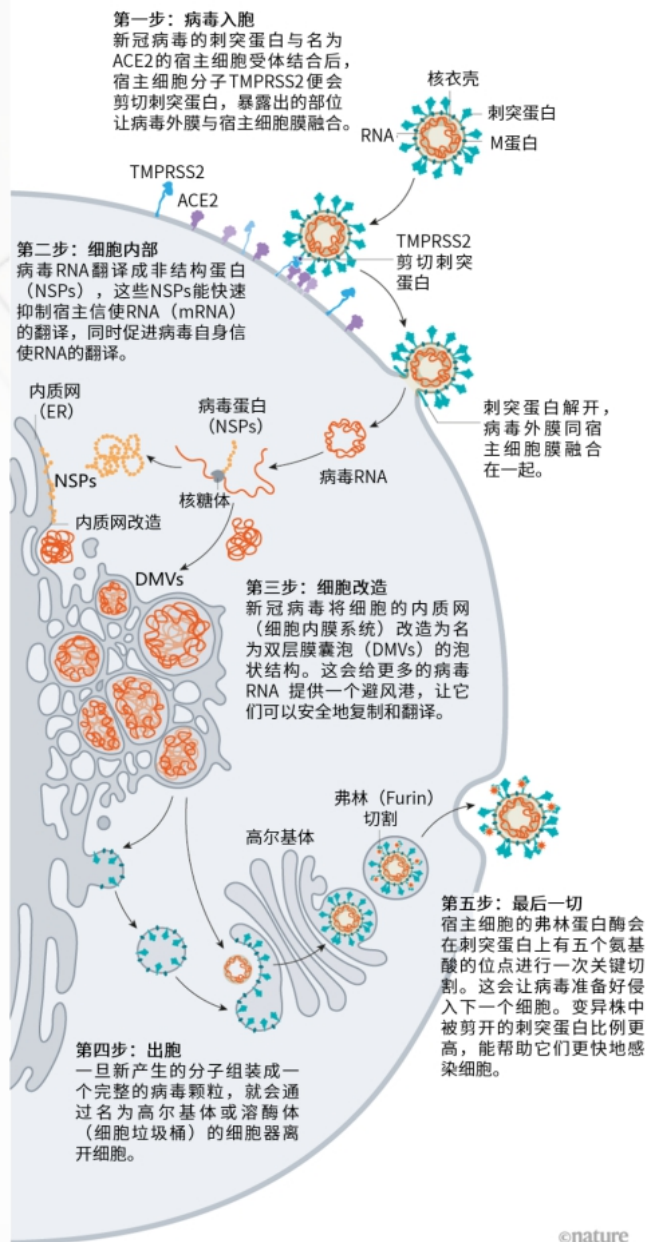
Omicron
B.1.1.529

传染性速度很快

- 现在流行的新冠病毒奥密克戎变异株可以在2分钟左右进入宿主细胞，很快在上呼吸道呈现指数复制，12-24小时后在感染细胞中释放成熟的病毒颗粒，也就是通常说的开始“排毒”
- 单次暴露后12个小时就能检测到病毒

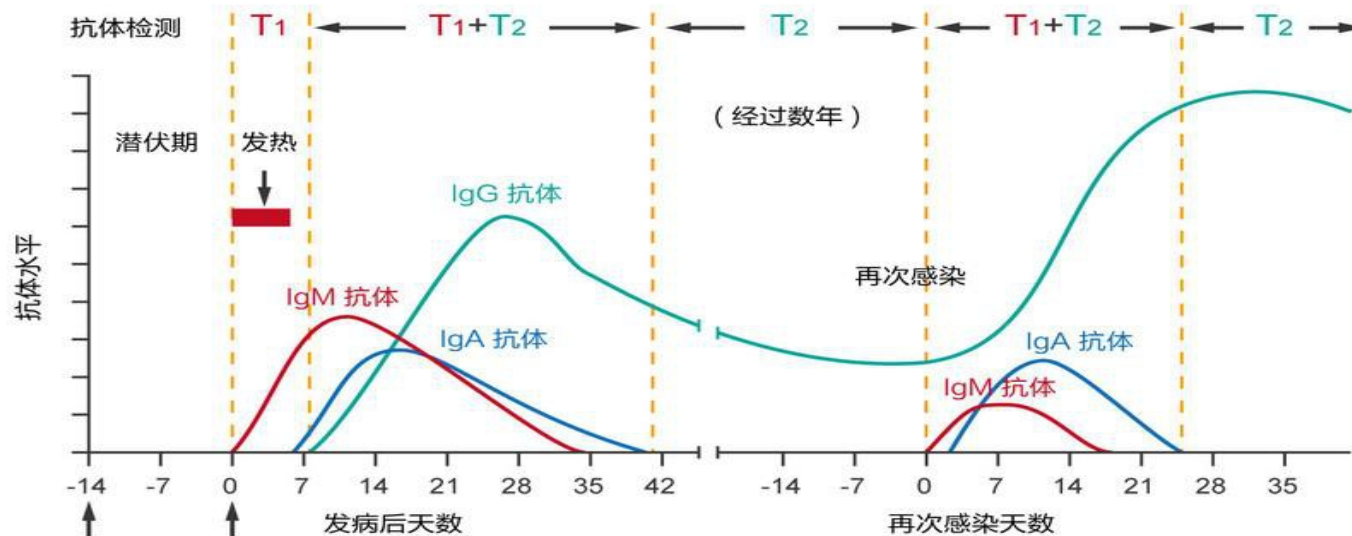
新冠病毒的生命周期

新冠病毒入胞出胞的示意图。



中和抗体的不持久

从目前来看，不管是自然感染后产生的抗体，还是通过接种疫苗后产生的抗体维持时间都很短，所以一次感染后，间隔一段时间又会感染新冠病毒。



新冠病毒怕什么？

- 紫外线
- 高温（56℃30分钟）
- 75%医用酒精
- 含氯消毒剂
- 过氧乙酸

以上均能有效杀死病毒

谁是疾病的传播者？

- 主要是新型冠状病毒感染的**患者**
- **无症状感染者**也可以传播病毒

疾病是怎么得的？

➤ 呼吸道飞沫传播

➤ 通过咳嗽、喷嚏、谈话等排出带有病原体的分泌物和飞沫，使易感者吸入感染。

➤ 接触传播

➤ 飞沫沉积在物体表面，手接触表面再接触口、鼻、眼等导致感染。



• 气溶胶传播

• 在相对封闭的环境中可经气溶胶传播

哪些人群容易感染？

- 人群普遍易感
- 免疫功能低下和免疫功能正常人群均可发生
- 与接触病毒的量有一定关系
- 免疫功能较差人群，如老人、孕产妇或肝肾功能异常，有慢性病，感染后病情更重

感染后有何临床表现？

- 以发热、乏力、干咳为主要表现
- 少数病人伴有鼻塞、流涕、咽痛和腹泻
- 病情严重的可出现呼吸困难
- 多数患者预后良好，少数病情危重

如何预防感染？

正确佩戴个人防护用品



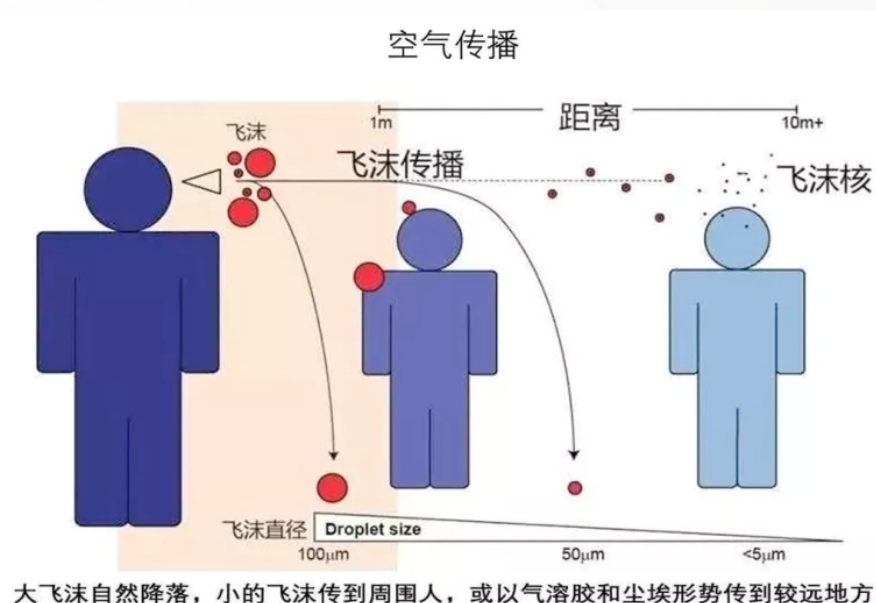
医用防护口罩



医用外科口罩

佩戴口罩场景

- 前往医院就诊、住院人员、陪护探视人员应该佩戴口罩；有发热或患呼吸道感染疾病的患者，在接触其他人员，以及外出时应佩戴口罩。
- 进入公共场所，不论是小区、单位、商场、超市，都要佩戴口罩。在乘坐地铁、公交车等公共交通工具时要全程佩戴口罩。在乘坐电梯、进入地下车库等密闭环境时，要规范佩戴口罩。
- 日常生活中，我们要提高警惕，出门遛弯，到楼下超市买菜，到小区门口拿快递，都要注意戴好口罩。保持良好的生活习惯，可以大大降低我们暴露于病毒的机会。
- 年老及体弱者、有慢性疾病患者外出时，尤其建议佩戴口罩。
- 尽量不要触摸口罩。如果必须触摸，则在触摸前和触摸后都要记得洗手。



佩戴口罩注意事项

- 佩戴口罩前，应保持手卫生。佩戴时，要通过颜色深浅、褶皱朝向、金属条位置分清内外上下。佩戴后，上下将褶皱拉开，保证口罩能够遮住口鼻和下巴。双手摁紧金属条，让口罩与面部更好地贴合，保持密闭性。
- 不要将口罩拉至下颌、脖颈等位置，也不要将口罩挂在手臂上，使口罩内层受到污染，失去防护效果。正常情况下，建议每个口罩累计佩戴时间不超过8小时，超过时间要及时更换口罩。
- 佩戴口罩之后，尽量不要触摸口罩。如果必须触摸，则在触摸前和触摸后都要记得洗手。

1. 可悬挂于清洁、干燥、通风处。



2. 有独立包装的口罩，取下后朝内对折，放回原包装袋内。



3. 桌子用酒精消毒后铺上洁净纸巾，口罩朝内对折放置在纸巾上，上方再覆盖一层纸巾。



4. 将一张干净的纸对折，口罩朝内对折后，放入纸中，口罩带子不要放入。



5. 自备收纳袋，将口罩放入，注意消毒并定期更换。



如何正确洗手 内外夹弓大立腕



1.掌心对掌心揉擦



2.掌心对手背揉擦



3.手指交错对揉擦



4.两手互握揉指背



5.拇指在掌中转揉擦



6.指尖在掌心揉擦



7.掌心与手腕揉擦

- 彻底有效洗手
- 每次40-60秒
- 洗手在流水下进行

感染者与同住人员防护

• 1 自我隔离的场所选择

（1）单独居住于通风较好的房间，室内配备体温计、纸巾、口罩、一次性手套、消毒剂等个人防护用品和消毒产品及带盖的垃圾桶。室外放置桌凳，以便非接触式传递物品。

（2）尽量配备单独卫生间，避免与其他家庭成员共用卫生间。

（3）使用空调系统通风时，选择分体式空调；如使用集中空调，全空气系统应关闭回风。

• 2 居家卫生要求

• （1）多通风：每天室内开窗通风至少 3 次，每次不少于 30 分钟。

• （2）勤洗手：准备食物、饭前便后、摘戴口罩等应当洗手或进行手消毒。

• （3）讲究咳嗽礼仪：咳嗽、打喷嚏时，用纸巾或手肘遮挡口鼻；将用过的纸巾丢至垃圾桶，接触呼吸道分泌物后立即洗手或进行手消毒。

• （4）与同住人员不共用生活用品：餐具、毛巾、牙刷、衣物等个人物品，分开使用且不与他人的摆放在一起。

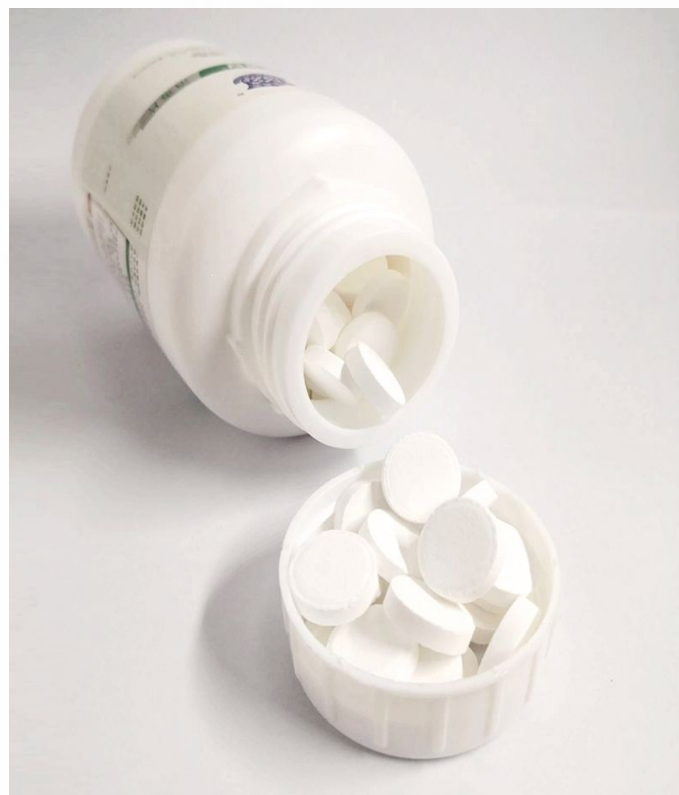
• （5）同住人员尽量不与隔离者直接接触，在隔离者居住房间外放置桌凳，以便非接触式传递物品。

常用消毒剂有什么？

乙醇消毒液



含氯泡腾片



84消毒液



居家消毒方法

环境和物体表面消毒

可选择含氯消毒剂**擦拭、喷洒或浸泡**消毒。

衣物、床单等纺织品消毒

可选择热力消毒、含氯消毒剂浸泡等消毒方式。

室内空气

预防性消毒时首选通风。

餐饮具消毒

煮沸消毒，或使用含氯消毒剂浸泡，再用清水洗净。



谢谢观看