



师生健康防疫手册

泉州师范学院防控新型冠状病毒感染的肺炎疫情

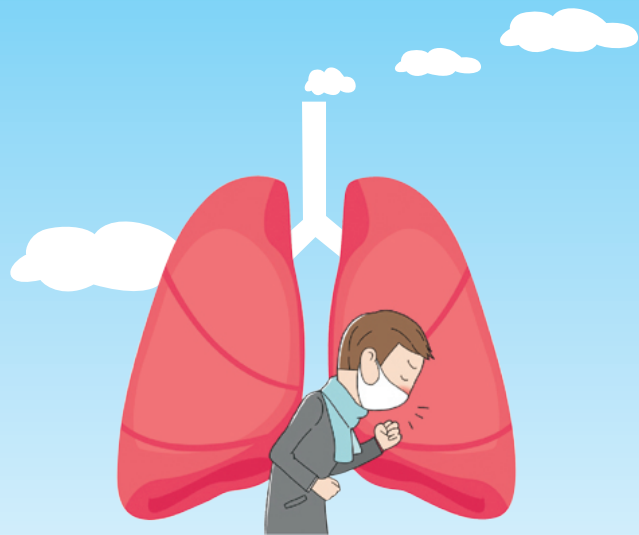
应急指挥部办公室

2020年8月(修订)

(一) 公众预防篇	1
(二) 公共场所篇	7
(三) 居家观察篇	13
(四) 公共交通篇	19
(五) 返校准备篇	25
(六) 返校途中篇	26
(七) 学校管理篇	27
(八) 学生管理篇	29
(九) 应急处置篇	30



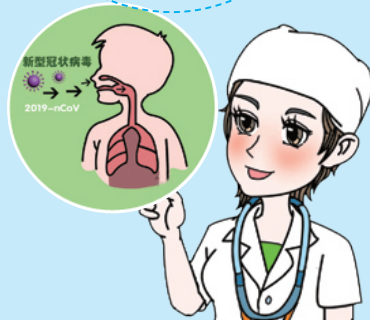
公众预防篇



特别提示：

公众预防怎么做？

新型冠状病毒感染的肺炎是一种新发疾病，根据目前对该疾病的认识制定本指南，适用于疾病流行期间公众个人预防指导。





一、尽量减少外出活动



- (一) 避免去疾病正在流行的地区。
- (二) 减少走亲访友和聚餐，尽量在家休息。



- (三) 减少到人员密集的公共场所活动，尤其是空气流动性差的地方，例如公共浴池、温泉、影院、网吧、KTV、商场、车站、机场、码头、展览馆等。



二、个人防护和手卫生



- (一) 外出佩戴口罩。外出前往公共场所、就医和乘坐公共交通工具时，应全程佩戴一次性医用口罩或医用外科口罩。

- (二) 随时保持手卫生。减少接触公共场所的公共物品和部位；从公共场所返回、咳嗽手捂之后、饭前便后，用洗手液或香皂流水洗手，或



- 者使用含酒精成分的免洗洗手液；不确定手是否清洁时，避免用手接触口鼻眼；打喷嚏或咳嗽时，用手肘衣服遮住口鼻。



三、健康监测与就医

(一) 主动做好个人与家庭成员的健康监测



测，自觉发热时要主动测量体温。家中有小孩的，要早晚摸小孩的额头，如有发热要为其测量体温。

(二) 若出现可疑症状，应主动戴上口罩及时就近就医。若出现新型冠状病毒感染可疑症状（包括发热、咳嗽、咽痛、胸闷、呼吸困难、轻度纳差、乏力、精神稍差、恶心呕吐、腹泻、头痛、心慌、结膜炎、轻度四肢或腰背部肌肉酸痛等），应根据病情、及时到医疗机构就诊。并尽量避免乘坐地铁、公共汽车等交通工具，避免前往人群密集的场所。就诊时应主动告诉医生自己的相关疾病流行地区的旅行居住史，以及发病后接触过什么人，配合医生开展相关调查。



四、保持良好卫生和生活习惯



(一) 居室勤开窗，经常通风。

(二) 家庭成员不共用毛巾，保持家居、餐具清洁，勤晒衣被。

(三) 不随地吐痰，口鼻分泌物用纸巾包好，弃置于有盖垃圾箱内。

(四) 注意营养，适度运动。

(五) 不要接触、购买和食用野生动物（即野味），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。

(六) 家庭备置体温计、医用外科口罩或N95口罩、家用消毒用品等物资。



特别提示： 公共场所怎么做？

新型冠状病毒感染的肺炎是一种新发疾病，根据目前对该疾病的认识制定本指南，适用于商场、餐馆、影院、KTV、网吧、公共浴池、体育馆、展览馆、火车站、地铁站、飞机场、公交汽车站等公共场所。





一、公共场所工作人员要自行健康监测,若出现新型冠状病毒感染的可疑症状如发热、咳嗽、咽痛、胸闷、呼吸困难、轻度纳差、乏力、精神稍差、恶心呕吐、腹泻、头痛、心慌、结膜炎、轻度四肢或腰背部肌肉酸痛等),不要带病上班。



二、若发现新型冠状病毒感染的可疑症状者,工作人员应要求其离开。



三、公用物品及公共接触物品或部位要定期清洗和消毒。



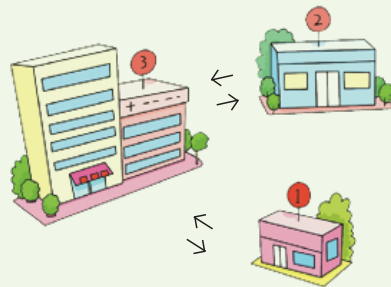
四、保持公共场所内空气流通。保证空调系统或排气扇运转正常,定期清洗空调滤网,加强开窗通风换气。



五、洗手间要配备足够的洗手液,保证水龙头等供水设施正常工作。



六、保持环境卫生清洁,及时清理垃圾。



七、疾病流行地区,公众应尽量减少前往公共场所,尤其避免前往人流密集和空气流通较差的地方。



居家观察篇



特别提示：

病例密切接触者的
居家医学观察怎么做？





在居家医学观察期间的具体建议如下：



一、将密切接触者都安置在通风良好的单人房间，拒绝一切探访。

二、限制密切接触者活动，最小化密切接触者和家庭成员活动共享区域。确保共享区域（厨房、浴室等）通风良好（保持窗户开启）。

三、家庭成员应住在不同房间，如条件不允许，和密切接触者至少保持1米距离。哺乳期母亲可继续母乳喂养婴儿。

四、其他家庭成员进入密切接触者居住空间时应佩戴口罩，口罩需紧贴面部，在居住空间中不要触碰和调整口罩。口罩因分泌物变湿、变脏，必须立即更换。摘下并丢弃口罩之后，进行双手清洗

五、与密切接触者有任何直接接触，或离开密切接触者居住空间后，需清洁双手。准备食物、饭后便后也均应清洁双手。如果双手不是很脏，可用酒精免洗液清洁。如双手比较脏，则使用肥皂和清水清洗。（注意酒精使用安全，防止意外吞食或引发火灾）。



六、使用肥皂和清水洗手时，最好使用一次性擦手纸。如果没有，用洁净的毛巾擦拭，毛巾变湿时需要更换。



七、偶然咳嗽或打喷嚏时用来捂住口鼻的材料可直接丢弃，或者使用之后正确清洗（如用普通的肥皂 / 洗涤剂 and 清水清洗手帕）。

八、家属应尽量减少与密切接触者及其用品接触。如避免共用牙刷、香烟、餐具、饭菜、饮料、毛巾、浴巾、床单等。餐具使用后应使用洗涤剂和清水清洗。

九、推荐使用含氯消毒剂和过氧乙酸消毒剂。每天频繁清洁、消毒家庭成员经常触碰的物品，如床头柜、床架及其他卧室家具。至少每天清洁、消毒浴室和厕所表面一次。





十、使用普通洗衣皂和清水清洗密切接触者衣物、床单、浴巾、毛巾等，或者用洗衣机以60-90摄氏度和普通家用洗衣液清洗，然后完全干燥上述物品。将密切接触者使用的床品放入洗衣袋。不要甩动衣物，避免直接接触皮肤和自己的衣服。



十一、戴好一次性手套和保护性衣物（如塑料围裙）再去清洁和触碰被密切接触者的人体分泌物污染的物体表面、衣物或床品。戴手套前、脱手套后要进行双手清洁及消毒。



十二、若确诊病例的密切接触者出现可疑症状，包括发热、咳嗽、咽痛、胸闷、呼吸困难、轻度纳差、乏力、精神稍差、恶心呕吐、腹泻、头痛、心慌、结膜炎、轻度四肢或腰背部肌肉酸痛等，应立即就医。具体指导建议如下：

- 前往医院的路上，病人应该佩戴医用外科口罩或N95口罩。

- 如果可以，避免乘坐公共交通工具前往医院，路上打开车窗。

- 时刻佩戴口罩和随时保持手卫生。在路上和医院时，尽可能远离其他人(至少1米)。

- 若路途中污染了交通工具，建议使用含氯消毒剂或过氧乙酸消毒剂，对所有被呼吸道分泌物或体液污染的表面进行消毒。





公共交通篇



特别提示：

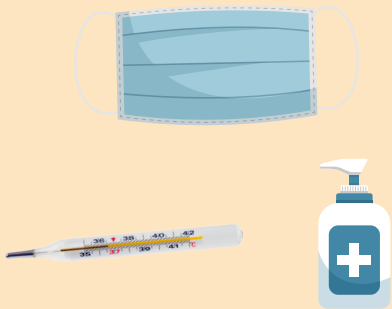
外出怎么做？

新型冠状病毒感染的肺炎是一种新发疾病，根据目前对该疾病的认识制定本指南，适用于飞机、火车、地铁、公共汽车和轮船等公共交通工具。





一、发生疾病流行地区的公共交通工具在岗工作人员应佩戴医用外科口罩或N95口罩，并每日做好健康监测。



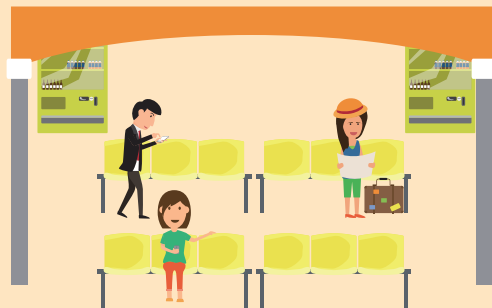
二、公共交通工具建议备置体温计、口罩等物品。



三、增加公共交通工具清洁与消毒频次，做好清洁消毒工作记录和标识。



四、保持公共交通工具良好的通风状态。



五、保持车站、车厢内的卫生整洁，及时清理垃圾。



六、做好人员工作与轮休安排，确保司乘人员得到足够休息。



七步洗手法

在餐前便后、外出回家、接触垃圾、抚摸动物后，要记得洗手。洗手时，要注意用流动的水和使用肥皂(皂液洗手，揉搓的时间不少于15秒。为了方便记忆，揉搓步骤简单归纳为七字口诀：“内—外—夹—弓—大—立—腕”。





返校准备篇

1. 做好自我健康监测，开学前进行连续14天每日体温测量，记录健康状况和活动轨迹，并如实上报学校。

2. 及时掌握学校的各项防控制度和本地及学校所在地的疫情形势、防控规定。掌握个人防护与消毒等知识和技能。注意合理作息，均衡营养，加强锻炼，返校前确保身体状况良好。

3. 学校正式确定和通知开学时间前，学生不得提前返校。
来自中高风险地区的学生和教职员工返校时须向学校出示一周内的核酸检测报告。境外师生未接到学校通知一律不返校，返校时按照有关要求向学校出示核酸检测证明材料。



返校途中篇

1. 返校途中要随身携带足量的口罩、速干手消毒剂等个人防护用品，全程佩戴好口罩，做好手卫生。

2. 在公共交通工具上尽量减少与其他人员交流，避免聚集，与同乘者尽量保持距离。尽量避免直接触摸门把手、电梯按钮等公共设施，接触后要及时洗手或用速干手消毒剂等擦拭清洁处理。

3. 如返校途中身体出现发热、干咳、鼻塞、流涕、咽痛等症状应当及时就近就医，如在飞机、火车等公共交通工具上，应当主动配合乘务等工作人员进行健康监测、防疫管理等措施，并及时将有关情况报告学校。



学校管理篇

1. 严格日常管理。坚持落实学校传染病疫情报告制度、因病缺勤追踪登记制度等。每日掌握教职职工及学生动态，做好缺勤、早退、请假记录。加强流感等秋冬季高发传染病的监测、分析、预警、处置。以增强学生身体素质、健康体魄为出发点，重视学生健康素养和自我防护能力提升。开展经常性防疫培训、检查排查，将疫情防控作为学校日常管理的重要内容。

2. 聚集性活动管理。根据校园情况合理设置人员密集度，尽可能实施最小单元群体管理，以校区、专业、楼栋、年级、班级等为单位进行学习、生活、体育等活动。尽量开放教室、自习室、图书馆、体育场等公共空间。加强各类聚集性活动管理，大型室内聚集性活动非必要不组织。

3. 进出校登记制度。把好校门关，教职职工和学生入校时严格进行体温检测，查看健康码，保证入校人员身体状况健康。学校要加强对外卖配送和快递人员核查、登记与管理，合理设置快递收发点。

4. 教室卫生管理。加强室内通风换气，保持教室内卫生清洁，垃圾及时清理。对公共区域高频接触物体表面，如门把手、课桌椅、讲台、楼梯扶手、电梯按钮等，安排专人每日进行清洁消毒。如使用空调，应当保证空调系统供风安全。

5. 食堂卫生管理。采取错峰就餐，就餐排队时与他人保持安全距离。建立就餐、消毒等食品卫生管理台账。加强食材采购、存储、加工和销售等环节卫生安全管理，严格执行食品进货查验记录制度。做



好就餐区域桌椅、地面及餐（饮）具和炊具的清洁消毒。餐余垃圾及时清理和收集。

6. 宿舍管理。学生宿舍严禁外来人员入内。安排专人负责宿舍的卫生管理和检查。学生在宿舍区不聚集、不串门。宿舍要勤通风、勤打扫，保持厕所清洁卫生，洗手设施运行良好。做好垃圾清理和日常公共区域消毒。

7. 工作人员防护措施。校（楼）门值守人员、清洁人员及食堂工作人员等工作期间应当佩戴口罩。食堂工作人员应当穿工作服并保持清洁，定期洗涤、消毒工作服。

8. 健康教育课堂。把传染病防控知识与技能等内容纳入入学教育。通过多种方式，提高师生、家长防病意识和自我防护能力。引导师生主动接种流感等疫苗。关注学生心理等问题，为师生提供心理健康咨询服务。



学生管理篇

1. 学生到校时，应当按照学校相关规定安全有序报到。入校时接受体温检测，主动出示健康码，合格后方可入校。无特殊情况，尽量避免接送人员进入校区。

2. 在校期间，自觉按照学校规定进行健康监测。注意用眼卫生，积极参加体育锻炼。保持宿舍卫生清洁，做好个人卫生，定期晾晒、洗涤被褥及个人衣物。

3. 严格遵守学校进出管理规定，尽量减少出校，做到学习、生活空间相对固定，避免到人群聚集尤其是空气流动性差的场所，在公共场所保持社交距离。在校园内的学生和授课老师，可不戴口罩。



应急处置篇

1. 学校所在地区新冠肺炎疫情风险等级发生变化，应当按照当地疫情防控要求执行。

2. 学生和教职员工如出现发热、干咳等症状，应当立即做好佩戴口罩等防护措施，学生应当及时报告辅导员，教职员工应当及时报告学校，由指定专人进行健康状况监测及指导就诊。

3. 如发现新冠肺炎疑似病例，学校应当立即启动应急处置机制，第一时间向辖区疾病预防控制机构报告，配合做好流行病学调查、密切接触者集中隔离医学观察和消毒等工作。对共同生活、学习的一般接触者要及时进行风险告知，如出现发热、干咳等症状时要及时就医。

4. 学校对接受隔离医学观察的学生和教职员工，要做到排查、管控、督导、宣教、关爱“五个到位”。教职员工和学生病愈后，返校要查验由当地具备资质的医疗单位开具的复课证明。

资料来源：教育部应对新型冠状病毒感染肺炎疫情工作领导小组办公室、泉州市卫生健康委员会、泉州市疾病预防控制中心。