

新型冠状病毒肺炎

遵守十个良好行为

1. 勤洗手。
2. 避免与患急性呼吸道感染的人密切接触。
3. 勿用手触摸眼睛、鼻子和嘴巴。
4. 打喷嚏或咳嗽时要遮挡口鼻。
5. 勿随便服用抗病毒药物或抗生素，除非是医生开的处方。
6. 用含有氯或酒精的消毒剂清洁物体表面。
7. 仅在怀疑自己生病或协助病人时才使用口罩。
8. 中国制造的产品和寄来的包裹是不带危险的。
9. 如发烧或咳嗽并刚从中国返回不到14天，请
拨服务热线 1500。
10. 宠物不会传染新型冠状病毒。

Traduzione a cura di

1. 勤洗手

洗手和消毒对于预防感染至关重要。用肥皂与水清洗至少20秒。如没肥皂和水，可用含60%酒精的手部卫生清洁剂进行消毒。洗手可以消除病毒。

2. 避免与患急性呼吸道感染的人密切接触

保持与他人一米的距离，尤其是有咳嗽、打喷嚏或发烧时，因为含病毒唾液在近距离的飞沫中传播。

3. 勿用手触摸眼睛、鼻子和嘴巴

病毒主要通过呼吸道传播，但也会通过眼睛、鼻子和嘴巴进入体内，因此避免用不干净的手去触摸。实际上，手很可能会接触到被病毒污染的表面，然后传播到身体。

4. 打喷嚏或咳嗽时要遮挡口鼻

如您患急性呼吸道感染，避免与他人紧密接触。用肘部盖着或用手帕（最好是一次性的）咳嗽，戴口罩并洗手。如果咳嗽时用手遮住嘴巴，手可能会污染物体或其他接触的人。

5. 勿随便服用抗病毒药物或抗生素，除非是医生开的处方

目前没有科学根据表明，使用抗病毒药物可以预防新型冠状病毒(SARS-CoV-2)的感染。抗生素不能抵抗病毒，而只能抵抗细菌。准确地说，SARS-CoV-2是一种病毒，因此，在同时发生细菌与病毒的感染时，才会用上抗生素作治疗。

Traduzione a cura di

6. 用含有氯或酒精的消毒剂清洁物体表面

消灭物体表面的新型冠状病毒（SARS-CoV-2）化学消毒剂有：漂白剂/氯类消毒、溶剂、含75%的乙醇、过氧乙酸和氯仿。家庭医生和药剂师都能提供更多建议。

7. 仅在怀疑自己生病或协助病人时才使用口罩

世界卫生组织建议仅在怀疑自己感染了新型冠状病毒并出现咳嗽或打喷嚏等症状，或者在照顾疑似患者（最近到过中国并出现呼吸道感染症状）时戴口罩。口罩有助于限制病毒的传播，但还需采取其他卫生措施，如仔细洗手20秒。佩戴多层口罩是无作用的。

8. 中国制造的产品和寄来的包裹是不带危险的

根据世界卫生组织报道，收到从中国寄来的包裹，没有感染新型冠状病毒的风险，因为病毒不可能在物体的表面上长期生存。迄今为止，还没有证据表示在中国或其他地方所生产的物件能传播新型冠状病毒（SARS-CoV-2）。

9. 如发烧或咳嗽并刚从中国返回不到14天，请 拨服务热线 1500

新型冠状病毒的潜伏期为1至14天。如果您刚从中国返回不到14天，或与刚从中国返回不到14天的人有过接触，并且您有发烧、咳嗽、呼吸困难、肌肉疼痛、疲劳的现象，请拨国家卫生部服务热线 1500，以得到有关如何应对的信息。如您与他人接触，请戴上口罩。使用一次性纸巾并仔细洗净双手。

10. 宠物不会传染新型冠状病毒

目前，尚无证据证明狗和猫等宠物可能感染病毒。不过，当与宠物接触后，最好用肥皂和水把手洗干净。

Traduzione a cura di