

针对新冠肺炎确诊患者和密切接触者的居家隔离建议

RACCOMANDAZIONI PER L'ISOLAMENTO DOMICILIARE PER I CASI CONFERMATI DI COVID-19 O PER I CONTATTI STRETTI

- 1) 即使没有出现症状也不要出门；只有处于观察隔离期的人，可以在自家花园内走动。
- 2) 每天测量两次体温（早晚各一次）（服用退热药至少 4 小时后测量体温）
- 3) 将访客数量尽量减少到最低
- 4) 与共同生活者或者访客接触期间，始终佩戴口罩（医用外科口罩），并且保持 1 米-1.5 米的社交距离；咳嗽或打喷嚏时掩盖口鼻，纸巾使用后立即丢弃，并清洗双手。
- 5) 尽可能单独呆在一个房间内，特别是出现症状后。
- 6) 房间或日常生活起居空间每天要多次通风。
- 7) 尽可能单独使用一个卫生间，如果没有条件，使用后必须立即适当清洁消毒。
- 8) 在其他家庭成员进餐后再进餐，餐具专人专用。
- 9) 保持手部卫生，常用水、香皂或含酒精的洗手液清洗双手。洗手后，用一次性擦手纸擦干双手，或者使用个人专用的擦手巾。
- 10) 用 90 度水温、配合普通洗衣产品清洗床单、毛巾和衣物；如果某些面料不能用 90 度水温清洗，请适当加入含漂白剂或次氯酸钠的洗涤产品。
- 11) 使用中性清洁剂，或者含 0.1%次氯酸钠的溶剂，清洁室内环境和家具陈设表面；对于次氯酸钠溶剂可能破坏的物品，可以使用 70%浓度的乙醇清洁。
- 12) 如果症状加剧，呼吸困难，请致电家庭医生或者 118。