

一、居家隔离的防护措施



对于生活不便的，需要家人照料的患者，可以与家人同住。但要做好防护措施。

- ▶ 保持安全距离：隔离者需与护理者避免近距离的接触，必须接触时，**建议间隔1米以上距离。**
- ▶ 限制活动区域：隔离者要尽可能少出现在共享空间。
- ▶ 实行分餐制：将隔离者的饮食和家人分开，**用过的碗筷单独放置，使用后及时消毒。**
- ▶ 单人单用：隔离者的生活用品单人单用，与家人的分开放。
- ▶ 佩戴口罩：同住者要佩戴医用外科口罩或 N95 口罩。
- ▶ 通风消毒：包括隔离者房间在内的所有房间，还有共享区域。**每天至少早晚开窗通风2次，每次半小时。**
- ▶ 勤洗手：隔离者及护理者在做饭前后、吃饭前、上厕所后都要洗手。
- ▶ 注意咳嗽防护姿势：咳嗽、打喷嚏时要**使用肘部或多层纸巾遮挡，并且洗手。**



二、居家隔离的消毒措施

+

消毒措施

ONE

1



含氯消毒液

- ▶ 环境消毒：用含氯消毒液（如 84 消毒液）每天至少消毒房间一次。
- ▶ 卫生间消毒：使用公共卫生间和浴室，使用后用含氯消毒液进行消毒，然后再让他人使用。
- ▶ 用品消毒：每天至少消毒一次“高频接触”的物体表面。
- ▶ 餐具消毒：煮沸 15 分钟或用含氯消毒液浸泡 30 分钟，后用清水漂洗干净。
- ▶ 衣物消毒：建议用含氯消毒剂浸泡 1 小时，或采用煮沸 15 分钟消毒。

二、居家隔离的消毒措施



污染物处理
Two

2



有害垃圾箱

- ▶ 垃圾等污染物品（如用过的口罩、纸巾等）消毒：隔离者产生的垃圾丢入密闭的垃圾袋，并投至有害垃圾箱或指定垃圾箱内。
- ▶ 皮肤被污染物污染时，应立即冲掉污染物，然后用棉签蘸取 0.5% 碘伏消毒液或含氯消毒液擦拭消毒 3 分钟，并用清水清洗干净。