

家居隔離護理指南

(2019冠狀病毒病 / COVID-19)

注意 本指南僅適用於有輕度症狀、被建議家居隔離護理的疑似病患。疑似患者如已有其它長期病患或發燒，應立刻求醫。

1 ← 空間安排 →



若條件許可，建議將患者安置於通風良好（打開窗戶）的獨立房間，謝絕任何訪客。患者應盡量佩戴外科口罩。

2 ← 空間安排 →



其他家庭成員應住在另一房間。如空間條件所限，則應與患者分床並保持至少1米距離。

3 ← 空間安排 →



限制患者活動範圍，並確保共用空間（如廚房、浴室）通風良好。

4 ♥ 照顧安排 ♥



指定一名沒有長期病的家庭成員負責照顧。與患者同處一室時，應戴好緊貼面部和覆蓋口鼻的外科口罩，避免在使用過程中觸碰口罩。若口罩被分泌物弄濕或弄髒，必須立即更換。口罩使用後應妥善棄置，避免讓其他人接觸。

5 ♥ 照顧安排 ♥



接觸病人或其周遭環境後、備餐前後、餐前和如廁後，應立即用水和肥皂洗手最少20秒，並用即棄紙巾抹乾雙手。

6 ♥ 照顧安排 ♥



避免體液接觸，包括口腔、呼吸道分泌物及糞便。如要為患者清理口腔、呼吸道和排洩物，需要戴上一次性手套和口罩，在脫下口罩及手套前和後需要洗手，並把手套、口罩和其它廢物扔到有蓋垃圾桶。

7 ♥ 照顧安排 ♥



避免與患者一同用餐或共用餐具、牙膏、牙刷、毛巾或床單等。

8 ✨ 清潔安排 ✨



每日使用1:99稀釋漂白水徹底清潔家居環境、浴室、廁所和經常接觸的物品表面。

9 ✨ 清潔安排 ✨



可使用普通洗衣皂(液)清洗患者餐具、衣物、毛巾及床單。若條件許可，衣物、毛巾及床單應以攝氏60-90度水溫機洗，並充分烘乾。

10 ⊕ 監測安排 ⊕



所有家庭成員都應被視為接觸者，應每日自行監測體溫及身體狀況。

11 ⊕ 監測安排 ⊕



若家庭成員出現急性呼吸道感染癥狀，包括發燒、咳嗽、喉嚨痛和呼吸困難，應立即求醫，並向醫護人員詳述跟其他人有密切接觸的情況。赴診時要戴上口罩並避免搭乘公共交通工具。

參考資料：

- WHO Home care for patients with suspected novel coronavirus (COVID-19) infection presenting with mild symptoms and management of contacts, <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1269964/retrieve>
- China CDC, Guideline for self-quarantine at home, http://www.chinacdc.cn/jkzt/crb/zl/szkb_11803/jszl_2275/202002/t20200204_212210.html

免責聲明：本單張綜合了參考資料中提及的建議。個人可閱讀原始參考資料以獲取詳細信息。（更新：2020年3月18日）

如欲了解更多相關資訊，請聯絡CCOUC災害與人道救援研究所：

電話：+852 2252 8850 傳真：+852 2647 6547
電郵：ccouc@cuhk.edu.hk 網址：ccouc.org

