

预防在家和社区把中东呼吸综合征冠状病毒 (MERS-CoV) 传播给他人

2015年7月20日

这一情况说明书仅提供基本信息。它不能替代医疗咨询、诊断或治疗。如果您有任何健康问题以及您对您的饮食、生活方式或治疗做出任何更改之前，请始终咨询医疗保健专业人士。

中东呼吸综合征(MERS-CoV)是一种新的病毒。有些人感染这种病毒时，不会生病，但其他一些人可能生很严重的疾病。老年人和患有长期或慢性疾病的人感染MERS-CoV时，常常会病得很厉害。感染病毒的人通常会咳嗽和发烧，且有些人可能需要住院。

如果出现以下情况，您必须阅读和理解这一情况说明书：

- 您的医护人员正在对您进行MERS-CoV检测，或者您有MERS-CoV且不需要住院，
- 或者您和正在接受MERS-CoV检测或有MERS-CoV的人住在一起。

由于MERS-CoV是一种新病毒，因此还不是很清楚其传播的确切方式。据认为，当有MERS-CoV的人咳嗽时，该病毒会被传播。MERS-CoV从患者传播给与其有密切接触的人。密切接触包括护理患者或与患者住在一起等情况。此外，MERS-CoV还会在密切接触的医院人群以及未采取正确预防措施的人群中传播。必须采取预防措施，以防止将该病毒传播给他人。

对于有或可能有MERS-CoV的人

您可以做如下的一些事情来帮助您周围的人不会感染该病毒：

- 遵循您的医护人员给您的建议。如果您对该建议有任何疑问，请咨询您的医护人员，并确保您有您需要的所有信息，包括公共卫生部门的联系信息。
- 呆在家里。不要使用公共交通工具或出租车。不要去上班、上学或去其他公共场所。
- 尽量在家呆在远离其他人的单独房间，并使用单独的卫生间（如果您有）。确保共享的房间有良好的通风（如厨房、卫生间）。如有可能，请打开窗户。
- 咳嗽和打喷嚏时，请遮掩。请随身携带纸巾，以便咳嗽和打喷嚏时能够遮掩，或者用纸巾擦拭或擤鼻涕。如果您没有随身携带纸巾，请用您的上袖或肘部（而不是用手）遮住嘴巴和鼻子。把用过的纸巾放进内衬塑料袋的垃圾桶，并立即用肥皂和水冲洗您的双手。当清空垃圾桶时，请尽量不要触摸用过的纸巾。
- 经常用肥皂和水洗手，最少洗15秒。用纸巾或不与他人共用的自用毛巾擦干双手。如果没有肥皂和水且您的双手看起来不是很脏，您可以使用含酒精的洗手液。
- 限制您家的拜访者人数，仅让您必须会面的拜访者来访，并尽量使拜访时间缩短。
- 当您和他人呆在一个房间里时，请保持两米的距离，并戴上可遮住您鼻子和嘴巴的口罩。如果您不能戴口罩，和您呆在同一个房间的其他人应该戴口罩。

- 如果您必须离家去医护人员处就诊，当您和他人在两米的距离内，请戴上可遮住您鼻子和嘴巴的口罩。
- 如果您正在接受MERS-CoV检测或您有MERS-CoV，请告知所有的医护人员。如果您需要救护车，也请告诉医护人员。这将帮助医护人员采取措施，以防止医护人员自己与他人患上MERS-CoV。

对于和已有或可能有MERS-CoV的患者住在一起的人

和已有或可能有MERS-CoV的患者住在一起的人可以采取多种措施保护自己和他人：

- 仅让必不可少的家里人提供护理：
 - 不照护正在接受MERS-CoV检测或已感染MERS-CoV的患者的人应该住在其他地方。如果这无法做到，他们应该尽量呆在其他房间或与该患者隔离开。
 - 让老年人和患有长期或慢性疾病（例如，糖尿病、心脏病、肺病或肾病）的人远离该患者。当人们感染MERS-CoV时，可能病得很厉害。如果您需要进一步了解高风险者在家事项的相关信息，请联系公共卫生部门。
- 当您触摸患者或与患者有血液或体液接触时，请戴上口罩和手套。体液包括汗液、唾液、呕吐物、尿液和腹泻物。
- 在您提供完护理并把废弃物丢弃到垃圾桶后，请脱下口罩和手套。请先脱下手套并用肥皂和水清洁双手，然后脱下口罩。触摸您自己的脸或做其他事情之前，请用肥皂和水再次清洁双手。
- 不要和患者共用盘子、水杯、茶杯、餐具、香烟、毛巾、床上用品或其他物品。如果共用，应在共用后用肥皂或洗涤剂和热水清洗这些物品。不需要使用特殊的肥皂。
- 请每天使用普通家用清洁剂清洁患者接触很多的区域。更加频繁地清洗容易变脏的物品，包括马桶、水槽水龙头把手、门把手和床头柜。
- 彻底洗净衣物。不需要把正在接受MERS-CoV检测或已有MERS-CoV的人的衣物和其他家用衣物分开，但您在清洗这些衣物时应该戴上手套。脱下手套之后，请立即用肥皂和水清洁双手。
- 您用来帮助护理患者的物品应扔进普通垃圾桶。清空垃圾桶时，小心不要触摸用过的纸巾或用过的防护服，如手套和口罩。内衬塑料袋的垃圾桶让废物处置更容易和更安全。清空垃圾桶后，请用肥皂和水清洁双手。

如果您正在照护MERS-CoV患者或与MERS-CoV患者住在一起，您将被视为“MERS-CoV亲密接触者”。您当地的公共卫生部门会给您有关如何监测自己健康、开始生病时该怎么办以及如何联系他们的特殊说明。请一定要告诉医护人员您是MERS-CoV患者的亲密接触者。

了解更多信息

为了帮助您尽快恢复，请遵循您的医护人员和公共卫生部门给您的建议。如果您或您家里的人不能遵循这些建议，请咨询您的医护人员和当地公共卫生部门。举例来说，如果您没有口罩和手套，请咨询您当地的公共卫生部门，以了解您从何处可以获得这些物品。

如果您有任何疑问，或者您开始感到病情加重，请联系您的医护人员或公共卫生部门。

您可以拨打1-866-532-3161联系Service Ontario或

在www.phdapps.health.gov.on.ca/PHUlocator网站上访问卫生和长期护理部的公共卫生部门定位工具，以便找到当地公共卫生部门。