



南宁职业技术学院

NANNING COLLEGE FOR VOCATIONAL TECHNOLOGY

新冠肺炎疫情防控工作 知识手册

(师生防护版)



南宁职业技术学院新型冠状病毒感染的肺炎
疫情防控工作领导小组指挥部

2020年4月

目 录

第一章 认识新冠肺炎.....	- 1 -
1.什么是新型冠状病毒?	- 1 -
2.什么是新冠肺炎?	- 1 -
3.新冠肺炎的传染源是什么?	- 1 -
4.新冠肺炎的传播途径有哪些?	- 1 -
5.新冠肺炎的主要症状是什么?	- 2 -
6.新冠肺炎的症状与普通感冒、流感有什么区别?	- 2 -
第二章 师生员工个人防护.....	- 3 -
7.如何正确选择和佩戴口罩?	- 3 -
8.师生员工从外地返校时应注意什么?	- 3 -
9.返程乘坐公共交通工具时应注意什么?	- 4 -
10.日常往返学校途中应注意什么?	- 4 -
11.什么时候需要洗手?	- 4 -
12.如何正确洗手?	- 4 -
13.在学校需要戴口罩吗?	- 5 -
14.在教室和办公室还需要保持哪些卫生习惯?	- 6 -
15.在学校就餐时有哪些注意事项?	- 7 -
16.师生员工是否需要每日进行自我健康监测?	- 7 -
17.师生员工应如何配合做好体温检测?	- 7 -
18.住校学生有哪些注意事项?	- 8 -
	- 1 -

19.课间休息时应注意什么？	- 8 -
20.使用体育器材时应注意什么？	- 8 -
21.去图书馆或阅览室时应注意什么？	- 8 -
22.师生员工应如何做好心理调适？	- 8 -
第三章 学校防控管理.....	- 9 -
23.如何申办广西健康码？	- 9 -
24.如何加强学校及宿舍的入口管理？	- 10 -
25.如何做好日常体温监测?.....	- 10 -
26.如何做好日常健康教育？	- 11 -
27.校医如何做好因病缺课/缺勤管理？	- 11 -
28.如何减少聚集性活动?.....	- 11 -
29.公用教室应如何通风消毒？	- 11 -
30.各类场所如何做好日常通风？	- 11 -
31.哪些重点部位应进行预防性消毒？	- 12 -
32.可以使用空调吗？	- 12 -
33.如果发现可疑症状应该怎么做？	- 13 -
34.如果学校出现确诊病例、疑似病例、无症状感染者应该怎么做？	- 13 -
35.对密切接触者应该怎么做？	- 13 -
36.病愈或隔离期满后应该怎么做？	- 13 -

第一章 认识新冠肺炎

1. 什么是新型冠状病毒？

新型冠状病毒属于 β 属的冠状病毒，有包膜。其基因特征与 SARSr-CoV 和 MERsr-CoV 有明显区别。病毒对紫外线和热敏感，56℃ 30 分钟、75%乙醇、含氯消毒液、过氧乙酸和过氧化氢等均可有效灭活病毒。国际病毒分类委员会将新冠病毒命名为 SARS-CoV-2。

2. 什么是新冠肺炎？

新冠肺炎是指由新型冠状病毒感染引起的肺炎。世界卫生组织将新型冠状病毒肺炎（简称“新冠肺炎”）命名为 COVID-19。

3. 新冠肺炎的传染源是什么？

目前公认的传染源主要是新型冠状病毒感染的患者。无症状感染者也可能成为传染源。

4. 新冠肺炎的传播途径有哪些？

新冠肺炎人群普遍易感，经呼吸道飞沫和密切接触传播是主要的传播途径。在相对封闭的环境中，长时间暴露于高浓度气溶胶情况下，存在经气溶胶传播的可能。其他传播途径有待证实。

5. 新冠肺炎的主要症状是什么？

新冠肺炎以发热、乏力、干咳为主要表现，少数患者伴有鼻塞、流涕、咽痛和腹泻等症状。重型、危重型患者病程中可为中低热，甚至无明显发热症状。

6. 新冠肺炎的症状与普通感冒、流感有什么区别？

症状	感冒	流感	新冠肺炎
发热	少见	常见，通常高于正常体温，尤其是小孩。通常持续 3-4 天	常见
头疼	少见	常见	常见
全身疼痛	轻微	多见，通常会更严重	常见
疲惫/虚弱	有时	多见，持续 2-3 周	常见
极度疲惫	从不	多见，通常在开始发烧的时候	常见，部分患者表现为轻微乏力
鼻塞	常见	有时	少见
打喷嚏	多见	有时	少见
喉咙痛	常见	有时	少见
胸部不适/咳嗽	轻微/干咳	轻微到中度/可能会变得严重	胸部不适常见/干咳常见
肺炎	罕见	少见	常见，部分患者无肺炎表现

（资料来源：江苏省疾病预防控制中心编印《新冠肺炎疫情防控手册·返校开学篇》）

第二章 师生员工个人防护

7. 如何正确选择和佩戴口罩？

选择合适尺码的医用口罩。佩戴前先洗手。佩戴时，口罩深色面朝外，金属条向上，将折面完全展开，完全覆盖嘴、鼻、下巴，金属条沿鼻两侧压实，使口罩与面部完全贴合（不适合佩戴者除外）。佩戴后，尽量不触摸，若须触摸，触摸前、后彻底洗手。

戴口罩步骤：



（资料来源：江苏省疾病预防控制中心编印《新冠肺炎疫情防控手册·返校开学篇》）

8. 师生员工从外地返校时应注意什么？

返程前，首先判断自己的健康情况。有疫情高风险地区或有病例报告的社区旅居史者，或有发热、咳嗽等症状者，禁止返校。所有外出或者外地的师生员工，返回居住地后应当居家隔离医学观察 14 天，健康者方能返校。

9. 返程乘坐公共交通工具时应注意什么？

务必全程佩戴医用口罩。到车站、机场一定要配合工作人员做好体温测量和活动轨迹查验工作。在办理业务、排队等候时，与他人间隔至少 1 米。途中若出现发热、身体不适等情况，必须立即主动向工作人员报告，配合做好体温测量并服从相关规定。在交通工具内，尽量避免走动。如果是短途，尽量避免进食而摘除口罩，如果需要进食，请注意饮食卫生和手卫生。



10. 日常往返学校途中应注意什么？

往返学校途中应正确佩戴口罩。建议师生员工根据家校距离，合理选择步行、骑行或私家车出行。如乘坐公共交通工具，务必全程佩戴口罩，途中尽量避免用手触摸车上公共物品，避免用手接触口鼻眼，与他人保持一定距离（有条件时至少 1 米），路上尽量打开车窗。

11. 什么时候需要洗手？

外出回来、餐前、便前、便后、接触动物之后、接触口眼鼻前、咳嗽或打喷嚏后、佩戴和摘脱口罩前后、接触高频接触公共物品（体育器材、学校电脑、电梯按钮、扶手、打卡机等）后、接触污染物之后、感觉手脏时等都应洗手。

12. 如何正确洗手？

用水将手淋湿，取足够皂液涂满整个手部，充分揉搓，

用水清洗双手，用纸巾擦干，最后用纸巾垫着关掉水龙头。

七步洗手法



1 掌心搓掌心



2 手指交错, 掌心搓手背, 两手互换



3 手指交错, 掌心搓掌心



4 两手互握, 互擦指背



5 指尖磨擦掌心, 两手互换



6 拇指在掌中转动, 两手互换



7 一手旋转揉搓另一手的腕部、前臂, 直至肘部; 交替进行

请注意

1. 每步至少来回洗五次
2. 尽可能使用专业的洗手液
3. 洗手时应稍加用力
4. 使用流动的清洁水
5. 使用一次性纸巾或已消毒的毛巾擦手

(资料来源:《高等学校新型冠状病毒肺炎防控指南》)

13. 在学校需要戴口罩吗?

若教职工办公室内只有一人办公,可不戴口罩;多人办公时,佩戴医用口罩。办公人员须保持适度距离(提倡保持1米以上距离)。学生在密集场所建议佩戴医用口罩。



(资料来源：广西壮族自治区新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作领导小组指挥部)

14. 在教室和办公室还需要保持哪些卫生习惯？

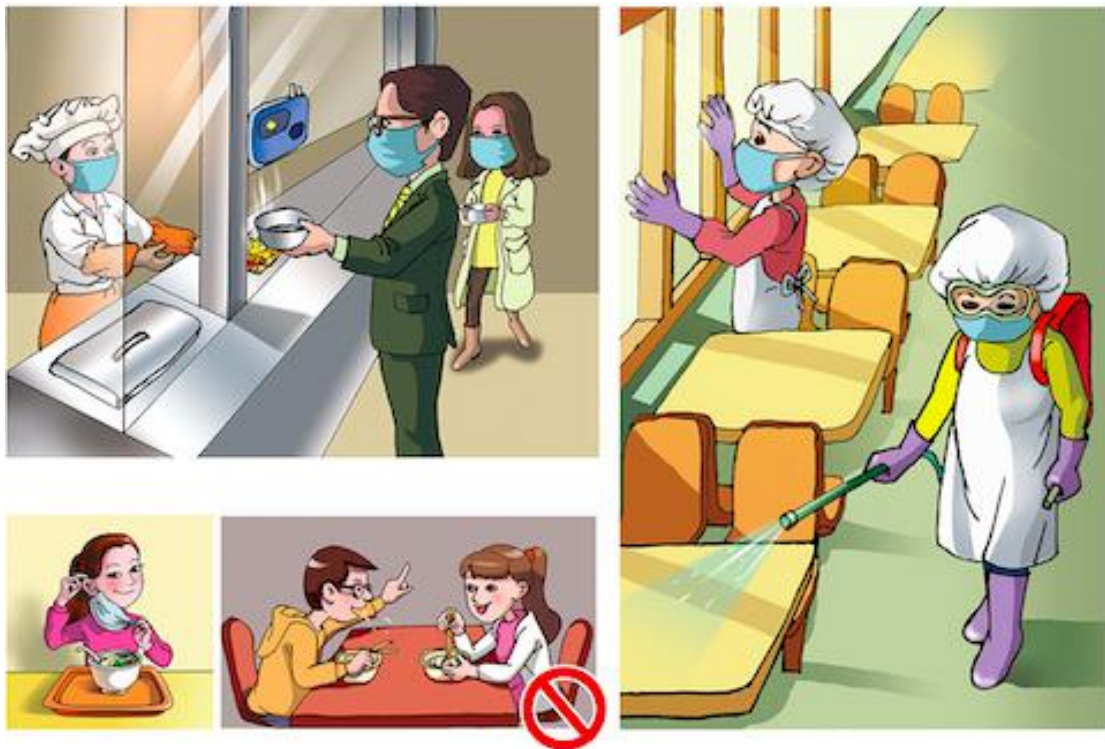
随时保持手卫生。不确定手是否清洁时，避免用手接触口鼻眼。打喷嚏或咳嗽时，用纸巾或肘部遮住口鼻。保持教室和办公室清洁卫生，经常开窗通风，做好课桌椅和相关教具的消毒。



(资料来源：广西壮族自治区新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作领导小组指挥部)

15. 在学校就餐时有哪些注意事项？

就餐排队时，师生员工应佩戴口罩，与他人尽量保持一定距离。进食前方可摘掉口罩，洗手后进餐。避免扎堆就餐和面对面就餐，减少交谈。



（资料来源：广西壮族自治区新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作领导小组指挥部）

16. 师生员工是否需要每日进行自我健康监测？

是。若出现新冠肺炎的可疑症状（包括发热、干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、腹泻等），立即就近就诊，不允许带病去学校。



17. 师生员工应如何配合做好体温检测？

教职工和走读学生在入校前配合工作人员进行体温测量。住校学生按学校相关规定进行体温测量。体温超过 37.3°C 的师生员工应及时就医。

18. 住校学生有哪些注意事项？

每天晨、午、晚出入宿舍要测量体温。体温异常时，配合工作人员及时报告学校负责人，按规定做好应急处置。严禁跨楼层、跨房间活动，禁止外来人员进入宿舍区。

19. 课间休息时应注意什么？

课间休息时学生不得跨楼层、跨班级活动。应多喝水，禁止打闹，减少近距离接触。运动不宜过度。

20. 使用体育器材时应注意什么？

在使用体育器材的过程中，避免用手触摸自己的口眼鼻，体育活动结束应立即洗手。

21. 去图书馆或阅览室时应注意什么？

须全程佩戴口罩。人与人之间保持 1 米以上的安全距离，就坐时，间隔而坐，避免面对面交谈，不聚集。触摸书本的双手避免接触口眼鼻。去图书馆或阅览室前后应洗手。

22. 师生员工应如何做好心理调适？

对疫情保持适度关注，不信谣、不传谣，保持积极向上的生活态度，合理安排好作息时间。如果出现过于紧张、焦虑、情绪低落等心理现象，可寻求学校的相关心理咨询服务。

第三章 学校防控管理

23. 如何申办广西健康码？

嗨！我是广西健康码！

		
壮掌桂小程序二维码	桂人助小程序二维码	爱广西App二维码
		
扫码抗疫情小程序二维码	广西云App二维码	壮观App二维码
		
支付宝App二维码	八桂彩云App二维码	桂建通App二维码

健康码领取方法：请用手机扫码识别其中一个小程序或APP二维码。

- ❶ 若选择小程序，根据操作提示填写个人信息后领取。
- ❷ 若选择APP，需下载该APP、注册登录后填写个人信息领取。如果之前下载了该APP，可直接进入APP点击“健康码”相关按钮填写个人信息领取。

广西健康码已整合接入“壮掌桂”微信小程序、桂人助微信小程序、爱广西 APP、支付宝、“扫码抗疫情”微信小程序、广西云 APP、壮观 APP、八桂彩云 APP、桂建通 APP 等程序，实行多码合一。出入公共场所的人员可任选一种扫码应用申请个人健康码，并自觉亮码出行。

凡进入学校各校区的教职员工及其家属、各类人员，除接受体温检测外，应提前在手机上点击出健康码，并主动向门卫出示，出示“绿码”并且体温正常者，方可进入校区，且不需要再进行扫码或进行防疫进出登记（外单位人员的来访登记仍需执行）；凡持有“红码”、“黄码”以及虽然持有“绿码”，但现场检测体温达 37.3 度及以上，有高烧症状者，谢绝进入校区，并应配合门卫进行扫码登记。

24. 如何加强学校及宿舍的入口管理？

师生员工及车辆进入校园时应主动出示本校下发的学生证、员工证、通行证。未经允许，家长和其他外来人员一律不得进入学校和宿舍区。门卫和宿舍管理员要做好自身防护，佩戴医用口罩、手套等防护用品。门卫配备必要的体温测量仪和消毒用品，做好进出人员登记工作。

25. 如何做好日常体温监测？

每日掌握师生员工健康情况，加强对师生员工的晨、午检工作，早上在校门口进行入校前晨检，下午第一节课前在教室进行午检，发现问题要通知家长，及时送医，并向主管部门报告。

26. 如何做好日常健康教育？

规范开展健康教育课程和专题讲座，提高师生员工及家长的健康素养和法律意识，增强师生员工及家长对新冠肺炎相关知识的了解和防护意识。通过宣传栏、海报、广播等多种形式强化“每个人是自己健康第一责任人”。

27. 校医如何做好因病缺课/缺勤管理？

加强因病缺课/缺勤管理，做好缺勤、早退、请假记录，并把缺课信息上报当地管理部门。对因病缺课/缺勤的师生员工进行追踪管理，以便采取进一步措施。

28. 如何减少聚集性活动？

结合实际条件合理制定各项方案，坚持分时错峰入校离校、分段分散就餐、课间分区域分散活动、分班级网上开学典礼、信息化教学、网络办公、网上家访等，尽可能减少聚集性活动。减少校内走班教学频次和示范课观摩活动。

29. 公用教室应如何通风消毒？

每批次学生使用公用教室（如音乐室、舞蹈室、电脑室、实验室等）后进行通风，必要时进行消毒，完成消毒程序需开窗通风 60 分钟后方可再次使用。

30. 各类场所如何做好日常通风？

各类生活、学习、工作场所（如教室、宿舍、图书馆、

实验室、体育活动场所、餐厅、教师办公室、洗手间等）加强通风换气。每日通风不少于3次，每次不少于30分钟；也可采用机械排风。课间尽量开窗通风。

31. 哪些重点部位应进行预防性消毒？

应对高频次接触的物体（如门把手、电梯按钮、公用教室、课桌椅、考勤机、校内自动取款机等）表面，教辅导用具（如话筒、键盘、激光笔等），食堂、校卫生室（保健室）、电梯间、卫生间等重点区域进行预防性消毒。



（资料来源：江苏省疾病预防控制中心编印《新冠肺炎疫情防控手册·返校开学篇》）

32. 可以使用空调吗？

教室、宿舍、图书馆、活动中心、办公室等区域建议尽量避免使用空调。如必须使用，须分清空调类型，如为风机盘管加新风系统，应当确保新风直接取自室外，禁止从机房、楼道和天棚吊顶内取风；开启新风系统；加强滤网等装置的清洗消毒。

33. 如果发现可疑症状应该怎么做？

师生员工如出现发热、干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、腹泻等症状，应当立即上报学校负责人，立即通知家长，由学校送定点医院就医。就医时尽量避免乘坐公交、地铁等公共交通工具，前往医院路上及在医院内应当全程佩戴医用外科口罩或 N95/KN95 口罩。

34. 如果学校出现确诊病例、疑似病例、无症状感染者应该怎么做？

应立即向辖区教育行政部门、疾病预防控制部门报告，并配合相关部门做好密切接触者调查和管理。根据卫生健康部门和教育行政部门的建议，必要时采取班级或全校停课等措施。

35. 对密切接触者应该怎么做？

对共同生活、学习的一般接触者进行风险告知，并进行居家隔离医学观察，专人负责与接受隔离的学生及其家长或教职员工联系，掌握其健康状况。出现发热、干咳等疑似症状时及时就医。

36. 病愈或隔离期满后应该怎么做？

师生员工病愈或隔离期满后，须持医院病愈返校证明或解除隔离告知书等材料到学校校医室（保健室）复核确认登记，根据国家相关规定，校医或保健老师出具复课证明，方可复工/复课。

参考文献

- [1] 江苏省疾病预防控制中心. 新冠肺炎疫情防控手册·返校开学篇. 南京: 江苏凤凰教育出版社, 2020.3.
- [2] 陈翔, 胡志斌. 高等学校新型冠状病毒肺炎防控指南. 北京: 人民卫生出版社, 2020.3.
- [3] 广西壮族自治区新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作领导小组指挥部关于实行广西健康码亮码出行制度的通告
[EB/OL] .2020-03-24.<http://wsjkw.gxzf.gov.cn/zhuantiqu/ncov/ncovzcwj/2020/0312/70086.html>