

居家健康与安全

必要工作人员须知



回家路上。

- 清洁汽车表面。
 - 比如安全带、方向盘、换档器、控制旋钮和车门把手。
- 离开汽车或巴士后，请使用洗手液。
- 测量您的体温。
 - 如果发烧，请决定是否与家人隔离以确保他们的健康。



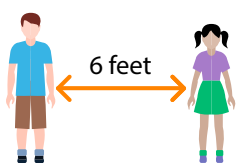
回到家时。

- 在门口脱掉您的鞋子。
- 用肥皂和温水洗手 20 秒钟。
- 将衣服放在洗衣房中。
 - 用普通洗衣皂清洗。并高温烘干。
- 洗澡。
- 清洁和消毒您的手机以及其他设备。
 - 用湿纸巾擦去可见的污渍。
 - 使用消毒剂擦拭或至少含有 70% 酒精的溶液来清除细菌。
- 存放或丢弃口罩。
 - 根据工作场所的指示进行存放或丢弃。
 - 如果把口罩带回家，请存放在一个透气的容器中。



在家。

- 经常洗手。
- 咳嗽和打喷嚏时用肘部或纸巾遮住。
 - 扔掉纸巾并洗手。
- 保护 65 岁以上、怀孕和免疫系统弱的家庭成员。
 - 尽量与他们保持 6 英尺的距离。
- 由一个人专门进行超市购物和其他事务。
 - 请勿使用可重复使用的袋子，除非它们是可清洗的。
- 清洁和消毒浴室、厨房和经常触摸的表面。
 - [查看 EPA 认证的新冠病毒清洁产品。](#)
- 散步与进行户外活动。
 - 与不与你同住的人保持 6 英尺的距离。
- 如果您有以下情况，请与您的医疗服务提供者联系：
 - 持续咳嗽。
 - 呼吸急促。
 - 发热、寒颤、肌肉疼痛、头痛、喉咙痛、丧失味觉或嗅觉。



提前制定计划。

- 尽早与您的援护系统联系。
 - 做好打算——万一症状出现将如何进行隔离。

保护您和您的家人，远离新冠肺炎。

了解更多信息和获得最新信息，请访问 tpchd.org/coronavirus。