

第五章

新型冠状病毒肺炎健康教育

蒋天武 叶宏波 方舟 李琰华 吴林飞

目录

- 1 ▶ 第一节：全科团队健康教育的概述
- 2 ▶ 第二节：全科团队健康教育的工作重点与沟通技巧
- 3 ▶ 第三节：不同人群的健康教育要点
- 4 ▶ 第四节：家庭的健康教育要点
- 5 ▶ 第五节：社区范围的健康教育要点

第一节

全科团队健康教育的概述

一、健康教育的目的和作用

1. 提高广大公众的自我防范意识和保护技能
2. 引导和配合医疗卫生机构科学、有序、高效处理疫情
3. 保障大众身心健康和生命安全
4. 消除恐慌心理，维护社会安定

二、健康教育的工作原则



三、健康教育的对象和内容

对象一：新型冠状病毒感染的肺炎患者

采取的教育活动内容：

1. 重点介绍疾病的初始症状、如何就诊、如何治疗管理等知识
2. 介绍国家政策，减轻患者的思想负担
3. 提高患者早诊早治的意识，积极配合治疗

三、健康教育的对象和内容

对象二：医务人员

采取的教育活动内容：

1. 开展疾病相关的诊疗指南等知识的培训
2. 开展健康传播能力提升相关的培训

三、健康教育的对象和内容

对象三：密切接触者

采取的教育活动内容：

1. 介绍疾病的常见症状与注意事项
2. 个人和家庭的预防措施介绍
3. 发放适合密切接触者阅读的宣传材料
4. 告知医学隔离观察的重要性、隔离天数等内容

三、健康教育的对象和内容

对象四：普通公众

采取的教育活动内容：

1. 介绍疾病的常见症状，告知及时就诊的重要性
2. 按性别、年龄、民族等细分人群，开展针对性的健康教育工作
3. 采取的主要教育形式是大众媒介宣传教育

三、健康教育的对象和内容

对象五：流动人口

采取的教育活动内容：

1. 开展交通工具及公共场所健康教育，介绍疾病基本知识
2. 以村居、企业为单位，发放健康教育材料
3. 倡导正确的自我防护方式，不轻信谣言

四、健康教育的组织实施

1. 主要形式和方法



1. 广播、电视
和报纸上进行
宣传



2. 利用网络开
展宣传



3. 宣传折页
、传单、海报、
张贴画等各类
宣传品进行宣
传



4. 政府机构、
企事业单位的
宣传栏、科普
画廊、板报等
进行宣传



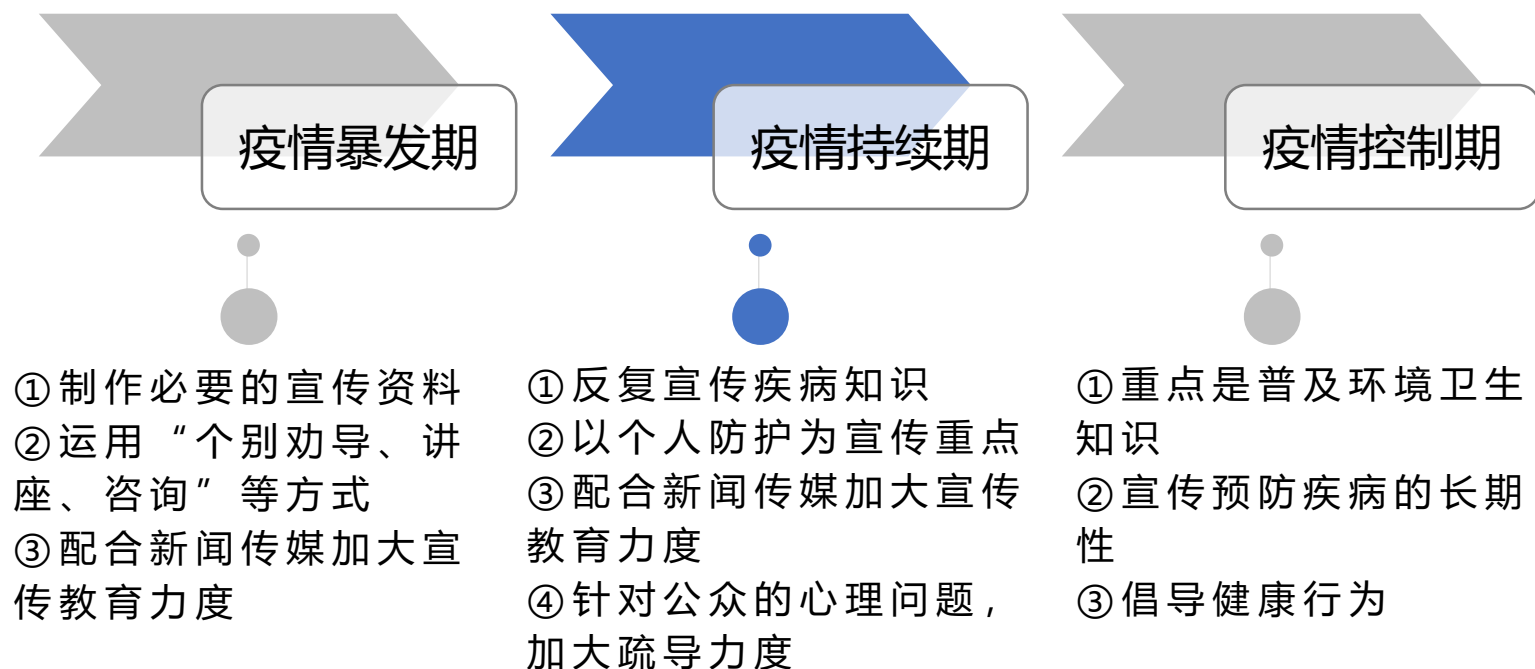
5. 农村利用广
播以及村卫生
室的橱窗和板
报等工具进行
宣传



6. 开通热线咨
询电话、微信
群等，为公众
提供咨询服务

四、健康教育的组织实施

2. 不同阶段的健康教育策略



第二节

全科团队健康教育工作重点与 沟通技巧



一、健康教育重点

健康教育的重点：

切断传染病传播的三个环节

1. 隔离传染源
2. 切断传播途径
3. 保护易感人群



一、健康教育重点

隔离传染源

- 密切接触者和可疑暴露者实行居家医学观察
- 疑似病例、确诊病例收治到定点医院，进行集中隔离治疗
- 不同疫情形势地区，采取不同的防控策略

切断传播途径

- 及时发现和报告新型冠状病毒肺炎病例
- 指导公众和特定人群做好个人防护
- 指导社区公共场所消毒

保护易感人群

- 新型冠状病毒肺炎对所有人群易感
- 针对不同人群，开展形式多样的健康教育



二、沟通技巧

1. 基本沟通技巧

- 1 双方配合，循序渐进
- 2 内容精炼，分次进行
- 3 形式多样，个性指导



二、沟通技巧

2. 风险沟通技巧

在个体、群体和机构之间的信息和观点的交互活动。不仅传递风险信息，还包括各方对风险的关注和反应（可为风险管理者提供意见和参考），还包括发布官方在风险管理方面的政策和措施

原则

1
提早
准备

提前建立并不断完善风险沟通方案

2
及时
主动

第一时间发布信息，掌握舆论主动权

3
信息
真实

及时发布疫情的进展情况，避免发布尚不确定的信息

4
口径
一致

在任何信息发布渠道中都要做到口径一致

5
有效
应对

及时与各方沟通，实时调整沟通策略

6
维护
信誉

对发布的信息保持真诚、公开、透明



二、沟通技巧

2. 风险沟通技巧

沟通对象与内容：

- 对象：政府部门
- 内容：事件的基本情况、控制措施及效果、存在的问题、建议和需求
- 方式：①书面沟通，如汇报、请示、报告、通信等；②口头沟通，如电话、视频、短信、微信等



二、沟通技巧

2. 风险沟通技巧

沟通对象与内容：

- 对象：部门内部
- 内容：疫情现状、流行病学调查、临床诊疗、控制措施、控制效果、存在问题等
- 方式：通报、简报、通知、会议、培训等



二、沟通技巧

2. 风险沟通技巧

沟通对象与内容：

- 对象：公众
- 内容：当前疫情确诊人数、已采取的控制措施、人群防护方法、获取信息的途径、指定的就诊医疗机构等
- 方式：政府官方网站发布、媒体机构传递、手机短信发送、宣传资料发放、电话咨询、权威人士发访谈等



二、沟通技巧

2. 风险沟通技巧

沟通对象与内容：

- 对象：媒体
- 内容：疫情发生情况、原因及危害、处置进展、防护建议、信息获取渠道等
- 方式：发布新闻稿、媒体采访、书面沟通、电子邮件等

第三节

不同人群的健康教育要点

一、普通人群

1. 对新型冠状病毒感染的肺炎的基本介绍

- 什么是新型冠状病毒感染的肺炎？
- 新型冠状病毒感染的肺炎有哪些表现？
- 新型冠状病毒感染的肺炎是如何传播的？
- 个人如何快速识别病毒性肺炎和普通感冒？

一、普通人群

2. 普通人群开展个体预防的健康教育要点

- **个人外出旅游提示**

- 尽量在家休息，避免外出
- 不去人员密集的公共场所活动和封闭的拥挤空间
- 保持至少1米的距离
- 必须外出时，戴好口罩

一、普通人群

2. 普通人群开展个体预防的健康教育要点

- **口罩规范使用提示：**一般建议选择医用外科口罩和N-95型口罩



一、普通人群

2. 普通人群开展个体预防的健康教育要点

- **正确洗手提示：**
- 在日常生活中，经常进行手部清洁
- 洗手时间点：咳嗽或者打喷嚏后；准备食物前后；用餐前；上洗手间后；接触动物或者处理粪便后
- 特别注意：在日常生活中，个人应避免用脏手直接接触口、鼻或眼睛

一、普通人群

2. 普通人群开展个体预防的健康教育要点

● 正确洗手提示：七步洗手法



一、普通人群

2. 普通人群开展个体预防的健康教育要点

- **个人日常生活提示**
 - 养成良好的卫生习惯
 - 养成良好的饮食习惯
 - 营造良好的家庭环境
 - 自备必要的卫生物资
 - 特别提示

二、特殊人群

1. 老年人的健康教育要点

- 减少外出，减少外来人员的探访
- 开展健康教育和心理调节，增加全科团队上门服务频次
- 每天测量体温，做好慢病监测
- 如有不适，及时联系全科医师

二、特殊人群

2. 儿童的健康教育要点

- 保持室内通风，避免外出，家中谢绝访客
- 推荐使用医用外科口罩
- 做好家庭儿童接触物品的消毒
- 教会儿童七步洗手法
- 食物要煮熟、煮透，餐后餐具需分开单独消毒
- 儿童就医提示

二、特殊人群

3. 慢性病患者的健康教育要点

- 注意规律服药，备足相关药物
- 减少去医疗机构的次数，减少交叉感染机会
- 做好体温、血压、血糖值的自我监测
- 出现不适症状，及时联系全科医生
- 建议每年接种流行性感冒疫苗

二、特殊人群

4. 孕产妇的健康教育要点

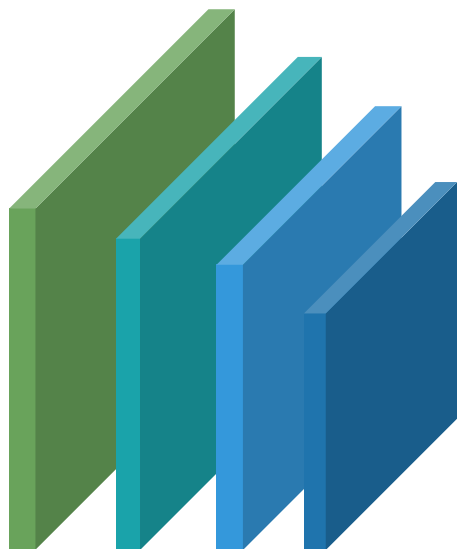
- 孕妇尽量不要外出，不去人员密集的公共场所
- 注意保暖，避免受凉，合理饮食，调节好情绪
- 定期做好孕检、产检
- 出门时戴口罩、手套、眼镜等装备
- 出现不适症状，及时联系全科医生

二、特殊人群

5. 非新型冠状病毒肺炎引起的发热人群健康教育要点

- 做好自我防护和隔离，减少接触他人
- 隔离时间应为呼吸道隔离1周或至主要症状消失为止
- 用具及分泌物要彻底消毒
- 应在医疗单位的发热患者处置间或者发热门诊处就诊
- 清淡饮食，做好心理调节

三、密切接触人群



- 1.
从和确诊患者接触的最近一天起采取医学观察14天
- 2.
掌握家庭预防的洗手、通风、防护和消毒措施
- 3.
出现可疑症状，及时联系全科医师
- 4.
隔离人员不得私自外出就医，避免感染其他人员

四、疑似或确诊人群



- 1.
应经常进行手部清洁，佩戴口罩
- 2.
与未患病者保持距离（至少1米）
- 3.
采取严格的呼吸清洁措施
- 4.
全科医师应按照当地处置流程，提供必要的服务

第四节

家庭的健康教育要点

家庭三级预防要点

一级预防：生活方式指导与健康维护

二级预防：早发现、早隔离、早诊断、早治疗

三级预防：居家医学观察的防护

一级预防

1. 保持良好卫生和健康习惯

- 居室勤开窗，经常通风
- 家庭成员不共用毛巾，保持家具、餐具清洁，勤晒衣被
- 不随地吐痰，注意营养，适度运动
- 不接触、购买和食用野生动物
- 家庭备置体温计、医用外科口罩或N-95型口罩、家用消毒用品等物资
- 做好个人防护

一级预防

2. 家庭消毒用品规范和消毒方法

概念：家中利用各种消毒剂对居家生活的环境、物品进行消毒，例如空气、地面、墙面、家具表面、手、餐具、衣被、毛巾、玩具等的日常消毒。

原则：家庭环境应以清洁为主、消毒为辅；消毒产品应在正规商场购买；消毒时应做好个人卫生防护；消毒完成后及时洗手。

一级预防

2. 家庭消毒用品规范和消毒方法

常见消毒剂及配制使用：

- (1) 84消毒液配制和使用方法。家庭使用时要根据使用浓度和使用量进行相应稀释，如配制500mg/L有效氯浓度的5L(即10斤)消毒液，则需取原液50ml加入5L水中搅拌均匀即可
- (2) 75%乙醇消毒液可直接使用
- (3) 其他消毒剂按产品使用说明书进行配制和使用

一级预防

3. 饮食健康教育

膳食营养内容指导；开展室内体育锻炼；服用营养素补充剂

4. 中医药预防方案

- (1) 中药口服方：推荐玉屏风颗粒、黄芪颗粒或四君子颗粒
- (2) 中医药适宜技术：中药熏蒸、中药香囊、艾灸穴位、穴位按摩

二级预防

1. 家庭有疫区接触史的人员

- 尽快到所在村或社区进行登记，减少外出活动
- 从离开疾病流行地区的时间开始，连续14天进行自我健康状况监测
- 出现可疑症状时，及时联系全科医生，必要时转诊

二级预防

2. 家庭成员出现可疑症状时的建议

- 及时联系全科医生，必要时转诊
- 避免乘坐地铁、公共汽车等公共交通工具
- 主动告诉医生自己的相关疾病疫区接触史，配合调查
- 患者的家庭成员应佩戴口罩，保持距离
- 家属如判定为密切接触者，应接受14天医学观察
- 对有症状的家庭成员经常接触的地方和物品进行消毒

三级预防

病例密切接触者居家医学观察的建议

- 接触者安置在通风良好的单人房间，拒绝一切探访
- 家属应尽量减少与密切接触者及其使用过的用品接触
- 家属做好防护，再去清洁和触碰相关物品
- 推荐使用含氯消毒剂和过氧乙酸消毒剂进行物品消毒
- 规范处置口罩
- 若确诊病例的密切接触者出现可疑症状，应立即就医

WHO有关家庭护理的建议

1. 疑似被新型冠状病毒感染且有轻度呼吸道感染症状的个人

- 经常进行手部清洁
- 请与未患病者保持距离（至少1米）
- 尽可能戴好医用口罩
- 尽可能打开窗户和门

WHO有关家庭护理的建议

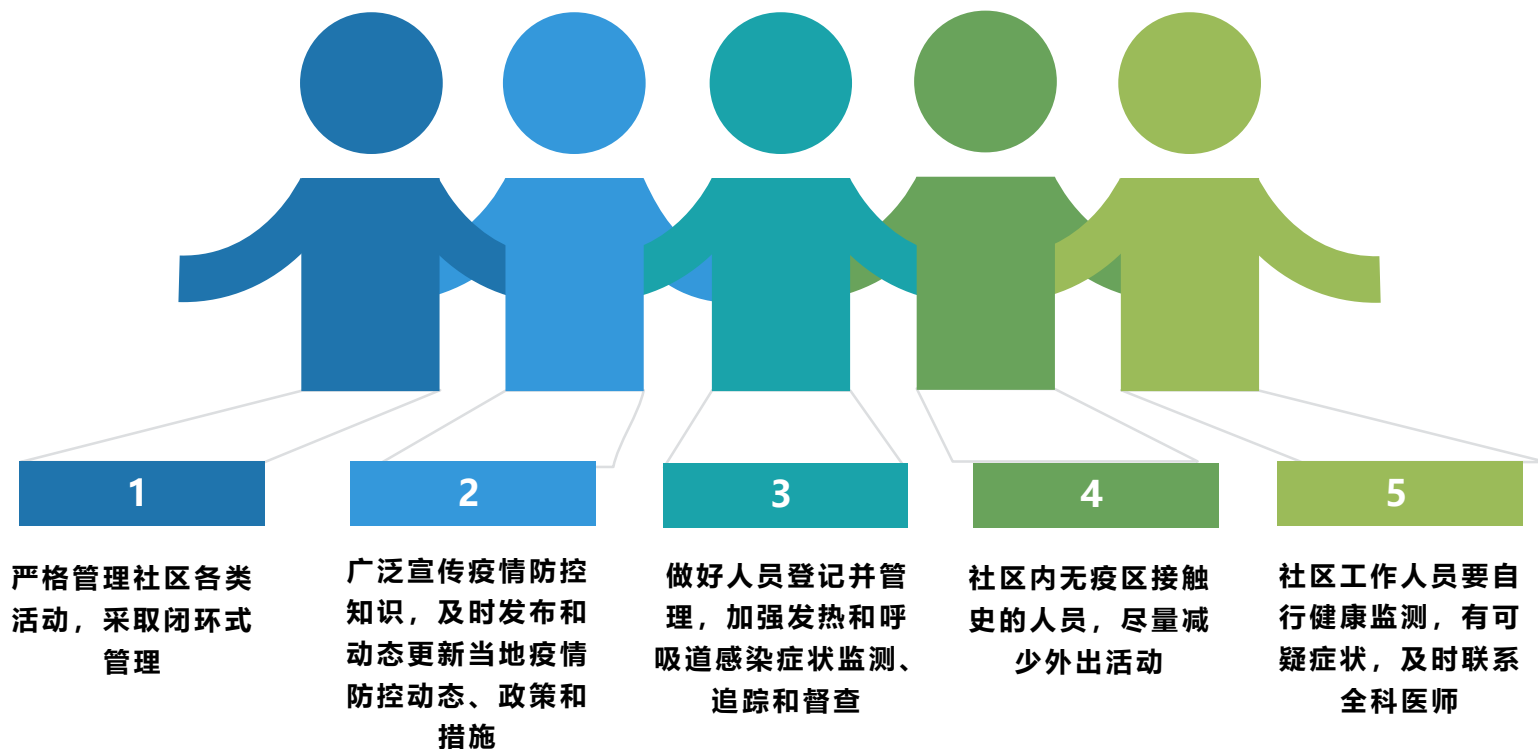
2. 疑似被新型冠状病毒感染并伴有轻度呼吸道感染症状的个人的亲属或照顾者

- 经常进行手部清洁
- 请与未患病者保持距离（至少1米）
- 与疑似患者在同一房间时，要戴好医用口罩
- 在接触呼吸道分泌物后立即清洁双手
- 尽可能打开窗户和门

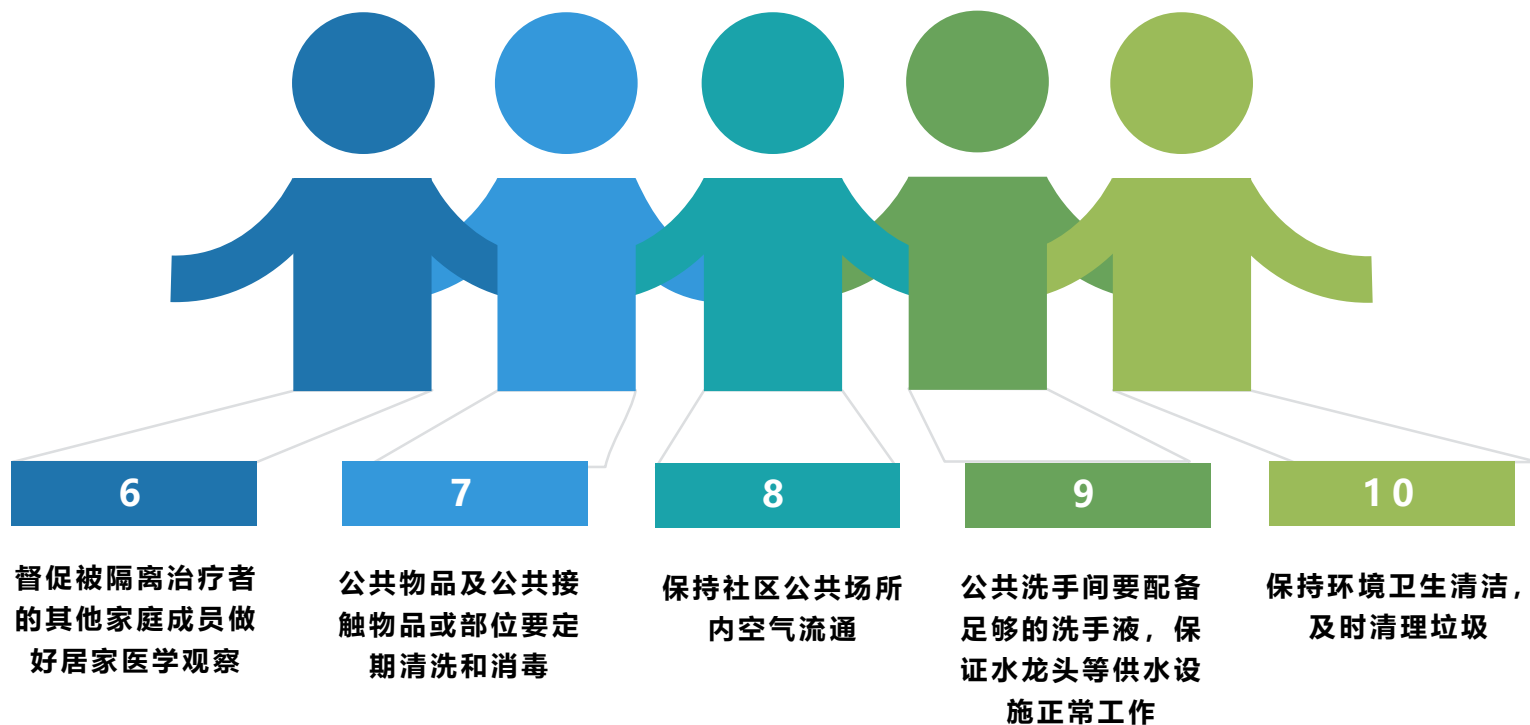
第五节

社区范围的健康教育要点

一、社区防控



一、社区防控



二、社区公众

1. 尽量减少外出
2. 个人防护和手卫生
3. 健康监测与就医
4. 保持良好卫生和健康习惯

三、社区可疑症状者居家隔离

1. 已经发生新型冠状病毒感染的肺炎社区传播的地区

- 在社区居民中，14天内出现2例及以上、感染来源不清楚的新型冠状病毒肺炎散发病例，或暴发疫情起数较多、规模较大，呈继续传播态势，则认为该地区已发生社区传播。
- 在社区传播地区，如果居民出现发热、咳嗽、轻度食欲缺乏、腹泻、胸闷等任何可疑症状，应立即前往医疗机构就诊。

三、社区可疑症状者居家隔离

2. 尚未发生新型冠状病毒感染的肺炎社区传播的地区

- 居住空间安排、照顾者安排
- 防止呼吸道传播
- 随时保持手卫生
- 减少共用物品，避免直接接触身体分泌物
- 清洗消毒、污染物的处理
- 立即停止居家隔离并及时就医的情形

四、社区公共场所清洁和消毒

1. 空气 保持房间通风，每日开窗通风2～3次，每次不少于30分钟
2. 垃圾 设置套有塑料袋并加盖的专用垃圾桶
3. 物体表面 用1000mg/L的含氯消毒液或500mg/L的二氧化氯消毒剂进行擦拭消毒
4. 地面墙壁 用1000mg/L的含氯消毒液或500mg/L的二氧化氯消毒剂擦拭或喷洒消毒
5. 日常的织物 用500mg/L的含氯消毒剂浸泡1小时或煮沸15分钟消毒

四、社区公共场所清洁和消毒

6. 餐具 煮沸消毒30分钟或用有效氯为500mg/L含氯消毒液浸泡30分钟后清水洗净
7. 手及皮肤、黏膜 可采用有效含乙醇的免洗手消毒剂擦拭
8. 污染物 少量污染物可用一次性吸水材料（如纱布、抹布等）蘸取5000~10000mg/L的含氯消毒液小心移除。大量污染物应使用含吸水成分的消毒粉或漂白粉完全覆盖，或用一次性吸水材料完全覆盖后用足量的5000~10000mg/L的含氯消毒液浇在吸水材料上，作用30分钟以上，小心清除干净

感谢收看