

# 基于武汉新型冠状病毒肺炎快速传播的 应对措施

欧阳芬,吴荷玉,杨英,谈维,张静,辜洁

关键词:2019 新型冠状病毒肺炎;传播方式;防护措施;诊断标准

Keywords 2019-nCoV; mode of transmission; protective measures; diagnostic criteria

中图分类号:R473.5 文献标识码:B doi:10.12104/j.issn.1674-4748.2020.03.02

武汉新型冠状病毒肺炎是指由新型冠状病毒(2019-nCoV)引起的肺炎,是一种急性感染性肺炎,其病原体先前未在人类中发现。它具有人传染人的能力,感染初期病人有发热、乏力、干咳的症状,严重者可出现呼吸困难、呼吸窘迫综合征或脓毒症休克,可增加进入重症监护室(ICU)的概率和病死率<sup>[1]</sup>,严重危害人们的身心健康。从中国疾控中心了解到,首次从华南海鲜市场的585份环境样本中,检测到33份样品含有新型冠状病毒核酸,提示该病毒来源于华南海鲜市场销售的野生动物。

## 1 传播方式

该病主要通过飞沫传播和接触传播,在密闭、不通风的场所有气溶胶传播的风险。该病潜伏期一般3~7 d,最短1 d可发病,最长不超过14 d。

## 2 防护措施

该病尚无特效的治疗方法,预防与隔离是最有效的防护措施。尽量减少去人群密集场所,减少与感染或潜在感染病人接触的机会,外地人群应尽量避免接触武汉的人群,防止潜伏期交叉感染。去公共场所应佩戴符合国家标准的医用外科防护口罩,去人流密集地或者医院应佩戴N95防护口罩,加强手卫生和饮食卫生,勤洗手,多喝水,保证充足的睡眠,避免劳累,加强营养,增加自身抵抗力。居家隔离时要注意分室居住,最好卧室带2个窗户和专用洗手间,方便开窗通风和分开洗漱,家里物体表面要采用含氯消毒液或者酒精湿式清洁消毒,垃圾要分类处理,即用即处理,地面用含氯消毒液拖地,拖把、抹布应避免混用,避免病毒的传播。

## 3 诊断标准

3.1 疑似病例 发病前2周内有无武汉旅游史或居住

史;发病前14 d内接触过武汉的高热伴呼吸道症状的病人或有聚集性发病。

3.2 确诊病例 采集病人咽拭子、痰液或下呼吸道分泌物,进行新型冠状病毒核酸检测并呈阳性。

3.3 早期诊断 实验室检查:血常规早期白细胞正常或降低,淋巴细胞计数减少、C反应蛋白增高;影像学检查:CT早期检查肺部有多发小斑块影,进展为双肺多发磨玻璃影、浸润影。

## 4 处理措施

4.1 严密隔离及处置 在医院病床紧张的情况下症状轻者,居家隔离治疗;症状重者,有呼吸道困难病人,联系所属社区卫生服务站,进行肺炎自查上报,再通过社区联系所属对口医院进行转诊,必要时联系120进行转诊,避免自行去医院处理,防止交叉感染。①体温低于37.3℃,仅有畏寒、咽痛、咳嗽,无呼吸困难,C反应蛋白<10 mg/L,可口服奥司他维+阿奇霉素(希舒美)(+/-阿莫西林),可做实验室检查,如血常规和C反应蛋白<sup>[4]</sup>。体温高于37.3℃,有咽痛、咳嗽但无呼吸困难者,建议做血常规+C反应蛋白+甲乙流和合胞病毒核酸+肺CT,根据检查结果遵医嘱治疗。②若肺CT提示病毒型肺炎,可用手机拍摄电子病历和CT,将CT放在阅片灯上照下来,6~8个视野一张图为宜,再通过微信发到专家群,协助诊断治疗,以防止病人再去其他医院就诊,有利于避免轻症病人在人群中的传播。③若CT排除病毒型肺炎,可按照方法①进行治疗,加服阿莫西林每天3次进行口服,防止病情加重。④若病人肺CT提示病毒型肺炎伴呼吸困难症状,应立即吸氧,收治到隔离病房进行观察治疗,并申请做2019-nCoV检测确诊<sup>[5]</sup>。⑤若病人有发热,体温≥38.5℃,伴咽痛、咳嗽的病人,可给予病人布洛芬降低体温,多饮水和喝蜂蜜水的对症支持疗法,以缓解病人痛苦。

4.2 饮食护理 加强营养,增强免疫力,增加优质蛋白的摄入,所有肉类食物须充分煮熟方可食用。可每日食用排骨汤、鸡汤等食物。据医学专家和营养学专家的研究,鸡肉和鸡汤中含有人体必需的氨基酸,可增

作者简介 欧阳芬,护师,本科,单位:430000,华中科技大学同济医学院附属协和医院;吴荷玉、杨英、谈维、张静、辜洁单位:430000,华中科技大学同济医学院附属协和医院。

引用信息 欧阳芬,吴荷玉,杨英,等.基于武汉新型冠状病毒肺炎快速传播的应对措施[J].全科护理,2020,18(3).

强身体对感冒病毒的抵抗力、抑制呼吸道的炎症、治疗感冒和咳嗽。西班牙一些专家在研究中发现,鸡汤中的脂肪对儿童支气管炎和痰多有较好的疗效<sup>[2]</sup>。汤中可加入白萝卜,白萝卜有消食、除痰润肺、解毒生津的功效。多喝水,多吃富含维生素 C 丰富的水果,炖冰糖雪梨等润肺。可在家进行力所能及的锻炼,如太极拳或者慢走,避免过度劳累。

4.3 心理护理 要增强战胜疾病的信心,相信医务工作者,不必过分紧张和恐惧,遵医嘱服药。增强营养,增强抵抗力。武汉协和医院已经有被新型冠状病毒感染的 14 例医务工作者经治愈出院,相信在党和政府的领导下,在所有医护工作者的共同努力下,群防群治,一定能控制疫情。

## 5 小结

新型冠状病毒引起的肺炎已经被国家卫生健康委员会列为乙类传染病,并按照甲类传染病进行预防与控制。在疫情防控期间大家不必过分惊慌,做好自身防护,减少外出,尽量不去人流密集的场所。若必须外

出,戴好符合标准的防护口罩,加强手卫生,勤洗手,最好使用含 75% 酒精的洗手液进行洗手。在家时要保证每日开窗通风至少 2 次,每次至少半小时,养成良好的卫生习惯<sup>[3]</sup>,增强营养,适当体育锻炼。

## 参考文献:

- [1] HUANG C, WANG Y, LI X, *et al.* Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China [J]. New PubMed, 2020, Jan 24. Doi: 10. 1016/S0140-6736(20)30183-5.
- [2] 薛建平. 食物营养与健康[M]. 合肥: 中国科技大学出版社, 2002: 177.
- [3] 邓凯杰, 李学云, 段利娜, 等. 深圳市福田区中小学校流行性感冒监测预警研究[J]. 职业与健康, 2015, 31(6): 800-802.
- [4] 国家卫生健康委员会与国家中医药管理局. 新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(试行第四版)[S]. 2020-01-28.
- [5] 张劲农, 范衡. 武汉协和医院处置 2019 新型冠状病毒感染策略及说明 [EB/OL]. [2020-01-23]. [https://www.sohu.com/a/368636158\\_100009906](https://www.sohu.com/a/368636158_100009906).

(收稿日期: 2020-01-29; 修回日期: 2020-01-30)

(本文编辑 卫竹翠)