



健康中国科普行动

# 新型冠状病毒感染肺炎 防控漫画

## 第一季：工作场所如何做好防护

本书编委会 编写 刘清泉 主审



中国人口出版社  
China Population Publishing House  
全国百佳出版单位

责任编辑：张宏文 刘继娟

漫画设计：张秋霞

插画绘制：游艺爽 梁淇超 栗泽斌 黄盼娜 张铭月 邓琳娜

张 研 田 露 郝珈蓓 刘小烨 郎一鉴

美术编辑：石嘉琪

封面设计：夏晓辉 李泊翰

## **新型冠状病毒感染肺炎防控漫画（第一季）**

工作场所如何做好防护

中国人口出版社

（北京市西城区广安门南街 80 号中加大厦）

邮编：100054

传真：（010）83538190

服务热线电话：（010）83510481

2020 年 1 月第 1 版

电子出版物号 ISBN 978-7-88034-383-0

版权所有 侵权必究

## 出版说明

疫情就是命令，防控就是责任。为打赢新型冠状病毒感染肺炎疫情防控阻击战、切实保障人民身体健康和生产生活秩序，遵照党中央指示和国家卫生健康委部署，中国人口出版社在健康科普专家委员会的指导下，联合中国医学著作网工作团队编辑出版《新型冠状病毒感染肺炎防控漫画》。分5季推出：第一季，工作场所如何做好防护；第二季，怎样做好个人防护；第三季，居家怎样防护；第四季，新型冠状病毒肺炎简介；第五季，如何正确就医及就医注意事项。在春节假期即将结束之际，我们先期推出第一季。

刘清泉医生承担本书主审。刘清泉医生是北京中医医院院长、主任医师、教授，是国内从事急诊临床一线时间最长的医生之一。受国家卫生健康委、国家中医药管理局联合指派，作为第一批中医专家代表，于2020年1月21日、27日两次抵达武汉，支援新型冠状病毒肺炎救治工作，迄今仍坚守一线工作。2003年北京爆发“非典”时，作为第一个进入疫区的专家，刘清泉医生带领医护人员抢救患者、自治自救并协同专家制订中西医结合治疗预案，为控制疫情蔓延做出巨大贡献。还要说明的是，河北医大张秋霞师生团队为本书漫画绘制做了大量工作。这里，对各位领导和专家给予的大力支持和无私奉献，一并表示衷心感谢。

本书编委会

健康科普出版专家委员会

主任委员：王陇德 蔡昉

副主任委员：刘德培 王辰 胡盛寿 高福 赫捷

顾东风 翟振武

委员（按姓氏拼音字母排序）

|     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 鲍明晓 | 毕宏生 | 曹 丰 | 曾晓苴 | 常 春 |
| 陈 彪 | 陈 峥 | 陈博文 | 陈家旭 | 陈君石 |
| 陈荣昌 | 陈祥生 | 陈雪峰 | 陈永祥 | 单志艳 |
| 邓海华 | 丁钢强 | 杜 鹏 | 段 勇 | 段成荣 |
| 樊 嘉 | 樊代明 | 樊富珲 | 樊晶光 | 范吉平 |
| 方 刚 | 封志明 | 傅 卫 | 冯晓丽 | 冯子健 |
| 葛均波 | 葛延风 | 高树庚 | 高 福 | 高 星 |
| 高彦辉 | 郭建国 | 郭万申 | 郭新彪 | 顾 硕 |
| 韩雅玲 | 何 瑞 | 何传启 | 赫元涛 | 胡鞍钢 |
| 胡大一 | 胡国臣 | 胡开敏 | 黄发源 | 黄惠勇 |
| 黄璐琦 | 季加孚 | 贾 凯 | 贾伟平 | 金 曦 |
| 金龙哲 | 柯 杨 | 孔灵芝 | 孔祥清 | 李 波 |
| 李 珏 | 李 亮 | 李 宁 | 李 松 | 李 涛 |
| 李 铁 | 李 雪 | 李国强 | 李建臣 | 李建民 |
| 李景中 | 李祥臣 | 李新华 | 李耀强 | 李长宁 |
| 厉彦虎 | 廖文科 | 廖远朋 | 刘 峰 | 刘宝龙 |
| 刘国恩 | 刘剑君 | 刘俊明 | 刘凯波 | 刘伦旭 |
| 刘清泉 | 刘尚希 | 刘维林 | 刘兴荣 | 刘友良 |

|     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 卢元镇 | 陆 林 | 陆杰华 | 马 军 | 马 骏 |
| 马 辛 | 马建中 | 马文军 | 马玉杰 | 缪剑影 |
| 钱晓波 | 乔 杰 | 乔志宏 | 屈卫东 | 瞿 佳 |
| 瞿介明 | 邵 兵 | 邵 薇 | 施小明 | 苏 旭 |
| 苏 杨 | 孙 新 | 孙殿军 | 孙全富 | 汤乃军 |
| 唐 芹 | 唐北沙 | 陶 潢 | 陶芳彪 | 佟瑞鹏 |
| 童玉芬 | 汪卫东 | 王 平 | 王 生 | 王大庆 |
| 王大树 | 王福生 | 王广洲 | 王贵齐 | 王惠珊 |
| 王建业 | 王金南 | 王临虹 | 王宁利 | 王文瑞 |
| 王谢桐 | 王雪凝 | 王拥军 | 王争艳 | 魏玉山 |
| 温建龙 | 郭沧萍 | 鄂堂春 | 吴 建 | 吴先萍 |
| 吴宜群 | 吴尊友 | 奚 桓 | 席 彪 | 肖诗鹰 |
| 熊 煌 | 徐 勇 | 徐东群 | 徐建国 | 徐文东 |
| 许培海 | 许樟荣 | 严卫星 | 杨 静 | 杨 柳 |
| 杨 汀 | 杨莉华 | 杨庆生 | 杨维中 | 杨文敏 |
| 杨雪冬 | 杨毅宁 | 杨月欣 | 姚 宏 | 姚 远 |
| 姚宏文 | 伊木清 | 於 方 | 于 康 | 于 欣 |
| 于金明 | 詹启敏 | 张 慧 | 张 敏 | 张 伟 |
| 张伯礼 | 张车伟 | 张华东 | 张俊华 | 张澎田 |
| 张湘燕 | 张新卫 | 张许颖 | 张建兵 | 张雁灵 |
| 张一民 | 赵 平 | 赵建华 | 赵旭东 | 钟南山 |
| 周敬滨 | 周敏茹 | 周念丽 | 周晓农 | 朱 军 |
| 朱大龙 | 朱凤才 | 祝士媛 | 祝小平 |     |

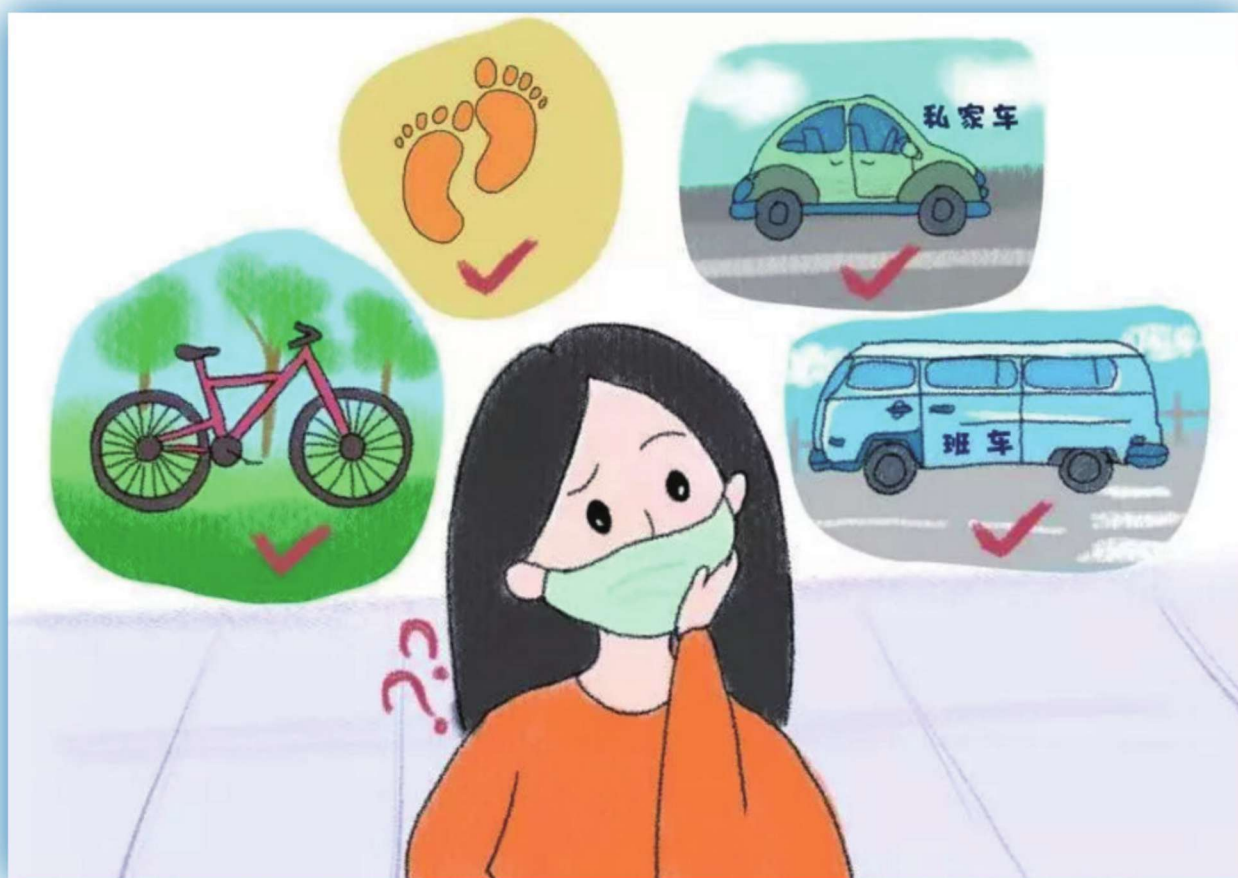
# 目录

- 1.上下班途中如何做 . . . . . 1
- 2.入楼工作如何做 . . . . . 2
- 3.入室办公如何做 . . . . . 3
- 4.参加会议如何做 . . . . . 4
- 5.食堂进餐如何做 . . . . . 5
- 6.下班后如何做 . . . . . 6
- 7.公务采购如何做 . . . . . 7
- 8.工间运动如何做 . . . . . 8
- 9.公共区域如何做 . . . . . 9
- 10.公务出行如何做 . . . . . 10
- 11.后勤人员如何做 . . . . . 11
- 12.公务来访如何做 . . . . . 12
- 13.传阅文件如何做 . . . . . 13
- 14.电话消毒如何做 . . . . . 14
- 15.空调消毒如何做 . . . . . 15
- 16.废弃口罩处理如何做 . . . . . 16



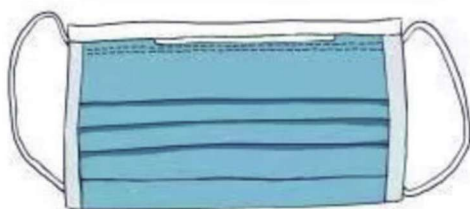
## 01

## 上下班途中如何做

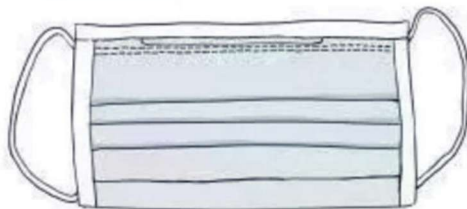


正确佩戴一次性医用口罩。尽量不乘坐公共交通工具，建议步行、骑行或乘坐私家车、班车上下班。如必须乘坐公共交通工具时，务必全程佩戴口罩。途中尽量避免用手触摸车上物品。

## 医用口罩的使用方法：



口罩颜色深的是正面，正面应该朝外，而且医用口罩上还有鼻夹金属条。



颜色比较浅的一面正对脸部。



分清楚口罩的正面、反面、上端、下端后，先将手洗干净。

注意带有金属条的部分应该在口罩的上方。



口罩佩戴完毕后，需要用双手压紧鼻梁两侧的金属条，使口罩上端紧贴鼻梁。



然后向下拉伸口罩，使口罩不留有褶皱，最好覆盖住鼻子和嘴巴。

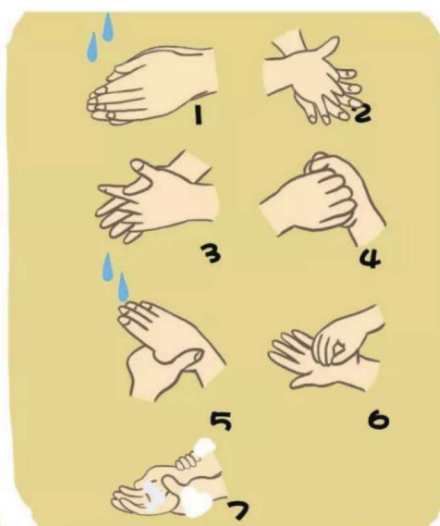
进入办公楼前自觉接受体温检测，体温正常可入楼工作，并到卫生间洗手。若体温超过 $37.2^{\circ}\text{C}$ ，请勿入楼工作，并回家观察休息，必要时到医院就诊。



保持办公区环境清洁，  
通风时注意保暖。



勤洗手、多饮水



按照七步法严格洗手。



至少  
1米

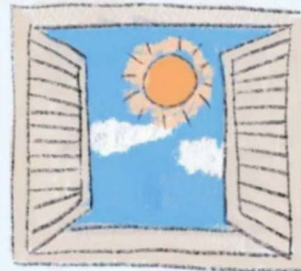
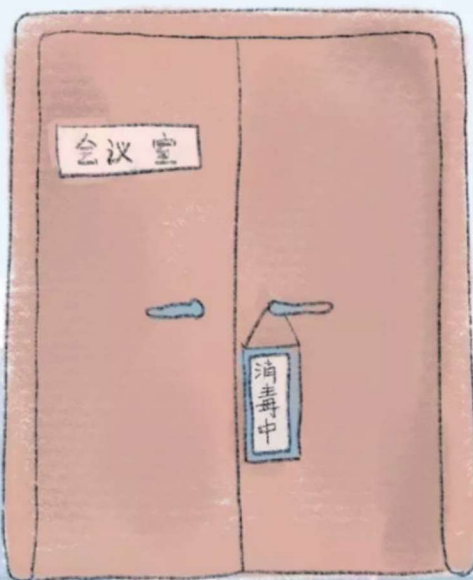
接待外来人员时双方要佩戴口罩。



保持办公区环境清洁，建议每日通风3次，每次20-30分钟，通风时注意保暖。人与人之间保持1米以上距离，多人办公时佩戴口罩。保持勤洗手、多饮水，坚持在进食前、如厕后按照七步法严格洗手。接待外来人员双方佩戴口罩。

会  
前

会议时间过长，开窗通风1次

会  
中会  
后

建议佩戴口罩，进入会议室前洗手消毒。开会人员间隔1米以上。减少集中开会，控制会议时间，会议时间过长时，开窗通风1次。会议结束后场地、家具须进行消毒。茶具用品建议开水浸泡消毒。



采用分餐进食，避免人员密集。餐厅每日消毒1次，餐桌椅使用后进行消毒。餐具用品须高温消毒。操作间保持清洁干燥，严禁生食和熟食用品混用，避免生食肉类。建议营养配餐，清淡适口。

下班后：



① 洗手

② 戴口罩



③ 避免多人聚会

到家后：



① 摘掉口罩后首先洗手

② 手机和钥匙使用消毒湿巾或75%酒精擦拭。



③ 居室保持通风和卫生清洁

洗手后佩戴一次性医用口罩外出，回到家中摘掉口罩后首先洗手消毒。手机和钥匙使用消毒湿巾或75%酒精擦拭。居室保持通风和卫生清洁，避免多人聚会。

公务采购时：



①须佩戴口罩出行



②避开密集人群



③保持至少1米以上距离



④避免公共场所长时间停留

须佩戴口罩出行，避开密集人群。与人接触保持1米以上距离，避免在公共场所长时间停留。



建议适当、适度活动，保证身体状况良好。避免过度、过量运动，造成身体免疫功能下降。

## 每日对公共区域进行消毒



每日须对门厅、楼道、会议室、电梯、楼梯、卫生间等公共区域进行消毒，尽量使用喷雾消毒。每个区域使用的保洁用具要分开，避免混用。



专车内部及门把手建议每日用75%酒精擦拭1次。乘坐班车须佩戴口罩，建议班车在使用后用75%酒精对车内及门把手擦拭消毒。

## 后勤人员如何做

**服务人员、安保人员、清洁人员工作时须佩戴口罩，并与人保持安全距离。**



**食堂采购人员或供货人员须佩戴口罩和一次性橡胶手套**



**避免直接手触肉禽类生鲜材料**



**摘手套后及时清洗消毒**



**工作后洗手消毒**



**保洁人员工作时佩戴一次性橡胶手套**



**安保人员须佩戴口罩工作**



**认真询问和登记外来人员状况**



**发生异常情况及时报告**



服务人员、安保人员、清洁人员工作时须佩戴口罩，并与人保持安全距离。食堂采购人员或供货人员须佩戴口罩和一次性橡胶手套，避免直接手触肉禽类生鲜材料，摘手套后及时洗手消毒。保洁人员工作时须佩戴一次性橡胶手套，工作结束后洗手消毒。安保人员须佩戴口罩工作，并认真询问和登记外来人员状况，发现异常情况及时报告。