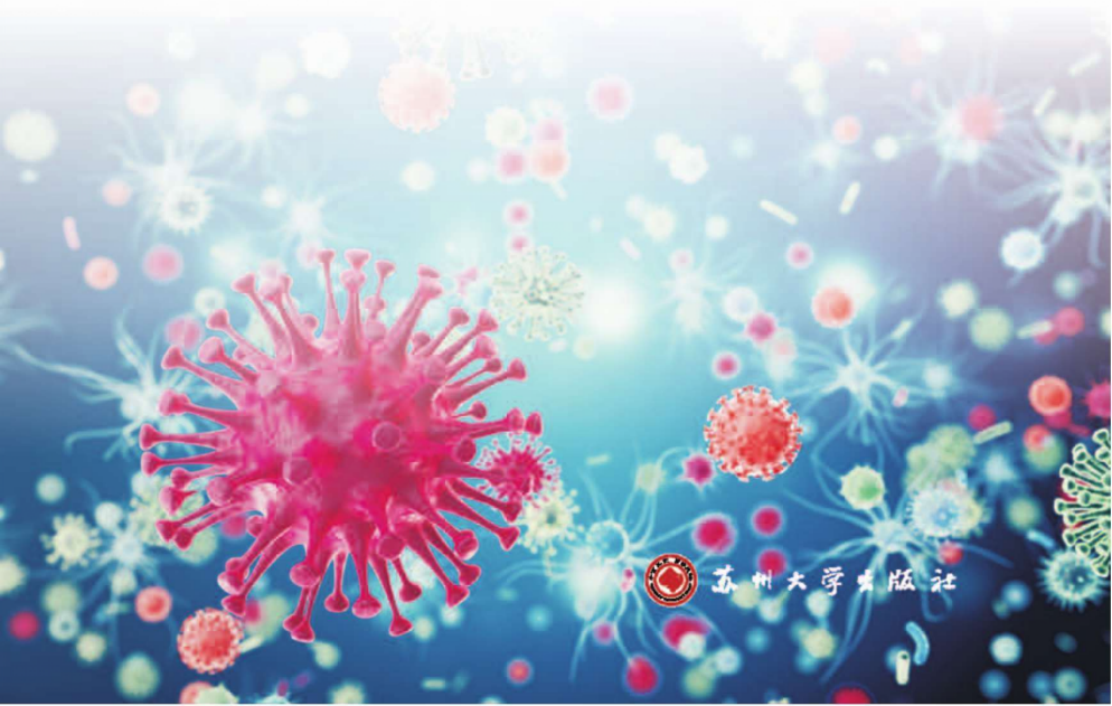


东部战区疾病预防控制中心 编



新型 冠状病毒感染 防治实用手册

主 编 贾德胜 曹勇平 汪春晖



苏州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

新型冠状病毒感染防治实用手册 / 贾德胜, 曹勇平, 汪春晖主编; 东部战区疾病预防控制中心编. —苏州: 苏州大学出版社, 2020. 2

(健康零距离丛书 / 汪春晖, 蔡俊主编)

ISBN 978-7-5672-3121-4

I. ①新… II. ①贾… ②曹… ③汪… ④东… III. ①日冕形病毒 - 病毒病 - 肺炎 - 防治 - 手册 IV. ①R563.1-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2020)第 021701 号

书 名: 新型冠状病毒感染防治实用手册

Xinxing Guanzhuang Bingdu Ganran Fangzhi Shiyong Shouce

主 编: 贾德胜 曹勇平 汪春晖

责任编辑: 李寿春

助理编辑: 牛涵波

出版发行: 苏州大学出版社

社 址: 苏州市十梓街 1 号(邮编: 215006)

印 刷: 苏州市深广印刷有限公司

开 本: 850 mm × 1 168 mm 1/32 印张: 5.75 字数: 125 千

版 次: 2020 年 2 月第 1 版

印 次: 2020 年 2 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5672-3121-4

定 价: 15.00 元

若有印装错误, 本社负责调换

苏州大学出版社营销部 电话: 0512-67481020

苏州大学出版社网址 <http://www.sudapress.com>

苏州大学出版社邮箱 sdcbs@suda.edu.cn



新型冠状病毒感染 防治实用手册

主 编 贾德胜 曹勇平 汪春晖

主 审 王长军 蔡 俊

编 委 (以姓氏笔画为序)

王长军 吕 恒 朱 进

任子宁 李 敏 李文豪

汪春晖 张 斌 张锦海

陈 琼 和晓京 郑 均

贾佩琦 贾德胜 曹勇平

韩招久 曾 曾

苏州大学出版社



“健康零距离丛书” 编 委 会

主 编 汪春晖 蔡 俊

副主编 张 斌 曹勇平 贾德胜

编 委 (按姓氏笔画排序)

毛应华 吕 恒 朱 进 齐 永

李文豪 李越希 汪春晖 张 斌

张锦海 陈乐如 周东明 郑 峰

贾德胜 曹勇平 韩招久 谭伟龙

总策划 吴文智 曹勇平



前 言

当前，新型冠状病毒肺炎疫情已进入防控攻坚阶段。全国各地正在按照习近平总书记重要指示、批示和国务院决策部署，坚定信心、同舟共济、科学防治、精准施策，全面开展联防联控、群防群治，疫情防控取得了阶段性成果。

由于这种在武汉首发的新型冠状病毒肺炎是新发传染病，目前临床和流行病学数据资料有限，其病毒来源、发病机制等尚不明确，医学界对该病传染性、传播途径和诊疗方法等还处在不断认识阶段，疫苗与特效药物的研发亦需时日，民众普遍存在焦虑和恐慌心理。再加上网络媒体发达，各类信息让人无所适从、难辨真伪，急需一本详细全面的科学读本来解答群众疑惑，科学、规范地指导个人防护、居家消毒与疫情防控等。为此，东部战区疾病预防控制中心组织专家团队编写了本书。

本书依据国内外最新研究成果和国家最新发布的相关方案与技术指南，以新型冠状病毒肺炎防控知识为重点，采取问答形式，系统介绍了传染病防治常识，冠状病毒特点与相关疫情特征，疾病的诊断治疗、预防控制，个人防



护，家庭和社区消毒等实用知识，内容全面，资料新颖，通俗易懂，图文并茂，可作为社会大众防范当前发生的新型冠状病毒肺炎及将来可能发生的更新型冠状病毒感染的参考书，也可供基层防疫人员以及社区、学校、机关、企事业单位等防控当前新型冠状病毒疫情时参考。由于编写时间仓促，本书难免存在遗漏、不妥和错误之处，恳望热心读者批评指正，俾使今后再版时能充实改进。

在本书编写过程中，我们参考了一些国内外文献。部分资料获取于网络文献，由于时间和篇幅原因，未能在参考文献中一一列出。本书在编写和出版过程中得到了苏州大学出版社的大力配合与支持。我们在此对上述参考文献的作者及出版社相关人员一并表示感谢。

编 者

2020年2月7日



..... 目 录

引言 传染病：人类社会永恒的挑战 /001

第一章 冠状病毒与冠状病毒传染病 /005

一、揭开冠状病毒的神秘面纱 /006

1. 冠状病毒是什么时候被发现的? /006
2. 已发现的冠状病毒家族有多少种病毒? /007
3. 新型冠状病毒是 SARS 病毒的进化版吗? /008
4. 冠状病毒的结构和理化性质如何? /008
5. 新型冠状病毒有哪些特点? /010
6. 冠状病毒在空气中能存活多久? /011

二、冠状病毒感染引起的人类传染病 /012

1. 什么是传染性非典型肺炎? /012
2. 什么是中东呼吸综合征? /013
3. 什么是新型冠状病毒肺炎? /015
4. 其他冠状病毒感染的特征是什么? /020

第二章 新型冠状病毒肺炎诊断治疗与预防控制 /021

一、新型冠状病毒肺炎诊断与治疗 /021

1. 新型冠状病毒肺炎有哪些临床表现? /021



2. 新型冠状病毒肺炎实验室与胸部影像学检查表现如何? /022
3. 新型冠状病毒肺炎的诊断标准是什么? /022
4. 新型冠状病毒肺炎有哪些临床分型? /024
5. 诊治中病例发现与报告程序是什么? /024
6. 如何治疗新型冠状病毒肺炎? /025
7. 住院病例解除隔离和出院标准是什么? /025

二、冠状病毒感染的预防与控制 /026

1. 冠状病毒感染的传染源是什么? /026
2. 冠状病毒的传播途径是什么? /027
3. 冠状病毒的易感人群是哪些? /028
4. 冠状病毒感染的疾病有哪些流行特征? /028
5. 新型冠状病毒肺炎属于法定传染病吗? /029
6. 冠状病毒感染的监测报告措施有哪些? /029
7. 如何发现新型冠状病毒肺炎病例? /030
8. 如何报告新型冠状病毒肺炎病例? /031
9. 如何判定冠状病毒感染病例密切接触者? /032
10. 不同交通工具密切接触者的判定标准是什么?
/033
11. 对密切接触者的管理要求是什么? /034
12. 在医学观察期间对密切接触者采取的措施有哪些? /035
13. 为应对疫情, 各地启动 I 级应急响应的依据是什么? /035

14. 在 I 级应急响应下, 对人员和交通可采取哪些限制措施? /036
15. 为什么要实施交通和人员管制措施? /037
16. 新型冠状病毒肺炎的传播风险是否会比 MERS 和 SARS 的传播风险更高? /038
17. 医务人员感染冠状病毒的风险大吗? /039
18. 有针对冠状病毒感染的疫苗吗? /040
19. 社区、单位、军营等如何防控冠状病毒感染?
/040
20. 公共场所应当采取哪些卫生防护措施? /042

第三章 冠状病毒感染的个人防护 /044

一、一般防护方法 /044

1. 普通民众如何预防冠状病毒感染? /044
2. 上班族如何预防冠状病毒感染? /046
3. 老年人如何防护? /049
4. 儿童与婴幼儿如何防护? /050
5. 公共场所个人防护需要注意些什么? /053
6. 在冠状病毒感染流行期间为什么要更加注意预防流感和普通感冒? /054
7. 冠状病毒感染与流感、普通感冒有什么区别?
/055
8. 我国传染病疫情防控能力如何? /056
9. 目前我国主要通过什么途径发现新型冠状病毒肺炎病例? /057



10. 普通民众应如何看待当前疫情? /057
11. 面对新型冠状病毒肺炎疫情, 过度恐慌会产生什么影响? /059
12. 咳嗽、打喷嚏时应该怎么做? /060
13. 预防冠状病毒感染为什么要强调防寒保暖?
/061
14. 为有效防范冠状病毒感染, 日常饮食要注意哪些事项? /061
15. 如何处理因长时间被限制在家而出现的恐慌情绪? /064
16. 出现对疫情恐慌情绪时如何在家自我放松?
/065
17. 社区出现患者被集体隔离时, 如何自我调节情绪? /066

二、口罩的选择与使用 /067

1. 口罩在预防传染病中的作用是什么? /067
2. 口罩能防范冠状病毒感染吗? /068
3. 口罩的种类有哪些? /068
4. 常见的口罩有哪些? /070
5. 如何正确选择口罩? /075
6. 如何正确佩戴口罩? /075
7. 何人何时应戴 N95 型口罩? /076
8. N95 型口罩的正确佩戴方法是什么? /076
9. 为什么不鼓励普通民众佩戴 N95 型口罩? /077
10. 普通民众佩戴口罩的原则是什么? /077

11. 普通民众是否需要随时更换口罩? /078

12. 佩戴过的口罩需要怎样处理才能再用? /079

三、洗手的正确方法 /080

1. 为什么说洗手是防范冠状病毒感染的有效方法?

/080

2. 世界洗手日是哪一天? /081

3. 什么时候应该洗手? /081

4. 在咳嗽、打喷嚏、清洁鼻腔后为什么要洗手?

/082

5. 哪些传染病或感染与手卫生有关? /082

6. 什么是科学正确的洗手方法? /083

7. 什么是洗手六步法? /084

第四章 冠状病毒感染的防疫性消毒 /086

一、消毒的基本常识 /086

1. 什么是消毒? /086

2. 什么是预防性消毒? /087

3. 什么是疫源地消毒? /088

4. 怎样选择疫源地消毒方法? /090

5. 适合防疫用的消毒方法有哪些? /091

二、常用消毒剂及使用 /093

1. 消毒药物有哪些? /093

2. 如何选择防疫消毒方法? /097

3. 家庭消毒用具有哪些? /098

4. 如何使用 84 消毒液消毒? /099



5. 如何使用漂白粉消毒? /100
6. 如何使用三氯异氰尿酸泡腾片消毒? /102
7. 如何使用过氧乙酸消毒? /102
8. 如何使用二溴海因消毒? /104
9. 如何使用乙醇消毒? /105
10. 哪些因素影响消毒的效果? /106
11. 消毒剂是否越浓越好? /107
12. 民众可以经常使用免洗洗手液代替勤洗手吗?
/108
13. 消毒剂浓度计算和配制方法有哪些? /110
14. 使用消毒剂应注意哪些原则? /111
15. 进行消毒时要注意什么? /112

三、日常生活中的消毒方法 /113

1. 如何安排居室消毒? /113
2. 住房应怎样消毒? /114
3. 室内空气怎样消毒? /116
4. 室内地面应怎样消毒? /117
5. 食醋熏蒸能够起到消毒作用吗? /119
6. 家具应怎样消毒? /120
7. 衣服、被褥应怎样消毒? /121
8. 毛巾应怎样消毒? /123
9. 如何对病人的便器等排泄物容器消毒? /123
10. 如何进行痰的消毒? /124
11. 如何进行粪便消毒? /125
12. 拖把应怎样消毒? /125



13. 儿童玩具应怎样消毒? /126
14. 阳光是天然的消毒剂吗? /127
15. 如何进行焚烧消毒? /128
16. 如何进行煮沸消毒? /129
17. 如何使用蒸笼与流通蒸汽消毒? /131
18. 如何使用家用高压锅消毒? /131
19. 如何使用巴氏消毒法? /132
20. 如何使用微波炉消毒? /133
21. 碗、筷等餐具如何消毒? /134
22. 蔬菜、水果如何消毒? /135
23. 如何对牛奶消毒? /137
24. 如何对家用砧板消毒? /137
25. 钱票、书刊、纸张怎样消毒? /138
26. 如何使用家用消毒柜消毒? /139
27. 如何对乘用车消毒? /139

知识链接 /144

传染病防治常识 /144

1. 什么是传染病? /144
2. 致病微生物的种类有哪些? /145
3. 什么是传染源和传染期? /147
4. 传染病有哪些传播途径? /149
5. 什么是易感人群? /152
6. 预防和控制传染病的措施有哪些? /152
7. 传染病预防的具体措施有哪些? /154



8. 传染病防疫的具体措施有哪些? /154
9. 家里有人得了传染病怎么办? /155
10. 传染病的隔离方式有哪些? /157
11. 常见传染病的潜伏期、传染期和隔离期如何?
/158
12. 什么是自然疫源性疾病? /162
13. 什么是贮存宿主? /163
14. 什么是中间宿主? /164
15. 蝙蝠为何成为众多病毒的贮存宿主? /164
16. 为什么不能贩卖和食用野生动物? /165

主要参考文献 /167



引言

传染病：人类社会永恒的挑战

瑞典病理学家福克·汉森（Folke Henschen）说过：“人类的历史即其疾病的历史。”在世界历史上，任何一次传染病的大流行，都是人类文明进程所带来的，每一次大规模的传染病又对人类文明本身产生极其巨大而深远的影响（图 0-1）。公元前 430 年，雅典瘟疫摧毁了古希腊文明；公元 165—180 年，黑死病瘟疫导致古罗马帝国衰落；在中世纪的西欧，鼠疫的肆虐深刻地影响了西方文明史，从而导致资本主义的兴起；15 世纪末至 16 世纪初，西方殖民者用天花和麻疹征服了美洲新大陆；20 世纪初“西班牙流感”造成全球 2 500 万~5 000 万人死亡，使第一次世界大战提前结束……这种因传染病的肆虐而对世界历史和当时的政治、经济、军事产生重大影响的事例，简直不胜枚举。因此，不仅战争可以改变历史，传染病也同样能够影响和改变历史。正如威廉姆·麦克尼尔（William McNeill）在《瘟疫与人》一书中提到的：“才智、知识和组织都无法改变人们在面对寄生性生物入侵时的脆弱无助。”



图 0-1 1348 年，黑死病过后，佛罗伦萨尸横遍野的惨状

自从人类出现，传染性疾病便随之出现。什么时候人类还存在，传染病就存在。传染病过去是，而且以后也一定会是影响人类历史的一个最基本的决定因素。”

人与自然关系的紧张是导致传染病的最根本原因。恩格斯说过：“没有哪一次巨大的历史灾难不是以历史的进步为补偿的。”可惜的是，人们记住了这句话，却常常忽视了他同样重要的另一句话：“我们不要过分陶醉于我们人类对自然界的胜利。对于我们的每一次胜利，自然界都报复了我们。”传染病跟动物有着密切关系。据美国社会史专家麦克尼尔的研究，人类与狗共有的疾病有 65 种，与牛共有的疾病有 50 种，与羊共有的疾病有 46 种，与猪共有的疾病有 42 种，与马共有的疾病有 35 种，与家禽共有的疾病有 26 种。这些疾病基本上都是从动物身上传到