

## 如何預防新型冠狀病毒肺炎?

預防方案:

1. 現時沒有預防新型冠狀病毒病的疫苗或藥物。

儘管有一些西藥可使病人感到舒適並減輕症狀，但是尚無證據表明這些藥物可以預防新型冠狀病毒病。世衛組織不建議自行使用包括抗生素在內的任何藥物來預防新型冠狀病毒。

正在研究疫苗，並通過臨床試驗予以測試。世衛組織正協調疫苗開發工作，以預防新型冠狀病毒病。

為獲取最新資訊，可瀏覽以下 WHO 網站鏈接:

<https://www.who.int/zh/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

2. 市民必須時刻注意個人衛生，保持雙手清潔。

\*同心抗疫 <https://www.youtube.com/watch?v=G2iZr26uUrw>

\*預防肺炎及呼吸道傳染病的健康建議

1) <https://www.youtube.com/watch?v=RARoFRupny4>

2) [http://terrance.who.int/mediacentre/videos/coronavirus/WHO-PROD\\_Emergencies\\_Coronavirus\\_COVID19\\_Advocacy\\_Protection\\_en\\_st\\_ch\\_03MAR2020.mp4](http://terrance.who.int/mediacentre/videos/coronavirus/WHO-PROD_Emergencies_Coronavirus_COVID19_Advocacy_Protection_en_st_ch_03MAR2020.mp4)

3) [http://terrance.who.int/mediacentre/videos/coronavirus/WHO-PROD\\_Emergencies\\_Coronavirus\\_Advocacy\\_Ncov\\_Questions\\_Protect\\_en\\_st\\_ch\\_05FEB2020.mp4](http://terrance.who.int/mediacentre/videos/coronavirus/WHO-PROD_Emergencies_Coronavirus_Advocacy_Ncov_Questions_Protect_en_st_ch_05FEB2020.mp4)

4) [http://www.chinacdc.cn/jkzt/crb/zl/szkb\\_11803/jszl\\_2275/202003/t20200308\\_214205.html](http://www.chinacdc.cn/jkzt/crb/zl/szkb_11803/jszl_2275/202003/t20200308_214205.html) 5)

[http://www.chinacdc.cn/jkzt/crb/zl/szkb\\_11803/jszl\\_2275/202003/P020200323494393731445.pdf](http://www.chinacdc.cn/jkzt/crb/zl/szkb_11803/jszl_2275/202003/P020200323494393731445.pdf)

\*防疫診症室 - 潔手篇 <https://www.youtube.com/watch?v=tGV2dzlzUuQ> \*如何正確清潔雙手  
<https://www.youtube.com/watch?v=0n8v5O3gz4Q>

[https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/2handwashing.png?sfvrsn=cf822df7\\_6](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/2handwashing.png?sfvrsn=cf822df7_6)

3. 妥善保養排水渠管 <https://www.youtube.com/watch?v=-M74PIevUoc>

4. 防疫上班攻略 <https://www.youtube.com/watch?v=-zaalGOTYK8&feature=youtu.be>

5. 減少社交接觸 [https://www.youtube.com/watch?v=i8j\\_4Rn3xNQ](https://www.youtube.com/watch?v=i8j_4Rn3xNQ)

6. 減少社交接觸如何抑制病毒擴散

7. 外遊時，不要接觸動物;不要吃野味;以及避免到濕貨市場、活家禽市場或農場。

8. 如果回港後發燒或者有其他病徵，應戴上外科口罩，並馬上求醫，告訴醫生最近曾到訪的地方<sup>1</sup>。

9. 教育局教育電視 2019 冠狀病毒病資訊(幼稚園、小學生) <https://www.hkedcity.net/etv/zh-hant/resource/5001740477>

10. WHO 針對新型冠狀病毒的基本防護措施(上述內容補充)

- 保持社交距離:與他人保持至少 1 米(3 英尺)的距離，尤其是與咳嗽、打噴嚏和發熱的人保持距離。

[http://terrance.who.int/mediacentre/videos/coronavirus/WHO-PROD\\_Emergencies\\_Coronavirus\\_Advocacy\\_Ncov\\_Questions\\_Contact\\_en\\_st\\_ch\\_05FEB2020.mp4](http://terrance.who.int/mediacentre/videos/coronavirus/WHO-PROD_Emergencies_Coronavirus_Advocacy_Ncov_Questions_Contact_en_st_ch_05FEB2020.mp4)

- 保持良好的呼吸衛生習慣:應確保自己及周圍的人保持良好的呼吸衛生習慣。打噴嚏或咳嗽時，需用彎曲的肘部遮擋口鼻，或用紙巾並立即妥善處置用過的紙巾。
- 隨時瞭解情況並遵循醫務人員的建議:隨時瞭解 2019 冠狀病毒病的最新動態。遵循醫務人員、國家和地方公共衛生部門或雇主提供的關於您自己和他人如何防範 2019 冠狀病毒病的建議。
- 適用於目前身在 2019 冠狀病毒病傳播地區或最近(過去 14 天)訪問過這些地區的人的防護措施:

\*如果開始感覺不適，即使症狀輕微(如頭痛和輕微流涕)，也要居家靜養，直到康復。

\*如果發熱、咳嗽和呼吸困難，這可能是呼吸道感染或其他嚴重疾病所致，因此應迅速就醫。

請預先打電話並告知醫務人員您最近的任何旅行史或與旅行者接觸史。

<https://www.who.int/zh/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

為獲取最新資訊，可瀏覽以下 WHO 網站鏈接:

<https://www.who.int/zh/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>

11. WHO 建議在 2019 冠狀病毒病期間幫助兒童應對壓力

<https://www.who.int/zh/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>

12. WHO 建議 60 歲以上或者有心血管疾病、呼吸系統疾病及糖尿病患者不要去擁擠的場所，也 不要去可能會接觸病人的地方 [https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/be-safe-ch.jpg?sfvrsn=1f6e4aef\\_12](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/be-safe-ch.jpg?sfvrsn=1f6e4aef_12)

13. WHO 建議如何應對壓力 [https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/cope-with-stress-zh.jpg?sfvrsn=40131d95\\_4](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/cope-with-stress-zh.jpg?sfvrsn=40131d95_4)

[http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-](http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/news/news/2020/3/mental-health-and-psychological-resilience-during-the-covid-19-pandemic)

[19/news/news/2020/3/mental-health-and-psychological-resilience-during-the-covid-19-pandemic](http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/news/news/2020/3/mental-health-and-psychological-resilience-during-the-covid-19-pandemic)

14. WHO 建議確保食品安全

到生鮮市場採購:

[https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/9wetmarkets-shopba16d6f18eed409381ec05cb434a70d5.png?sfvrsn=22e5044e\\_4](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/9wetmarkets-shopba16d6f18eed409381ec05cb434a70d5.png?sfvrsn=22e5044e_4)

在生鮮市場裏工作:

[https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/11wetmarkets-work27e47ef2f03f948389ffd9026245a4378.png?sfvrsn=19a40871\\_7](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/11wetmarkets-work27e47ef2f03f948389ffd9026245a4378.png?sfvrsn=19a40871_7)

[https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/10wetmarkets-work137c6235b786e426fb1c15118fe79dbc8.png?sfvrsn=9dd0826e\\_6](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/10wetmarkets-work137c6235b786e426fb1c15118fe79dbc8.png?sfvrsn=9dd0826e_6)

注意食品安全:

[https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/6foodsafety-cuttingboard1ffa2594107f4b23b21bd487affe53a9.png?sfvrsn=5ac8802f\\_6](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/6foodsafety-cuttingboard1ffa2594107f4b23b21bd487affe53a9.png?sfvrsn=5ac8802f_6)

[https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/8foodsafety-meat-outbreakacfb840bcd5a489686f18dff9a71943.png?sfvrsn=2449884c\\_6](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/8foodsafety-meat-outbreakacfb840bcd5a489686f18dff9a71943.png?sfvrsn=2449884c_6)

15. WHO 建議旅行時保持健康 [https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/1133ab47d95954eb58bd31b8457d3daa1.png?sfvrsn=1a813eed_10)

[squares/1133ab47d95954eb58bd31b8457d3daa1.png?sfvrsn=1a813eed\\_10](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/1133ab47d95954eb58bd31b8457d3daa1.png?sfvrsn=1a813eed_10)

[https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/439a4c8c7cdf7419d9bb2784d8dcd41ee.png?sfvrsn=9719c641\\_8](https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/social-media-squares/439a4c8c7cdf7419d9bb2784d8dcd41ee.png?sfvrsn=9719c641_8)

16. WHO 建議何時及如何使用口罩

只有在出現新型冠狀病毒病症狀(尤其是咳嗽)或照顧可能感染新型冠狀病毒病的人時，才需要戴口罩。一次性口罩只能使用一次。如果未生病或未在照顧病人，那麼戴口罩便是浪費。目前世界各地都短缺口罩，世衛組織促請人們明智地使用口罩。

世衛組織建議合理使用醫用口罩，避免不必要浪費寶貴資源，並避免錯誤使用口罩(見[口罩使用建議](#))。

<http://www.nhc.gov.cn/xcs/kpzs/202003/0dcf275c0ea948099cb77eb912eb95da.shtml>

17. WHO 2019 冠狀病毒病:傳言和事實 [https://www.who.int/zh/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-](https://www.who.int/zh/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters)

[busters](https://www.who.int/zh/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters)