



# 避免面对面接触 做好卫生间消毒

## 省疾控中心专家发布新冠病毒感染者居家隔离指南

本报讯(本报记者)新冠病毒感染者如何做好居家隔离?黑龙江省疾病预防控制中心应急办副主任张洪洋通过四个方面给出了解答。

### 1.新冠病毒感染者如与家人同住,家人如何防护?

答:符合居家条件的新冠病毒感染者一定要单独房间居住,可以选择通风好的或有独立卫生间的房间作为隔离室,保持相对独立。

一是家人尽量不要与新冠病毒感染者直接接触。新冠病毒感染者应关闭房间门,避免与同住人面对面接触,如必须接触时双方需要佩戴N95口罩,保持1米以上距离。

二是每天要定时通风,最好通风3次以上,每次不少于30分钟,尤其要做好卫生间的通风和消毒。

三是避免与新冠病毒感染者共享生活用品,如家庭共用卫生间,应在其使用卫生间后立即进行消毒,同时做好个人防护。

四是养成良好的卫生习惯,准备食物、饭前便后、摘戴口罩时应洗手或者手消毒。

### 2.新冠病毒感染者的生活垃圾如何处理?

答:尽量选择专用的医疗垃圾袋或者质量好的密封垃圾袋,最好用双层垃圾袋,避免泄露。把垃圾袋口扎紧,喷洒消毒后交由同住人协助处理。可以通过社区联系专业的公司定期对垃圾进行回收。同住人在处理垃圾时要戴好N95口罩和一次性乳胶手套,对垃圾外包装消毒后放在指定地点,事后还要进行手消毒。

### 3.新冠病毒感染者康复后是否需要到房间进行消杀?

答:居家的新冠病毒感染者转阴后,应该对其活动空间和接触物品进行一次终末消杀,具体应包括几个方面。一是居住环境,可以长时间开窗通风,对污染的房间进行静置的方式处理;如果有超低容量

喷雾器,可以选择二氧化氯或过氧化氢类消毒剂对空气喷洒消毒,作用30-60分钟后开窗通风。二是生活用品,比如其用过的床单、被罩等可以选择消毒产品中适用范围里有织物消毒的消毒剂,进行浸泡消毒。桌面、门把手等物体表面可以用含氯消毒剂擦拭消毒,作用15分钟后用清水擦拭干净就可以了。三是贵重物品可以用塑料袋密封,放置一段时间再使用。

### 4.其他注意事项

答:新冠病毒感染者居家隔离治疗期间应该严格做到不外出,不接受探访。除生活必需品和药品外,不要订购快递和外卖。共同居住者或陪护人员需一并遵守居家隔离医学观察的管理要求,严格做到不外出。如果确需外出就医,需报告社区管理人员批准后方可外出。要全程做好个人防护,点对点到达医疗机构,就医后点对点返回家中,不要乘坐公共交通工具。

### 哈尔滨市市直医疗机构互联网医院公示

疫情常态化管控期间,为方便居民就诊,现将哈尔滨市市直医疗机构互联网医院进行公示。居民点击需要就诊的互联网医院二维码,长按进入互联网医院,选择相应的诊疗服务。



哈尔滨市第一医院



哈尔滨市第二医院



哈尔滨二四二医院



哈尔滨市第四医院



哈尔滨市第一专科医院



哈尔滨市红十字中心医院

## 医疗服务

### 哈医大一院 开设核酸阳性门诊和病房

本报讯(徐旭 赵一鸣 记者 刘菊)自“新十条”优化措施出台后,哈尔滨医科大学附属第一医院进一步完善和优化防控措施。12日,哈医大一院开设独立的核酸阳性门诊、核酸阳性病房,方便患者分区就医,全力保障人民群众就医安全。

近日来,哈医大一院急诊及发热门诊就诊数量增多,这其中相当一部分患者是担心自己感染新冠出现焦虑情绪

前来就医。由于奥密克戎变异株较之前致病性有了降低,99.5%的患者只需要居家隔离及自我监测。

居家期间,如果出现发热、鼻塞、流涕等症状,可以通过哈医大一院互联网医院新冠门诊线上问诊,医院每天安排30余位专家在线为患者提供专业的治疗建议。

对于危急重症患者,可直接在哈医大一院急诊及时就

诊,医院按照“先救治,再检测”原则,第一时间抢救,保障人民群众的生命和健康。



哈医大一院 互联网医院二维码

### 哈市第二医院 开设新冠线上问诊服务

本报讯(李盼 崔明明 记者 刘菊)自“新十条”发布以来,哈尔滨市第二医院多措并举,不断优化疫情防控措施,让百姓少跑腿,让网络多服务。

哈尔滨市第二医院互联网医院按照国务院应对新冠肺炎疫情联防联控机制发布的《关于做好新冠肺炎互联网医疗服务有关工作的通知》的相关要求,持续做好互联网医院医疗服务。目前,有发热、咳嗽、四肢酸痛等症状的患者,暂时无必要前往医院,可通过哈尔滨市第二医院互联网医院“新冠/发热咨询门诊”和“儿童发热咨询门诊”两个服务板块在线咨询,向医生描述自己的相应症状,确定是否需要前往医院就医,或根据专家指导居家进行

隔离。(如果您或您的亲属朋友病情紧急,请就近前往附近医院的发热门诊或急诊科就诊,避免延误病情。)

“互联网医院新冠/发热咨询”门诊主要提供病情咨询、用药指导、报告解读等非诊断类医学服务,不能提供开药服务,居家隔离的市民常用的非处方药可在药店购买。

哈尔滨市第二医院数百名经验丰富的医护人员通过互联网医院在线出诊,长期为广大市民提供线上复诊、线上咨询、线上直播义诊、线上“孕校”、线上科普宣教等丰富的“一站式”互联网医疗服务,降低交叉感染风险,助力疫情防控。

哈尔滨市第二医院互联网

医院利用直播新技术,邀请胸痛及心衰中心、脑卒中中心、疼痛质控中心、康复中心的专家做客直播间,为群众进行健康宣教近百次,内容涵盖医疗、护理、感控、保健、感控、乐城医疗旅游先行区特许药械应用及线上咨询、哈尔滨市退役军人医院线上诊疗、宝妈们的线上“孕校”等,受到患者们的热烈欢迎和一致好评。

今后,哈尔滨市第二医院互联网医院将继续优化自身工作方式,扩大服务范围、提升服务质量,推出包括“互联网+护理服务”“互联网+托育服务”“互联网+心理健康服务”“互联网+中医药服务”等多项互联网优质服务,为冰城百姓的健康保驾护航。

### 哈尔滨市市直医疗机构 预约诊疗公示

疫情常态化管控期间,为方便居民就诊,现将哈尔滨市市直医疗机构预约诊疗途径进行公示。居民点击需要就诊医院公众号二维码,长按进行关注,进入医院公众号选择相应的诊疗服务。



哈尔滨市第一医院



哈尔滨市第二医院



哈尔滨二四二医院



哈尔滨市第四医院



哈尔滨市第五医院



哈尔滨市第一专科医院



哈尔滨市儿童医院



哈尔滨市红十字中心医院



哈尔滨市妇幼保健院



哈尔滨市中医医院



哈尔滨市胸科医院



哈尔滨市眼科医院



哈尔滨市口腔医院