关于新型冠状病毒（2019-nCoV）暴发期间在社区、家庭护理和卫生保健场所使用口罩的建议

临时指导文件
2020 年 1 月 29 日

世界卫生组织

引言

本文件为报告发生2019新型冠状病毒（2019-nCoV）疫情区域的社区、家庭和医疗机构使用医用口罩提供快速建议。它面向公共卫生和感染预防控制专业人员、卫生保健管理人员、卫生保健工作者和社区卫生工作者。若获得更多的数据，将对建议进行修订。

根据现有信息，2019新型冠状病毒的人际传播途径为呼吸道飞沫或接触传播。任何人若与有呼吸道症状者（例如打喷嚏、咳嗽等）有密切接触（1米以内），会有接触可能引起感染的呼吸道飞沫的危险。

医用口罩是平整或有褶皱的外科或手术口罩（有的形状像杯子），用带子固定在头上[a]。

一般建议

在受影响地区，佩戴医用口罩是限制某些呼吸道疾病（包括2019新型冠状病毒）传播的预防措施之一。然而，**仅仅**使用口罩不足以提供足够的保护，应采取同样相关的其它措施。如果要使用口罩，这项措施必须与手部清洁及其它感染预防和控制措施相结合，以防止2019新型冠状病毒的人际传播。世卫组织已为家庭护理[b]和医疗机构[c]在出现疑似感染新型冠状病毒时使用的感染预防和控制策略制定了指导文件。

如果在不必要时戴医用口罩，可能会导致不必要的费用和采购负担并产生错误的安全感，从而导致忽视其它必要措施，例如手部清洁习惯。此外，不正确使用口罩会使其减少传播风险的效果大打折扣。

社区内

没有呼吸道症状的个人应该：

- 避免人群聚集和频繁进入封闭拥挤空间；
- 与有2019新型冠状病毒呼吸道症状（如咳嗽、打喷嚏）的人保持至少1米的距离；
- 经常清洁双手：如双手没有明显污垢，可使用含酒精成分的免洗洗手液；如双手有明显污垢，应使用肥皂和清水；
- 咳嗽或打喷嚏时，用弯曲的手肘或纸巾捂住口鼻，使用后应立即丢弃纸巾，并洗手；
- 不要触摸嘴巴和鼻子；
- 不需要医用口罩，因为没有证据表明能保护未患病的人群。但在一些国家可能会根据当地文化习惯戴口罩。如果佩戴口罩，则应遵循佩戴、取下和处置方法以及取下口罩后手部清洁的最佳做法（请参阅下面关于适当口罩管理的建议）。

有呼吸道症状的个人应该：

- 如果出现发烧、咳嗽和呼吸困难，应尽快戴上医用口罩并根据当地规定就医；
- 遵从下文中有关适当口罩管理的建议。

家庭护理

[a] 在卫生保健中预防和控制易流行和大流行的急性呼吸道感染。世界卫生组织。（2014 年）。可在 https://apps.who.int/iris/handle/10665/174652 读取

[b] 呈现轻度症状的疑似新型冠状病毒（nCoV）感染患者的家庭护理和接触者管理。可在 https://www.who.int/publications-detail/ home-care-for-patients-with-suspected-novel-coronavirus-(ncov)-infection-presenting-with-mild-symptoms-and-management-of-contacts 读取

[c] 在疑似新型冠状病毒（nCoV）感染的医疗保健过程中的感染预防和控制。可在 https://www.who.int/publications-detail/infec tion-prevention-and-control-during-health-care-when-novel-coronavirus-(ncov)-infection-is-suspected-20200125 读取

鉴于目前关于该病及其传播的现有数据，世卫组织建议使用隔离预防措施对2019新型冠状病毒感染疑似病例进行护理，并在医院中进行监测。这将确保医疗的安全性和质量（以防病人症状恶化）以及公共卫生安全。

但是，出于若干可能的原因，包括住院护理不可用或不安全（即能力和资源有限，无法满足对医疗服务的需求），或者在知情情况下拒绝住院时，可能需要考虑在家庭环境中提供医疗服务。应遵循关于感染预防和控制的具体家庭护理指导。

疑似感染2019新型冠状病毒并有轻微呼吸道症状的个人应该：

- 经常清洁双手，如双手没有明显污垢，可使用含酒精成分的免洗洗手液；如双手有明显污垢，应使用肥皂和清水；
- 尽量与健康人士保持距离（最少1米）；
- 为防止呼吸道分泌物扩散，应为患者提供医用口罩，并让他在可以忍受的情况下尽量佩戴。不能忍受医用口罩的个人应严格遵守呼吸道卫生措施，即在咳嗽或打喷嚏时用一次性纸巾掩住口鼻。纸巾使用后应及时处理。接触呼吸道分泌物后应立即洗手；
- 应尽量打开门窗，以促使居住空间的空气流通。

疑似感染2019新型冠状病毒并有轻微呼吸道症状者的亲属或护理者应该：

- 经常清洁双手，如双手没有明显污垢，可使用含酒精的免洗洗手液；如双手有明显污垢，应使用肥皂和清水；
- 尽量与患者保持距离（至少1米）；
- 与患者同处一室时，要佩戴医用口罩；
- 口罩用完后应立即处理。接触呼吸道分泌物后应立即洗手；
- 尽量打开门窗，以促使居住空间的空气流通。

医疗机构

有呼吸道症状的个人应该：

- 在分诊或候诊区等待或在设施内移动期间佩戴医用口罩；
- 在疑似或确诊病例专用区逗留时，佩戴医用口罩；
- 在单人间隔离时，无需戴医用口罩；但在咳嗽或打喷嚏时，要用一次性纸巾掩住口鼻。适当处理纸巾后，应立即清洁双手。

卫生保健工作者应该：

- 进入收治疑似或确诊2019新型冠状病毒感染患者的病房时，以及在向疑似或确诊的病例提供护理的任何情况下，都要戴上医用口罩；
- 执行可产生气雾的程序时（例如气管插管、无创通气、气管切开、心肺复苏、插管前手动通气和支气管镜检查等），使用至少与美国国家职业安全与健康研究所（NIOSH）认证的N95、欧盟标准FFP2或同等防护级别的微颗粒物口罩。

口罩管理

如需要佩戴医用口罩，为确保其有效性，必须正确使用和丢弃口罩，并避免因不正确使用和丢弃口罩，而导致传播风险的增加。

以下有关正确使用医用口罩的信息来自医疗机构的实践[d]：

- 用口罩仔细遮盖嘴和鼻子并系牢，尽量减少面部与口罩之间的缝隙；
- 在使用时，避免触摸口罩；
- 使用适当的方法取下口罩（即不要触摸口罩正面，要从后面摘下带子）；
- 取下后或无意间触摸了使用过的口罩后：使用含酒精成分的免洗洗手液清洁双手；如果双手有明显污垢，应使用肥皂和清水；
- 口罩一旦变湿/潮湿，应立即换上清洁和干燥的新口罩；
- 不要重复使用一次性口罩；
- 一次性口罩在每次使用后应丢弃并在取下后立即处置。

在任何情况下均不建议使用布口罩（例如棉布口罩或纱布口罩）。

©世界卫生组织 2020。 部分版权保留。作品署名-非商业性使用-相同方式共享的政府间组织3.0版本适用于该作品 (CC-BY-NC-SA 3.0 IGO).

WHO reference number: WHO/nCov/IPC_Masks/2020.1

[d] 在卫生保健中预防和控制易流行和大流行的急性呼吸道感染。世界卫生组织。（2014年）。https://apps.who.int/iris/handle/10665/112656