



# 云南白药集团股份有限公司 新型冠状病毒防控工作手册

(v 1.0)

(2020年1月30日)

# 索 引

## 一、云南白药新型冠状病毒防控相关工作要求

## 二、个人防护知识

- 1、如何保护自己远离新型冠状病毒的肺炎传染
- 2、洗手在预防呼吸道传播疾病中的作用
- 3、哪些时刻需要洗手
- 4、出门在外没有清水，不方便洗手，怎么办

## 三、个人预防措施建议

- 1、上班途中如何做
- 2、入楼工作如何做
- 3、入室办公如何做
- 4、参加会议如何做
- 5、食堂进餐如何做
- 6、下班路上如何做
- 7、公务采购如何做
- 8、工间运动如何做
- 9、公共区域如何做
- 10、公务出行如何做
- 11、后勤人员如何做
- 12、传阅文件如何做
- 13、电话消毒如何做

## 四、个人疾病预判、治疗相关知识

- 1、在临床上怎样识别观察新型冠状病毒感染的肺炎病例
- 2、何时就医
- 3、就医时注意事项
- 4、昆明市发热门诊机构名单

## 五、疫情防控期间城市交通小贴士

## 一、 云南白药新型冠状病毒防控相关工作要求

当前，一场新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控阻击战正在全国打响。为深入贯彻习近平总书记的重要指示精神，保障全体员工的安全和健康，维护企业正常的工作和生产秩序，根据中央和省委关于疫情防控的部署要求，云南白药将疫情防控工作作为当前最为重要的工作进行落实。

截至 2020 年 1 月 30 日，云南白药在集团层面共下发、推送《新型冠状病毒肺炎预防手册》《关于防控新冠肺炎节后工作安排的通知》《关于成立应对新型冠状病毒感染肺炎疫情领导小组的通知》《关于“抗击疫情 党员先行”的倡议书》等防控文件、资料，并将根据疫情发展和企业实际，不断对内强化措施、压实责任。

请公司各部门、各位同事严格遵照相关要求执行，“从我做起”，做好疫情防护，为坚决打赢疫情防控阻击战贡献力量。

## 二、 个人防护知识

### （一）如何保护自己远离新型冠状病毒传染

1、勤洗手。使用肥皂或洗手液并用流动水洗手，用一次性纸巾或干净毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物后（如打喷嚏后）应立即洗手。

2、保持良好的呼吸道卫生习惯。咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻，咳嗽或打喷嚏后洗手，避免用手触摸眼睛、鼻或口。

3、增强体质和免疫力。均衡饮食、适量运动、作息规律，避免产生过度疲劳。

4、保持环境清洁和通风。每天开窗通风数次不少于3次，每次20-30分钟。户外空气质量较差时，通风换气频次和时间应适当减少。

5、尽量减少到人群密集场所活动，避免接触呼吸道感染患者。

6、如出现呼吸道感染症状如咳嗽、流涕、发热等，应居家隔离休息，持续发热不退或症状加重时及早就医。

## （二）洗手在预防呼吸道传播疾病中的作用

正确洗手是预防腹泻和呼吸道感染的最有效措施之一。国家疾病预防控制中心、WHO及美国CDC等权威机构均推荐用肥皂和清水（流水）充分洗手。

## （三）哪些时刻需要洗手。

- 1、传递文件前后；
- 2、咳嗽或打喷嚏后；
- 3、在制备食品之前、期间和之后；
- 4、吃饭前；
- 5、上厕所后；
- 6、手脏时；
- 7、在接触他人后；
- 8、接触过动物之后；
- 9、外出回来后。

#### **(四) 出门在外没有清水，不方便洗手，怎么办**

可以使用含酒精消毒产品清洁双手。人冠状病毒不耐酸不耐碱，并且对有机溶剂和消毒剂敏感。75% 酒精可灭活病毒，所以达到一定浓度的含酒精消毒产品可以作为肥皂和流水洗手的替代方案。

### **三、上班期间个人防护措施建议**

#### **1、上班途中如何做**

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。

#### **2、入楼工作如何做**

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℃，请勿入楼工作，并回家观察休息，必要时到医院就诊。

#### **3、入室办公如何做**

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、如厕后按照六步法严格洗手。接待外来人员双方佩戴口罩。

#### **4、参加会议如何做**

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。

## 5、食堂进餐如何做

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，避免肉类生食。建议营养配餐，清淡适口。

## 6、下班路上如何做

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。

## 7、公务采购如何做

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。

## 8、工间运动如何做

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

## 9、公共区域如何做

每日须对门厅、楼道、会议室、电梯、楼梯、卫生间等公共部位进行消毒，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。

## 10、公务出行如何做

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。

## 11、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。

#### 12、传阅文件如何做

传递纸质文件前后均需洗手，传阅文件时佩戴口罩。

#### 13、电话消毒如何做

建议座机电话每日 75%酒精擦拭两次，如果使用频繁可增加至四次。

#### 14、废弃口罩处理如何做

防疫期间，摘口罩前后做好手卫生，废弃口罩放入垃圾桶内，每天两次使用 75%酒精或含氯消毒剂对垃圾桶进行消毒处理。

### 四、疾病预判、治疗相关知识

#### （一）在临床上怎样识别观察新型冠状病毒感染的肺炎病例

同时符合以下2个条件

1、流行病学史：在发病前两周内有无武汉市旅行或居住史，或发病前14天接触过来自武汉的发热伴有呼吸道症状的患者，居住区传染病流行情况，是否为聚集性病例中的患者，是否造成他人感染等。武汉市相关市场，特别是农贸市场直接或间接接触史。

2、临床表现：发热；具有病毒性肺炎影像学特征；发病早期白细胞总数正常或降低，或淋巴细胞计数减少。

在观察病例的基础上，采集痰液、咽拭子等呼吸道标本进行病毒核酸检测即可作出病原学诊断。

## （二）何时就医

新型冠状病毒感染的肺炎患者主要临床表现为发热、乏力，呼吸道症状以干咳为主，并逐渐出现呼吸困难，严重者表现为急性呼吸窘迫综合征、脓毒症休克、难以纠正的代谢性酸中毒和出凝血功能障碍。部分患者起病症状轻微，可无发热。多数患者为中轻症，预后良好，少数患者病情危重，甚至死亡。如出现发热、乏力、干咳表现，并不意味着已经被感染了。

但如果出现发热（腋下体温 $\geq 37.3^{\circ}\text{C}$ ）、咳嗽、气促等急性呼吸道感染症状；且有武汉旅行或居住史，或发病前14天内曾接触过来自武汉的发热伴呼吸道症状的患者，或出现小范围聚集性发病，应到指定医疗机构进行排查、诊治。

## （三）就医时注意事项

- 1、如果接触者出现症状，要提前选择有发热门诊的定点医院。
- 2、前往医院的路上及就医全程应该佩戴口罩。
- 3、避免搭乘公共交通，应该呼叫救护车或者使用私人车辆运送病人，如果可以，路上打开车窗。
- 4、生病的密切接触者应时刻保持呼吸道卫生和进行双手清洁。在路上和医院站着或坐着时，尽可能远离其他人（至少1米）。
- 5、任何被呼吸道分泌物或体液污染的物体表面都应该用含有稀释漂白剂的消毒剂清洁、消毒。

6、就医时，应如实详细讲述患病情况和就医过程，尤其是应告知医生近期的武汉旅行和居住史、肺炎患者或疑似患者的接触史、动物接触史等。

#### (四)昆明市发热门诊机构名单

呈贡产业区周边：昆明医科大学第一附属医院呈贡医院

联系电话：65324888转3275

昆明市中医医院呈贡医院

联系电话：63804636

呈贡区人民医院

联系电话：66043119

市区其他发热门诊机构：昆明医科大学第一附属医院

昆明医科大学第二附属医院

昆明医科大学第三附属医院

云南省第一人民医院

云南省第二人民医院

云南省第三人民医院

云南省传染病医院

云南省中医院

昆明市延安医院

昆明市第一人民医院

昆明市第二人民医院

昆明市第三人民医院

昆明市第四人民医院

昆明市妇幼保健院

昆明市儿童医院

昆明市中医医院

## 五、疫情防控期间城市交通小贴士

自2020年1月30日零时起，昆明市主城区城市公共交通根据疫情防控需求，进行暂停和调整，恢复时间视疫情处置情况。调整情况如下：

### （一）停运范围

1、城市公交：主城五区（五华区、盘龙区、官渡区、西山区、呈贡区）部分公交运营线路。

2、轨道交通：地铁3、6号线全线，1、2号线部分站点。

### （二）保障范围

1、城市公交：保留始发、终到昆明长水国际机场、昆明站、昆明南站的22条线路，沿途停靠站点正常上下乘客，运营时间06:00至22:00，行车间隔30分钟，并根据客流量适时调整发车。

2、轨道交通：1、2号线执行昆明南火车站至北部汽车站运行交路，沿途停靠昆明南火车站、春融街站、南部汽车站、珥季路站、环城南路站、北辰站、北部汽车站7个站点，停靠站点乘客正常进出站，其余站点关闭停运。运营时间06:30至22:30，行车间隔30分钟。地铁6号线做好机场应急疏散准备，视旅客到达情况予以调度。

3、公交、地铁具体运行线路、时刻及停靠站点以昆明公交集团

和昆明轨道集团公告为准。

4、巡游出租汽车暂不执行轮休规定，仅限主城五区内运营。

备注：如遇异常或疑问，请联系：0871-66203975、66203605