

## 家居及環境衛生

- 經常打開窗戶或使用抽氣扇，保持室內空氣流通
- 避免到濕貨街市、活家禽市場或農場



- 經常以**1:99**稀釋家用漂白水清潔及消毒**常常接觸的家居表面**，待乾後可用水清洗。金屬表面可用70%火酒清潔消毒。
- 用吸水力即棄抹巾清理**受呼吸道分泌物、嘔吐物或排泄物污染的物件**，再用**1:49**稀釋家用漂白水消毒被污染的地方同鄰近各處。金屬表面可用70%火酒清潔消毒。



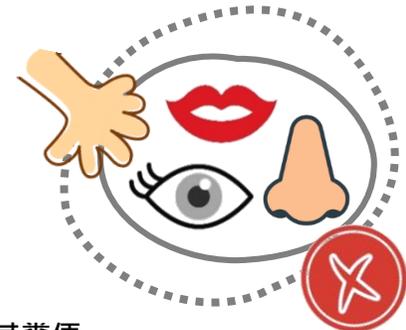
## 食物安全及衛生

- 切勿進食野味及光顧野味食肆
- 避免進食或飲用生或未熟透的動物產品，包括奶類、蛋類和肉類
- 除非已經煮熟、洗淨或妥為去皮，否則切勿食用可能被動物分泌物、排泄物污染的食物



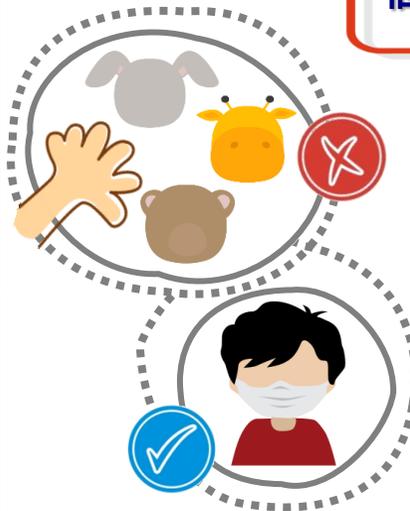
因應近日新型冠狀病毒感染疫情嚴峻，大家必須高度戒備，時刻保持良好的個人、環境及食物衛生，共同防疫，避免感染。

- 洗手前勿用手擦眼睛及口鼻
- 打噴嚏或咳嗽時，應掩著口鼻
- 觸摸扶手或門把等公共設施後；或當手被呼吸道分泌物污染時；如咳嗽或打噴嚏後；應清潔雙手
- 避免接觸動物(包括野味)、禽鳥或其糞便
- 於公共場所應佩戴口罩，及戴上平光或有度數的眼鏡



## 保持良好個人衛生

- 以正確方法洗手及佩戴口罩
- 避免前往人多擠迫的地方



- 切勿前往出現社區傳播的湖北省。如果不可避免前往，應戴上外科口罩，並繼續佩戴直至回港後14天
- 任何從內地回港的人士，返港14天內亦應盡量留在家中，如有需要外出應佩戴口罩。回港後，若出現發燒或其他病徵，應立即求診，主動告訴醫生最近曾到訪的地方及有否接觸動物；並佩戴外科口罩，以防傳染他人

衛生防護中心已就新型冠狀病毒感染個案設立熱線電話，電話號碼：2125 1122。熱線於1月23日起上午8時至晚上9時運作，接聽市民查詢。

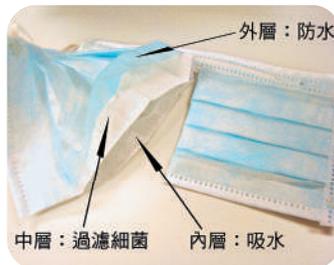
- 2802 0021
- info@redcross.org.hk
- <https://redcross.org.hk>
- 香港紅十字會
- 參考資料：衛生防護中心  
<https://www.chp.gov.hk/tc/features/102465.html>

## 正確使用口罩， 方能有效阻擋病菌：

- 1 風琴位向下的一面向外
- 2 金屬邊向上(鼻樑)

一般外科口罩已可阻隔液體與飛沫微粒通過。  
外科口罩由3層物料組成：

- 外層防液體飛濺
- 中層作為屏障阻擋病菌
- 內層吸收佩戴者釋出的濕氣和水分



## 請謹記在以下情況必須潔手：

1. 接觸眼睛、鼻子及嘴巴前、進食或處理食物前
2. 如廁後
3. 當手被呼吸道分泌物污染時，如打噴嚏或咳嗽後
4. 接觸動物、家禽或其糞便
5. 觸摸公共物件，例如電梯扶手、升降機按鈕或門柄後
6. 處理垃圾後



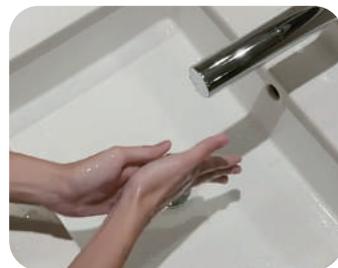
4. 兩手互擦指背



3. 雙手互擦指罅



2. 掌心擦手背



1. 掌心擦掌心

正確洗手七步曲

## 徹底洗手必須最少20秒

- 當雙手有明顯污垢或可能被血液、體液污染時，應用梘液和清水潔手。
- 當雙手沒有明顯污垢時，則可用含 70 - 80% 酒精搓手液潔淨雙手。



5. 擦拇指



6. 擦指尖



7. 掌心擦手腕