

河南省卫生健康委提醒：

## 家庭常用消毒方法及注意事项

新型冠状病毒对热敏感，56℃30分钟、乙醚、75%酒精、含氯消毒剂、过氧化乙酸和氯仿等脂溶剂均可有效灭活病毒。

消毒是切断传染病传播途径重要措施之一。家庭用可选择含氯消毒剂(如“84”消毒液)、含醇消毒剂(如75%的酒精)。含氯消毒剂有一定腐蚀性，达到消毒时间(30分钟)后，需要用清水擦拭。

如何进行家庭消毒呢？

(1)家居表面保持清洁。门把手、电话机、手机、电视遥控器、桌面、地面等经常接触的表面，每天清洁，必要时(如家中有身体状况不明客人来访等)可以用酒精或含氯消毒剂等擦拭消毒(按产品说明书使用)，也可直接使用消毒湿巾。

(2)口鼻分泌物处理。家人咳嗽、打喷嚏时要用纸巾掩住口鼻，用过的纸巾等垃圾要放入垃圾袋，并及时处理，其他家庭成员避免接触。手接触口鼻分泌物后要立即用肥皂和流动的水洗手。

(3)外出衣物经常换洗，必要时可以煮沸消毒，或使用含氯消毒剂等浸泡消毒(按产品说明书使用)。

(4)餐具、水杯可采用煮沸消毒，先将物品洗净，再放入沸水中煮(蒸)10分钟。

家庭使用消毒剂有哪些需要注意的事项呢？

1、严格按照产品说明书规定的使用方法、剂量、浓度使用。

2、消毒剂应存放在阴凉干燥处，并远离火源。

3、消毒剂应存放在儿童接触不到的地方。

4、不要使用饮料瓶等盛放消毒剂，防止儿童或不明情况者误服。

5、严禁不同种类的消毒剂同时使用或混合使用。

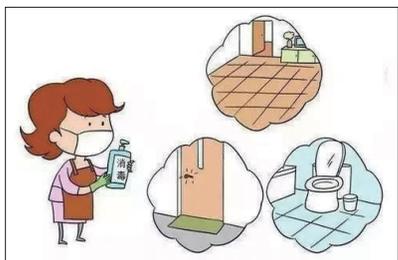
6、酒精只适用于物体表面擦拭或喷洒消毒，不适用于大面积喷洒，不能用于空气消毒，以免引起火灾。

7、使用酒精时应远离高温物体和明火，不要吸烟。

8、含氯消毒剂要用冷水稀释，现配现用，且不能与酸性物质混合。

9、含氯消毒剂有腐蚀性，不能直接接触皮肤，使用时应戴橡胶手套。

(河南省卫生健康委)



## 儿童如何预防新冠病毒

儿童感染新冠病毒的途径和成人一样，一是通过口或鼻吸入有病毒的飞沫、气溶胶；二是有病毒的飞沫、气溶胶溅到或落到孩子的口、鼻、眼睛等部位上；三是被病毒污染的手接触口、鼻、眼睛等部位。因此，切断传播途径是预防新冠病毒的重要措施。

居家防护不放松

居家防护务必做到以下几点：1.接触可能被污染的物品后必须洗手，教会孩子使用科学的洗手法，洗手时用洗手液或肥皂。2.孩子的玩具、餐具等，家长要定期消毒。3.每天室内通风次数不少于3次，每次通风时间为20至30分钟；当户外空气质量较差时，通风换气的频次和时间可适当减少。4.使用的餐具在餐前餐后均应及时彻底清洗、消毒；切忌使用消毒剂消毒，最好使用煮沸消毒法。5.家长回家后应换掉外面穿的衣物，洗手后再抱孩子。6.用餐时，家长不要与孩子共用餐具；给孩子喂食时，不要用嘴尝试食物后再喂孩子，更不要用嘴咀嚼食物后再喂孩子。

外出防护要做到位

外出时，尽量少去人员密集的公共场所，与他人保持至少1米的社交距离，少去室内游乐场等公共娱乐场所。避免用不洁净的手触碰眼睛、鼻子、嘴巴。打喷嚏或咳嗽时，用弯曲的胳膊肘遮挡嘴和鼻子，或使用纸巾遮挡。

在密闭空间、人员密集的场所，儿童应佩戴口罩。同时，家长应帮助孩子正确佩戴口罩，并随时关注儿童口罩佩戴情况。如果儿童佩戴口罩时感觉呼吸困难，应及时调整或停止佩戴口罩。

若有就医需要，尽量选择儿童医院或综合性医院的儿科门诊，减少在成人门诊或呼吸科接触患者的风险。候诊时，家长尽量带着孩子在通风处等待，注意和其他候诊人保持1米以上的距离，且尽量不要触摸医院的物品，减少在医院停留的时间。

除上述要点之外，家长要特别注意：儿童生病后不要讳疾忌医。儿童不是“小大人”，尤其是低龄儿童，可能会在较短时间内出现明显的病情变化，如果在家“生扛”，可能会耽误病情，甚至导致不良后果发生。

发热是孩子较常见的症状之一，年龄3个月以内的孩子，只要出现发热症状就应到医院就诊。无论什么年龄段的孩子，只要发热超过3天，应到医院就诊。

增强抵抗力

儿童正处在生长发育和行为形成的关键期，疫情防控期间，家长要保障儿童营养均衡，增强他们的抵抗力。

儿童应坚持运动。在户外，可以选择快步走、慢跑、球类运动等中高强度的有氧运动；居家期间，也应利用有限条件，积极开展身体活动，如进行家务劳动、拉伸运动等。

避免长时间久坐，每坐1小时要站起来动一动；减少看电视、电脑、手机等电子产品的时间；保证每天睡眠充足(8至10小时)。

来源：学习强国

## 衣物发黄怎么洗白

衣物、床单、枕套用久了会发黄，怎么洗都洗不干净，让人很苦恼。该怎么办呢？

解决衣物发黄的问题首先要知道发黄的原因。汗液中除了含有水、无机盐、尿素外，还含有乳酸、脂肪酸以及多种氨基酸，容易使衣服发黄。没有完全洗净的有机物残留在衣物上，经过长时间的氧化也会使衣服大面积变黄。在此，介绍几种解决衣物发黄的小妙招。

1、洗米水+橘子皮。保留洗米水或是将橘子

皮放入锅内加水烧煮后，将泛黄的衣服浸泡其中，搓洗几分钟，就可以轻松让衣服恢复洁白。

2、84消毒液。将衣服浸泡在清水中，倒适量84消毒液，等待15分钟左右将衣服捞出至清水桶中，加点洗衣粉清洗干净即可。

3、用小苏打。将适量的小苏打放入温水中溶解，再把衣服浸泡进去，8个小时后捞起清洗干净即可。

来源《生命时报》

## 关于进一步规范健康码异常人员处置工作的通知

宝防控指挥部办〔2021〕26号

各乡镇(办事处、示范区)疫情防控指挥部，县疫情防控指挥部各工作组、各成员单位：

根据省、市疫情防控指挥部部署要求，为进一步规范健康码异常人员处置工作，现将有关事项通知如下：

### 一、“红码”人员处置

1.各疫情防控卡点排查出的宝丰籍“红码”人员，卡点负责人要立即向社会防控组报告。

社会防控组收到报告的信息后，要第一时间通知医疗保障组。医疗保障组要迅速通知转运工作专班进行转运、集中隔离。同时，通知区域协查专班同步开展流调溯源。

2.各交通防控卡点排查出的本县以外平顶山籍“红码”人员，卡点负责人要立即通知“红码”人员所在县(市、区)疫情防控指挥部尽快接回。

3.各交通防控卡点排查出的非平顶山籍“红码”人员，防控卡点要现场采取管控措施，“红码”人员在

卡点留观室隔离，并立即向社会防控组报告。

社会防控组收到报告的信息后，要第一时间通知医疗保障组。医疗保障组要迅速通知转运工作专班进行转运、集中隔离。同时，通知区域协查专班同步开展流调溯源。县疫情防控指挥部办公室要将有关情况函告“红码”人员户籍所在地疫情防控指挥部，建议尽快接回，并及时向市疫情防控指挥部报告。

4.医疗保障组转运工作专班要在接到通知后，1个小时内对健康码“红码”人员实施闭环转运、集中隔离。对行动迟缓、工作不力等造成工作被动的严肃处理。

### 二、“黄码”人员处置

1.宝丰籍从非中高风险地区返宝“黄码”人员，卡点负责人通知所在乡镇专车接回，居家健康监测7天，并按属地管理原则，由当地政府组织乡镇卫生院上门进行核酸采样(第1、4、7天各进行一次核酸检测)。

2.非宝丰籍从非中高风险地区来宝“黄码”人员，有工作单位或对接单位的，由本人所在工作单位或对接单

位负责接回，进行居家健康监测。暂无工作单位、对接单位、居住场所的，征求本人意见后实施集中隔离。

### 三、中高风险地区返宝来宝人员处置

从中高风险地区返宝来宝人员，无论健康码为何种颜色，一律立即上报社会防控组。社会防控组收到报告的信息后，要第一时间通知医疗保障组。医疗保障组要迅速通知转运工作专班进行转运、集中隔离。同时，通知区域协查专班同步开展流调溯源。

### 四、健康码异常处置工作联系人

社会防控组：陈峰磊 13623753278

梁凯翔 15937587677

医疗保障组：王俊珂 18737588991

转运工作专班：张方钢 15617331189

区域协查专班：朱在军 15617327622

宝丰县新型冠状病毒感染的肺炎疫情

防控指挥部办公室

2021年8月16日