

最後更新：
二零二零年三月三十日



衛生防護中心

Centre for Health Protection

感染控制處

預防2019冠狀病毒病（COVID-19）

給工作場所的健康指引

(暫擬)

甲、 疾病資訊

請瀏覽衛生防護中心網頁，查閱有關2019冠狀病毒病及受影響地區的最新資訊：<https://www.chp.gov.hk/tc/features/102465.html>

衛生署建議所有人員在工作場所應採取下列預防措施，以降低感染和傳播 2019 冠狀病毒病的風險。

乙、 預防措施

一、 保持良好的個人衛生

- (a) 經常保持雙手清潔，尤其在觸摸口、鼻或眼之前、觸摸扶手或門把等公共設施後，或當手被呼吸道分泌物染污時，如咳嗽或打噴嚏後。洗手時應以梘液和水清洗最少20秒，其後用抹手紙弄乾。如沒有洗手設施，或在雙手沒有明顯污垢時，可用含70－80%酒精的搓手液潔手。
- (b) 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩蓋口鼻，把用過的紙巾棄置於有蓋的垃圾桶內，然後徹底清潔雙手。

- (c) 員工應定時量度體溫。當出現發燒或呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，停止上班，避免前往人多擠迫的地方，及盡早求醫。
- (d) 當員工面對面與公眾交往或在人多擠迫的地方工作時，應佩戴外科口罩。
- (e) 一般而言，不建議市民於社區中使用N95呼吸器，因為2019冠狀病毒病主要經由飛沫或接觸傳播，佩戴外科口罩已能提供保護。正確佩戴或卸除N95呼吸器需接受特別訓練，若使用不當，反而會因為保護不足和污染而增加感染風險。
- (f) 保持均衡飲食、恆常運動、充足休息、不要吸煙和避免飲酒，以建立良好身體抵抗力。
- (g) 避免不必要外遊至受影響地區。如從受影響地區返港，應密切留意返港後十四日內的健康狀況。

二、 訪客

- (a) 訪客應於到訪前量度體溫，發燒者要取消到訪。
- (b) 業主應考慮為訪客量度體溫，並拒絕發燒的訪客內進。
- (c) 所有訪客應佩戴外科口罩及潔手。

三、 保持工作場所環境衛生

- (a) 保持空氣流通。
 - i. 開啟掛牆風扇及其他通風或抽氣扇，以加強空氣流動；
 - ii. 如情況許可，應適當地打開辦公室內的窗戶。
- (b) 保持環境清潔。
- (c) 經常清潔和消毒常接觸的表面，如傢俬、共用物品和地板。使用1 比 99 稀釋家用漂白水（即把1 份含 5.25% 次氯酸鈉的家用漂白水與 99 份清水混和）消毒，待 15 – 30分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面則可用70%酒精消毒。

- (d) 被呼吸道分泌物、嘔吐物或排泄物污染的物品表面或地方，應先用吸水力強的即棄抹巾清理可見的污物，然後用 1 比 49 稀釋家用漂白水（把一份含5.25%次氯酸鈉的家用漂白水與49份清水混和）消毒被污染的地方及鄰近各處，待 15 – 30分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面則可用70%酒精消毒。
- (e) 垃圾應妥善包紮好，棄置於有蓋垃圾桶內。每天最少清理垃圾桶一次。
- (f) 須特別關注的地方
 - i. 公眾經常到訪的地方(例如升降機、扶手電梯、大堂入口、等候處、走廊、大堂詢問處和休憩地方)：每天清洗及拭抹最少兩次。
 - ii. 經常接觸的表面(例如按鈕、扶手、拉手、坐椅和信箱)：每天最少兩次清洗及拭抹，並於有明顯污垢時清洗及拭抹。
 - iii. 垃圾房：每天妥善清理儲存於垃圾房內的垃圾及廢物。每天清洗及拭抹相關設施最少兩次。
 - iv. 定期清潔升降機內的抽氣扇，並保持其性能良好。

四、 保持廁所衛生

- (a) 應保持廁所清潔和乾爽。
- (b) 提供梘液及即棄抹手紙作潔手用途。
- (c) 確保沖廁系統及乾手機運作正常。
- (d) 確保聚水器（包括U形、樽形或反虹吸隔氣彎管）內有足夠貯水，防止污水管的臭味和昆蟲進入樓宇內。每星期一次，把約半公升清水倒入每個排水口。
- (e) 未經批准，切勿擅自將渠管改道。

https://www.chp.gov.hk/files/pdf/make_sure_the_trap_is_not_dry_chi.pdf

丙、 當有懷疑／確診2019冠狀病毒病的個案時的清潔和消毒

一、 負責清潔的員工應穿上適當的個人防護裝備，包括：

- (a) 外科口罩
- (b) 乳膠手套
- (c) 即棄保護衣
- (d) 眼部防護裝備（護眼罩/面罩）
- (e) 保護帽（可選用）

二、 加強環境消毒：

- (a) 消毒所有可能被污染的環境表面及用品。用 1 比 49 稀釋家用漂白水（即把 1 份 5.25% 漂白水與 49 份清水混和）。

三、 當有溢出血液、分泌物、嘔吐物或排泄物等污染時，應加強措施：

- (a) 負責清潔的員工應穿上適當的個人防護裝備，包括外科口罩、手套、即棄保護衣，眼部防護裝備（護眼罩/面罩），保護帽（可選用）。
- (b) 使用鉗子夾住吸水力強的即棄抹布抹去血液、分泌物、嘔吐物或排泄物，作初步的清理。
- (c) 然後小心棄置用後鉗子及即棄抹布於廢物袋內，切勿污染個人/環境。
- (d) 使用1 比 4 稀釋家用漂白水（把 1 份含5.25% 次氯酸鈉的家用漂白水與 4 份清水混和）消毒，由外而內抹拭，待10分鐘後，再用清水清洗，然後抹乾。
- (e) 完成程序後，將所有廢物和清潔用具（如鉗子、抹布、拖把頭）棄置於廢物袋內。

- (f) 小心除下個人防護裝備並將之棄置於廢物袋，隨即潔手。
（如雙手沒有明顯污垢時，可用含70-80%酒精的搓手液潔淨雙手。當雙手有明顯污垢或被血液、體液沾污，應用梘液及清水洗手）
- (g) 佩戴新手套，妥善包紮廢物袋及正確棄置於有蓋垃圾桶內。
將垃圾桶貼上標記和放在不受打擾的安全地方直到收取。
- (h) 小心除下手套，以梘液和清水清洗雙手。

一旦懷疑／確認為 2019 冠狀病毒病時，衛生防護中心會儘快通知食物環境衛生署將廢物收取。相反來說，一旦確認並非 2019 冠狀病毒病，衛生防護中心會通知物業管理，廢物便可如常處理。

丁、給工作場所的指引和教材

一、正確使用漂白水

<https://www.chp.gov.hk/tc/static/100272.html>

二、正確使用口罩

<https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/content/460/19731.html>

有關2019冠狀病毒病的最新情況，請參閱衛生防護中心專題網頁：

<https://www.chp.gov.hk/tc/features/102465.html>

二零二零年一月七日

(二零二零年三月三十日最後更新)

本文件的版權屬香港特別行政區衛生署衛生防護中心所有。本文件所載資料可隨意摘錄作教育、訓練或非商業用途，但請註明資料來自香港特別行政區衛生署衛生防護中心。除非事先獲得該中心的准許，否則任何人士不得使用、修改或複製本文件的任何部分作上述以外的用途。