**个人防护重点区域及建议**

**一、办公场所哪些是高危地带（戴口罩）**

新型冠状病毒，主要通过空气中的飞沫进行传播。

空气不流通，人员密度较大，人员来往较频密的地方，都是高危地区。

**按危险程度：**

1、电梯间；2、饭堂、餐厅；3、办公室

**最高危：电梯间**

电梯间是空气极其不流通的地方，不要迷信那些“此处已消毒”的纸条。只有一定浓度的酒精可以溶解冠状病毒外膜，然而酒精是极其容易挥发的，除非每小时都安排专人对电梯间进行酒精消毒，否则，贴个已消毒的纸条纯粹自欺欺人。而且电梯间的危险是无形的，刚刚有人咳嗽或打了喷嚏后离开，你以为走进了空无一人的电梯间，实则充满了飞沫，包括你按电梯按钮的手指也沾满了飞沫。

**建议：**

1、搭乘电梯一定要戴口罩。2、有条件的单位一定要频繁为电梯间消毒。3、特别是按钮区。

**次高危：饭堂/餐厅**

挤满人排队打饭或就餐的区域，是人流量最大，密度也最高的区域。开玩笑说你要戴着口罩吃饭吗？是科盲。

**建议：**

1.坐下吃饭的最后一刻才脱口罩。2.避免面对面就餐，避免就餐说话。3.避免扎堆就餐。

**高危三：办公室**

有人的地方，就有传染的风险。

**建议：**

1.佩戴口罩，谈话保持适度距离

2.随时保持良好通风

3.对门把手、键盘鼠标、文具、桌面进行必要酒精消毒

**二、勤洗手 勤洗手 勤洗手（重要的事情说三遍）**

1.到单位，第一时间洗手2.吃东西前，先洗手3.到过电梯间，饭堂高危区的，回来洗手

4.外出回来，马上洗手5.要接触自己面部，特别是鼻孔与眼睛前，先洗手

**三、科学的酒精消毒**

像香水那样洒在自己身上是没有意义的。

关键是对我们手部会接触到的部位与物件进行消毒。

如手机、门把手、电梯按钮、鼠标键盘、自行车把手、工作证、文具、椅子等，各位看自己实际情况，进行甄别与重点消毒。

酒精要喷洒覆盖物件，自然晾干即可，不用擦拭。

重点提醒上述三点

**防护三宝：**

口罩 护目镜 消毒剂

**防疫三要素：**

通风 洗手 消毒

**三级教育：**

家庭防疫教育 社区防疫教育 所在单位防疫教育

**杜绝三违：**

违规出入人密场所、违规进出重点疫区、违反所在地防疫要求

**四不伤害：**

不感染自己不感染别人、不被别人感染、不看着别人被感染

**四不放过：**

传染源不查清不放过；社会公众不受教育不放过；防疫措施未采取不放过；相关责任人员未受追究不放过。

**四不两直：**

不聚会、不串门、不握手、不扎堆

直接居家隔离、直接个体防护

**五查：**

查思想（意识是否到位）、查体温（是否有症状）、查防护（是否戴口罩）、查行踪（是否有疫区接触史）、查责任（防疫要求是否落实）

**防疫6S管理：**

整理(Seiri)-整理情绪，重视但不恐慌

整顿(Seiton)-管控措施要强化

清扫(Seiso)-保持环境卫生

清洁(Seikeetsu)-注意个人卫生

素养(Shit-suke)-提高公众防范意识

安全(Safety)-平安健康度过疫情