苏州市新冠肺炎疫情联防联控指挥部

社区卫生与服务指导组

苏防控社区组〔2022〕4号

关于印发苏州市新冠病毒感染者

居家隔离指引的通知

各县级市（区）疫情联防联控指挥机构，市疫情联防联控指挥部各工作组（专班），市各有关部门和单位：

按照进一步优化落实疫情防控措施有关要求，为有效做好新冠病毒感染者居家隔离相关工作，切实维护人民群众生命安全和身体健康，我们组织制定了《苏州市新冠病毒感染者居家隔离指引》。现印发给你们，请参照执行。

苏州市新冠肺炎疫情联防联控指挥部

社区卫生与服务指导组

2022年12月14日

苏州市新冠病毒感染者居家隔离指引

（市民版）

一、适用对象

（一）未合并严重基础疾病的无症状或症状轻微的感染者。

（二）基础疾病处于稳定期，无严重心肝肺肾脑等重要脏器功能不全等需要住院治疗情况的感染者。

二、家居环境要求

（一）在条件允许情况下，尽可能在家庭相对独立的房间居住，尽可能使用单独卫生间。

（二）家庭应当配备体温计（感染者专用）、纸巾、口罩、一次性手套、消毒剂等个人防护用品和消毒产品及带盖的垃圾桶。

三、居家自我管理

（一）感染防控要求

1.每天定时开门窗通风，保持室内空气流通，不具备自然通风条件的，可用排气扇等进行机械通风。

2.做好卫生间、浴室等共享区域的通风和消毒。

3.准备食物、饭前便后、摘戴口罩等，应当洗手或手消毒。

4.咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮盖口鼻或用手肘内侧遮挡口鼻，将用过的纸巾丢至垃圾桶。

5.不与家庭内其他成员共用生活用品，餐具使用后应当清洗和消毒。

6.居家治疗人员日常可能接触的物品表面及其使用的毛巾、衣物、被罩等需及时清洁消毒，感染者个人物品单独放置。

7.如家庭共用卫生间，居家治疗人员每次用完卫生间均应消毒；若居家治疗人员使用单独卫生间，可每天进行1次消毒。

8.用过的纸巾、口罩、一次性手套以及其他生活垃圾装入塑料袋，放置到专用垃圾桶。

9.被唾液、痰液等污染的物品随时消毒。

（二）健康监测和对症治疗

1.每天早、晚各进行一次体温测量和自我健康监测。

2.无症状者无需药物治疗，如出现发热、咳嗽等症状，可对症处置或口服药治疗。

**新冠病毒感染者居家治疗常用药参考表（成人）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **症状** | **药物** | |
| **发热** | 西药 | 对乙酰氨基酚、布洛芬、右布洛芬、阿司匹林、萘普生、双氯芬酸、吲哚美辛等 |
| 中成药 | 金花清感颗粒、连花清瘟颗粒/胶囊、宣肺败毒颗粒、清肺排毒颗粒、疏风解毒胶囊、化湿败毒颗粒、金莲清热颗粒/胶囊、金银花口服液、抗病毒颗粒/口服液、柴银颗粒、柴石退热颗粒、防风通圣丸/颗粒、荆防颗粒、九味羌活颗粒/丸、清开灵颗粒、明通治伤风颗粒、正柴胡饮、小柴胡颗粒/胶囊、散寒化湿颗粒、双黄连合剂/口服液、蒲地蓝消炎片/口服液、夏桑菊颗粒、蓝芩口服液、芩翘口服液、柴芩清宁胶囊、板蓝根颗粒、感冒清热颗粒、柴黄颗粒、银黄口服液、银翘解毒液、治伤风颗粒、通宣理肺颗粒、芩香清解口服液、复方鱼腥草合剂、连翘败毒散、热炎宁合剂等 |
| **咽干咽痛** | 西药 | 地喹氯铵、西地碘含片等 |
| 中成药 | 蓝芩口服液、抗病毒颗粒/口服液、蒲地蓝消炎片/口服液、双清合剂、克感利咽口服液、六神丸/胶囊、清咽滴丸、疏风解毒胶囊、化湿败毒颗粒、清咽滴丸、西瓜霜含片/润喉片、银黄含化片、舒咽清喷雾剂、喉咽清颗粒、连芩珍珠滴丸、金莲花口服液等 |
| **咳嗽咳痰** | 西药 | 氯化铵棕色合剂（口服溶液）、溴己新、氨溴索、乙酰半胱氨酸、福多司坦、羧甲司坦、厄多司坦、愈创甘油醚等 |
| 中成药 | 痰热清胶囊、宣肺止嗽合剂、宣肺败毒颗粒、复方鲜竹沥、银翘片、荆银颗粒、清肺消炎丸、清肺宁嗽丸、桉柠蒎、强力枇杷露、麻杏宣肺颗粒、复方甘草口服液、肺力咳合剂、急支糖浆、咳嗽枇杷颗粒/糖浆、感冒咳嗽胶囊/颗粒、清咳平喘颗粒、清宣止咳颗粒、京制咳嗽痰喘丸、痰咳净片/散、除痰止嗽丸、橘红化痰丸/颗粒、清肺化痰丸/颗粒、清气化痰丸、祛痰灵口服液、射麻口服液、金振口服液等 |
| **干咳无痰** | 西药 | 福尔可定、右美沙芬、喷托维林、苯丙哌林、二氧丙嗪、那可定、苯丙哌林、复方甲氧那明、酮替芬、色甘酸钠、氯苯那敏、氯雷他定、西替利嗪、左西替利嗪、地氯雷他定、异丙嗪等 |
| 中成药 | 苏黄止咳胶囊、补肺活血胶囊等 |
| **流鼻涕、鼻塞** | 西药 | 氯苯那敏、氯雷他定、西替利嗪、左西替利嗪、地氯雷他定、赛洛唑啉滴鼻剂、伪麻黄碱/麻黄碱、羟甲唑啉滴鼻剂、萘甲唑啉滴鼻剂等 |
| **恶心/呕吐** | 中成药 | 桂利嗪、甲氧氯普胺、多潘立酮等 |
| 西药 | 藿香正气胶囊（丸、水、口服液、滴丸）、洁白胶囊等 |
| **腹泻** | 中成药 | 口服补液盐、蒙脱石、洛哌丁胺等 |
| 西药 | 洁白胶囊等 |
| **缓解症状的复方制剂** | 中成药 | 复方盐酸伪麻黄碱、酚麻美敏、氨酚伪麻美芬、复方氨酚烷胺、美敏伪麻、氨咖黄敏等 |

**新冠病毒感染者居家治疗常用药参考表（儿童）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **症状** | **药物** | |
| **发热** | 西药 | 对乙酰氨基酚、布洛芬、右布洛芬、双氯芬酸等 |
| 中成药 | 金花清感颗粒、连花清瘟颗粒/胶囊、宣肺败毒颗粒、清肺排毒颗粒、疏风解毒胶囊、化湿败毒颗粒、清开灵颗粒，蒲地蓝消炎口服液、蓝芩口服液、柴黄颗粒、小儿豉翘清热颗粒等 |
| **咽干咽痛** | 西药 | 西地碘含片等 |
| 中成药 | 蓝芩口服液、蒲地蓝消炎口服液、西瓜霜含片/润喉片等 |
| **咳嗽咳痰** | 西药 | 氯化铵棕色合剂（口服溶液）、溴己新、氨溴索、乙酰半胱氨酸、羧甲司坦、愈创甘油醚等 |
| 中成药 | 宣肺止嗽合剂、桉柠蒎、肺力咳合剂、小儿咳嗽糖浆、小儿化痰止咳颗粒/糖浆、小儿清肺化痰咀嚼片（泡腾片、颗粒、口服液）、金振口服液、肺力咳口服液（儿童）、小儿咳喘灵（儿童）、儿童清肺口服液（儿童）等 |
| **干咳无痰** | 西药 | 福尔可定、右美沙芬、氯苯那敏、氯雷他定、西替利嗪、左西替利嗪、地氯雷他定等 |
| 中成药 | / |
| **流鼻涕、鼻塞** | 西药 | 氯苯那敏、氯雷他定、西替利嗪、左西替利嗪、地氯雷他定、羟甲唑啉滴鼻剂等 |
| **恶心/呕吐** | 中成药 | 多潘立酮等 |
| 西药 | 藿香正气胶囊（丸、水、口服液、滴丸）等 |
| **腹泻** | 中成药 | 口服补液盐、蒙脱石等 |
| 西药 | 小儿腹泻宁合剂（糖浆）等 |
| **缓解症状的复方制剂** | 中成药 | 美敏伪麻、氨咖黄敏等 |

建议同一对症治疗的西药只用1种、中成药用1种，不建议使用多种同类药物。请注意须按药品说明书服用或咨询家庭医生，可通过“苏周到”APP“防疫服务”中“我要买药”查询到附近的药店。

（三）核酸检测和抗原自测

1.根据相关防疫要求进行抗原自测，并通过“苏周到”APP“防疫服务”中“抗原自测”栏目上传结果。

2.如症状明显好转或无明显症状，自测抗原阴性并且连续两次核酸检测Ct值≥35（两次检测间隔大于24小时），可结束居家治疗，恢复正常生活和外出。

四、居家诊疗途径

（一）如自行对症处置或口服药治疗未见好转，需要咨询时，可以联系家庭医生或通过互联网医院，及时对健康状况进行评估和处置。苏州目前共计19家互联网医院，可通过“健康苏州掌上行”APP“互联网医院”进行线上诊疗。

（二）对患有高血压、糖尿病等慢性疾病且病情稳定、需长期服药物的患者，可通过家庭医生开具慢病长处方。

（三）如需寻求心理专业人员支持，可拨打心理援助热线接受服务。苏州市心理援助热线和各县级市（区）心理援助热线，可通过“苏周到”APP“防疫服务”中“我要咨询”栏目查询。

五、居家外出就诊

居家隔离期间，非必要不外出、不接受探访；对因就医等确需外出人员，全程规范做好个人防护，点对点到达就近定点医院或相关医院，就医后再点对点返回家中，尽可能不乘坐公共交通。可至“苏周到”APP“防疫服务”中“我要就诊”栏目查询相关机构。

如出现以下情况，可通过自驾车、120救护车等方式，前往就近定点医院或相关医院就诊。

1.呼吸困难或气促。

2.经药物治疗后体温仍持续高于38.5℃，超过3天。

3.原有基础疾病明显加重且不能控制。

4.儿童出现嗜睡、持续拒食、喂养困难、持续腹泻或呕吐等情况。

5.孕妇出现头痛、头晕、心慌、憋气等症状，或出现腹痛、阴道出血或流液、胎动异常等情况。

附：居家隔离人员就医流程指引

居家隔离人员就医流程指引

自测抗原

阴性

阳性

加强自我防护，做好自己健康第一责任人。

1.未合并严重基础疾病的无症状或症状轻微的感染者。

2.基础疾病处于稳定期，无严重心肝肺肾脑等重要脏器功能不全等需要住院治疗情况的感染者。

居家治疗

症状严重或经医务人员诊断  
不适宜居家治疗的感染者。

出现以下症状：

1.呼吸困难或气促。

2.经药物治疗后体温仍持续高于38.5℃，超过3天。

3.原有基础疾病明显加重且不能控制。

4.儿童出现嗜睡、持续拒食、喂养困难、持续腹泻或呕吐等情况。

5.孕妇出现头痛、头晕、心慌、憋气等症状，或出现腹痛、阴道出血或流液、胎动异常等情况。

如症状明显好转或无明显症状，自测抗原阴性并且连续两次核酸检测Ct值≥35（两次检测间隔大于24小时），可结束居家治疗。

可通过以下方式就诊：

1.通过家庭医生预约转诊；

2.自驾前往医疗机构就诊；

3.拨打120救护车。

通过“苏周到”APP上传结果。有需要时联系家庭医生或通过互联网医疗形式咨询。相关医疗机构。