

你应该知道的奥地利新冠防治政策

奥中科技交流协会 医学生物部

韩颖博士

你应该知道的奥地利新冠防治政策

1. 新冠病毒传播途径， 有效预防方式
2. 新冠病毒检测方式解读
3. 新冠肺炎确诊者和接触者的隔离政策

传播途径

```
graph LR; A[传播途径] --- B[直接传播]; A --- C[气溶胶传播]; A --- D[接触传播]; B --- E[病人喷嚏、咳嗽、说话的飞沫，呼出气体近距离接触直接吸入，可以导致感染]; C --- F[飞沫混合在空气中，形成气溶胶，吸入后导致感染]; D --- G[飞沫沉积在物品表面，接触污染手后，再接触口腔、鼻腔、眼睛等粘膜，导致感染];
```

直接传播

病人喷嚏、咳嗽、说话的飞沫，呼出气体近距离接触直接吸入，可以导致感染

气溶胶传播

飞沫混合在空气中，形成气溶胶，吸入后导致感染

接触传播

飞沫沉积在物品表面，接触污染手后，再接触口腔、鼻腔、眼睛等粘膜，导致感染

预防新冠 牢记四点

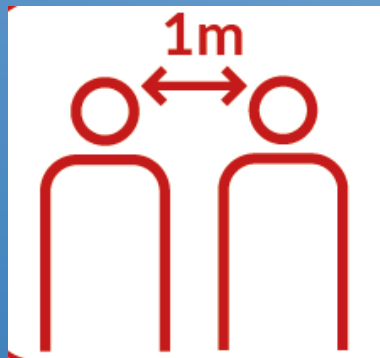
Maske tragen



Hände waschen / desinfizieren



Abstand halten



öfters lüften



是不是没有人就可以不戴口罩？

不完全对

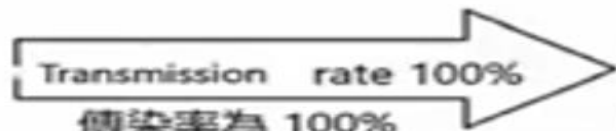
空气温度20摄氏度时，冠状病毒在30%、50%、80%的相对湿度下的半衰期分别为27、67与3小时。且有证据表明，冬天的低温对于冠状病毒的生存有较大的促进作用——病毒在80%相对湿度环境下，温度从20摄氏度降低至6摄氏度，半衰期从3小时延长至86小时以上



喷嚏/咳嗽产生的飞沫是主要的传播途径 飞沫可喷射到咳嗽者身前10-20m远



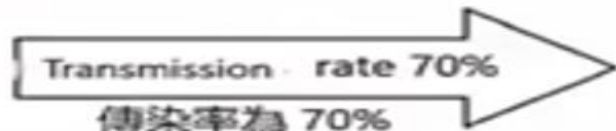
(COVID-19) without mask
帶菌者-沒帶口罩



(Healthy) without mask
沒有受感染人群-沒帶口罩



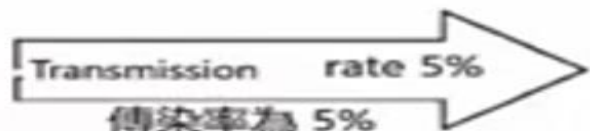
(COVID-19) without mask
帶菌者-沒帶口罩



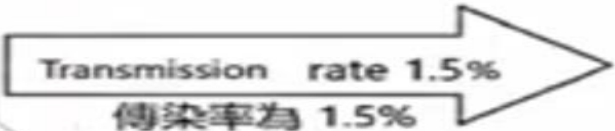
(Healthy) with mask
沒有受感染人群-帶口罩



(COVID-19) with mask
帶菌者-帶口罩



(Healthy) without mask
沒有受感染人群-沒帶口罩



外出时皮肤有可能沾上病毒么？

会有一定程度的病毒沾染

有实验结果表明，近45%的传染性冠状病毒在1小时后仍能在成人受试者手上存活

七步洗手法



1 掌心搓掌心

2 手指交错掌心搓掌心

3 手指交错掌心搓手背两手互换

4 两手互握互擦指背

5 指尖磨擦掌心两手互换

6 拇指在掌中转动两手互换

7 一手旋转揉搓另一手的腕部、前臂，直至肘部；交替进行

请注意：

- ① 每步至少来回洗五次
- ② 尽可能使用专业的消毒液
- ③ 洗手时应稍加用力
- ④ 使用流动的清水
- ⑤ 使用一次性纸巾或已消毒的毛巾擦手

七步洗手法：掌心-手背-指缝-指背-指尖-拇指-手腕

新型冠状病毒肺炎症状

包括发烧，咳嗽，乏力，肌肉酸痛或头痛。呼吸急促呼吸困难。味觉嗅觉丧失。也会出现消化道症状比如腹泻。

重症患者除了有肺炎症状以外也会出现血液系统高凝状态，多器官衰竭。特别对老人以及慢性病患者非常危险，儿童感染症状常常非常轻微。

新冠肺炎感染的潜伏期间有多长

根据世界卫生组织(WHO)数据，目前的潜伏期间是1-12.5日（大多数是5-6日）

感染者什么时候会传播病毒？

感染者无论是否有症状，都可能具有传染性，将病毒传给他人。

感染者在症状出现前的2天和发病早期最具传染性。

重症感染者传播他人的传染期更长。

目前针对新冠病毒的检测方法

- 核酸PCR检测
- 抗体检测
- 快速抗原检测

PCR 核酸检测

病毒核酸检测，其实就是对病毒的遗传物质RNA进行检测

检测程序需要经过四个步骤，采样、灭活、核酸提取、上机检测。一批标本从采样到最后出具检验报告需要经历6个多小时。

优点：敏感性高，特异性高。

缺点：对实验室及医疗防护等技术条件要求高、依现有操作获得结果大多比较费时

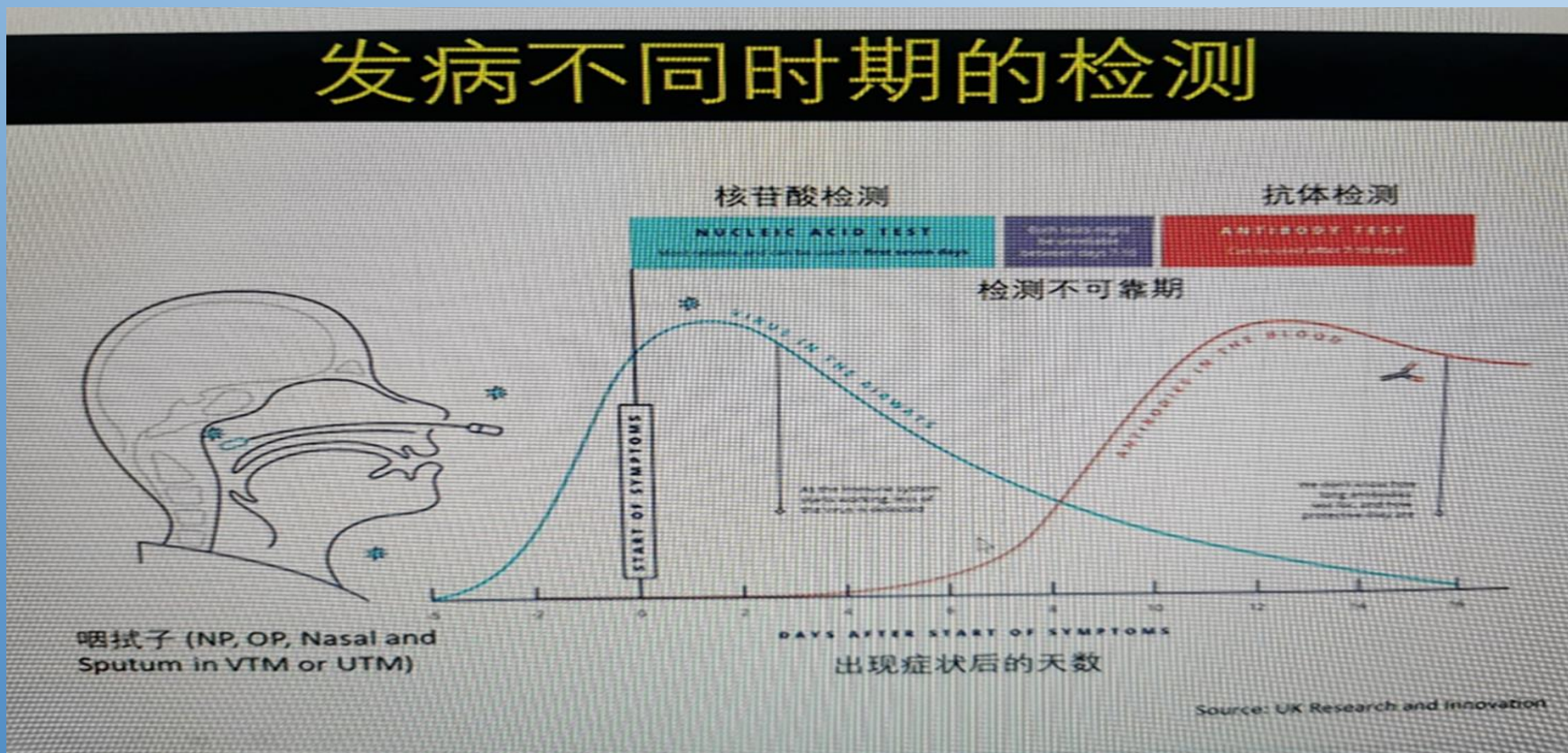
- 测试结果呈阳性意味着被测者被新冠病毒感染。
- 一次性PCR阴性结果并不意味着可以100% 排除感染。
- PCR阳性的患者并不一定表现COVID-19症状。
- PCR阳性结果也不代表确诊患者一定具有传染性。

Ct Werte: 循环阈值

在PCR测试过程中确定的Ct值可用来衡量样品材料中病毒RNA的量。Ct值越高，被检样品中的病毒浓度越低。

- 如果检测结果呈阳性，则不管ct值如何，通常都可以认为是感染者
- 例外：初次核酸测试呈阳性，如果ct值 > 30，还是应该10天隔离期。因为没有以前的ct比较值，所以不能排除有传染他人的风险。因为可能会出现比如在复查ct值时会下降（意味着传染性增强）。
- 特殊情况：在无症状普检筛查时候，PCR测试为阳性并且ct值 > 30，表明该人可能已经患过新冠，同时，可以在第一次测试后的2天后启动第二次测试。如果PCR为阴性或ct值显然再次 > 30，则可以确认为此人曾经患过新冠，此时不具有传播病毒危险。

抗体检测



- 首先出现的是免疫球蛋白**IgM**抗体，约在感染后5~7天产生；维持时间2至3周
- 然后出现**IgG**抗体，约在10~15天产生，维持时间长，可以达到感染后6个月，血液中检测阳性可作为既往感染的指标。

核酸检测用于检测是否受试者携带病毒，而抗体检测用于核酸检测结果阴性的疑似患者补充检测或者联合核酸检测。

疑似病例的排除标准，需要同时满足病毒核酸检测结果阴性，以及发病7天后新型冠状病毒IgM和IgG抗体仍为阴性两个条件。

因此在实际检测过程中需要二者联合检测，综合判读，提高病毒携带者的阳性检出率，减少社会传播的风险。

快速抗原（病毒蛋白）检测

- 用棉签从口鼻及/或咽喉采集样本。
- 抗原检测应用于检测COVID-19病毒带来的特有的蛋白分子，有速度快的优点，但也有灵敏度方面的不足：假阴性检测结果的比例较高。
- 被用于大规模的普检筛查中，希望借此发现更多的新冠感染者。
- 当患者携带大量病毒时，抗原检测的结果通常特别可靠。此时也是患者最可能成为超级传染者的时刻。
- 在其他情况下（比如出现典型新冠症状或者和阳性确诊患者有密切接触史后），抗原测试结果阴性后一定要通过PCR测试证实从而做出排除诊断。

核酸检测阳性确诊后

无症状后者轻型症状患者：

- 居家隔离（包括家人和与其有密切接触者，注意事项和隔离时间见下文）
- 监控症状（体温监测，血氧饱和度检测）
- 对症用药（退烧药，止咳药，补充水分）

重型症状患者：

- 住院治疗



如果您可能感染或确诊感染COVID-19:

- 1. 居家隔离**, 避免外出工作和学习。避免前往其他公共场所。如果必须外出, 请尽量不要乘坐公共交通工具, 比如共享单车、出租车等。



- 2. 密切监控个人症状**。如果症状加重, 请立即联系医疗保健人员。



- 3. 保证足够的休息和饮水**。



- 4. 如有预约, 请提前打电话给您的医疗服务提供者**, 告知他们您已感染或可能已感染COVID-19。



- 5. 如有紧急情况, 请拨打 144 并告知接洽人员**您已感染或可能已感染COVID-19。



- 6. 咳嗽和打喷嚏时**用纸巾遮住或用手肘内侧挡住。



- 7. 常洗手**用肥皂和清水洗手至少20秒, 或使用酒精含量不低于60%的免洗消毒液清洁双手。



- 8. 尽量自我隔离, 避免与他人接触**。如果可以的话,



- 9. 避免与家中成员共用私人物品**, 例如餐具, 毛巾和床上用品。



- 10. 清洁所有经常触摸的物体表面**, 例如柜台、桌面和门把手。按说明书使用家庭清洁喷雾或擦试剂。



居家隔离期是多久？

1. 轻型有症状确诊患者可以结束居家隔离的情况：

- 至少 2 天没有发热，没有使用退热药物
- 症状首次出现后至少已经过了 10 天

2. 无症状确诊患者可以结束居家隔离的情况：

- 首次检测 COVID-19（新型冠状病毒）出现阳性后至少已经过了 10 天
- 未出现后续疾病

注意居家隔离期间垃圾废物处理问题。

另外，如需帮助，居住地在维也纳的人可以拨打 0190640 帮助热线

Wie werde ich eine Kontaktperson?

- 接触确诊病例在其症状前的48小时到10天。
- 接触无症状确诊病例在其取样前的48小时到10天时间。
- 对于接触确诊病例如果其症状严重，其感染期会更长。

Kategorie I-Kontaktpersonen sind Kontaktpersonen mit Hoch-Risiko-Exposition

密切接触者定义

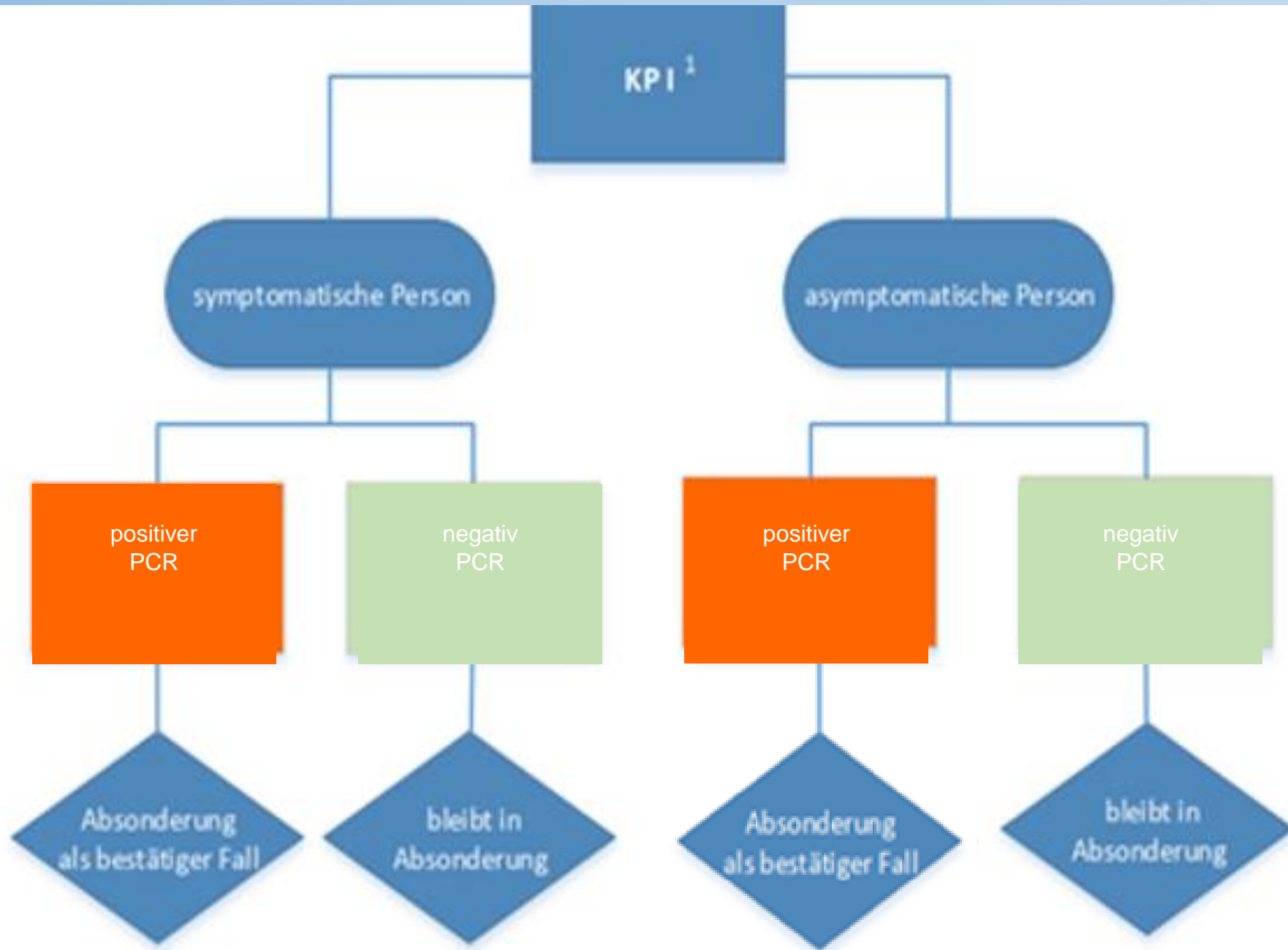
- ≤ 2 米的距离累计15分钟或以上与确诊病例进行面对面的接触（特别是同一家庭内部人员）
- 位于同一房间的人（例如教室，会议室，与确诊患者距离小于2米的）总共15分钟或更长时间
- 在飞机，长途汽车或火车：与确诊患者的邻近座位的乘客
- 不论距离多远都可能，在室内长时间的聚集活动（例如庆祝活动，聚餐在室内唱歌等）
- 与新冠患者有身体直接接触（例如握手，拥抱，亲吻）

- 如果接触者在最近3个月内曾经有过新冠病毒感染史，则为K2（间接接触者）

- 对于10岁以内儿童，四年级已下的小学生，当学校班级有确诊病例时候，对于紧密接触者的判定有特殊的规定

Was gilt für mich als Kategorie 1-Kontaktperson (Person, die engen Kontakt hatte)? 密切接触过确诊患者后:

- 从接触阳性患者时间后的10天需要居家隔离。居家隔离注意事项见上文
- 如果出现咳嗽，发烧，呼吸困难等症状，需要致电1450说明情况安排检测。如果出现急症，需要致电急救电话144或者141
- 如果检测结果是阳性，那么隔离期限延长为从症状开始后的10天
- 如果检测结果为阴性，那么隔离期限就是从接触确诊病例时间后的10天



Kategorie II-Kontaktpersonen sind Kontaktpersonen mit Niedrig-Risiko-Exposition 间接接触者

- 与确诊病例接触在 ≤ 2 米的距离内累积少于15分钟
- 与确诊病例的距离 > 2 米，时间15分钟以上
- 与同一飞机或长途火车：与确诊患者在同一排或者前后排的乘客无论旅行时间多长。

Was habe ich als Kategorie 2-Kontaktperson (Person, die keinen engen Kontakt hatte) zu beachten?

作为间接接触者，我需要注意什么？

- 监测与您最后一次接触后直至第10天的健康状况。
- 减少与其他人联系并记录有直接联系者。
- 在任何需要的地方使用口罩，打喷嚏时候用纸巾或打喷嚏 在肘部弯曲处。经常洗手消毒。
- 如果您有咳嗽，发烧或呼吸困难或上面列出的任何其他症状 通知电话**1450**。将启动测试。在这种情况下，您被认为是可疑病例，必须待在家里。•如果测试结果为阴性，则适用生病时的常规程序。如果测试结果为阳性（确诊病例），则卫生当局将签发**10天** 安排家庭隔离。

不恐慌 不懈怠 保护自己 照顾家人

C ool bleiben

O rdentlich Hände waschen

R ücksichtsvoll verhalten

O hne Panik

N ur Kontakte, die unbedingt notwendig sind

A uch das geht vorbei