

新冠病毒：合租/共用和过于拥挤的住房——降低感染风险

您应该时刻遵循有关[如何阻止新冠病毒传播的防疫指南](#)。

该防疫指南解释了为降低感染或传播新冠病毒的风险，您应该考虑采取的其他措施。本防疫指南适用于居于各类住房中的人，尤其是居于以下地方的人：

- 共用设施的住所，如一栋公寓
- 过于拥挤的住所
- 合租住所

合租住所可包括：

- 租户与无亲缘关系的另一人同住并共用烹饪和浴室设施的公寓或合租房
- 多租户租赁住宅（HMO），即来自两个或两个以上不同家庭的3人或更多人共同使用烹饪或浴室设施
- 多人/住户共用一些设施或公共区域的合居

本防疫指南适用于租房者和房主。还有[适用于房东和租户的补充指南](#)。

如何将病毒传播风险降到最低，尤其是如果您与其他人合租住所

新冠病毒通过飞沫、气溶胶和直接接触在人与人之间传播。物品和表面在感染者咳嗽、打喷嚏或触摸时也可能会被新冠病毒污染。当人们相互靠近时，尤其是在通风不良的室内空间，以及人们在同一房间内共处很长时间时，病毒传播风险最大。

对于某些人来说，让他们与家中的其他家庭成员分离并不是容易的事。您应该尽最大努力遵循本防疫指南，每位家庭成员都应该：

- 勤用肥皂和水清洗双手，每次洗手应该至少20秒，或使用免洗消毒洗手液，并切记避免碰触面部
- 定期清洁经常接触的表面
- 确保您让大量的新鲜空气进入室内

留在家中防疫指南：适用于可能感染新冠病毒的住户包含更多关于清洁、废物处理、洗涤和其他有用信息的详细指导。

让新鲜空气进入室内（保持通风）

除了社交距离和其他防疫措施外，您也可以通过以下方法降低新冠病毒传播风险：

- 避免在新鲜空气流通受限的空间与人接触，如从不开窗户的房间
- 确保您让大量的新鲜空气进入室内，但不至于因为寒冷而让您感到不舒服。如果维修人员获准在您的房子里进行维修，或访

客获准来探望您，您应该在他们来访期间和离开后遵循以上建议

为了加强空气流通，您可以：

- 尽可能打开所有窗户
- 打开房门
- 确保打开所有的通风口（例如在窗户顶部），且气流不受阻挡
- 有人用过房间后，让抽风机（例如浴室的抽风机）比平时运行更长时间，确保房门关闭

如果您家装有机械通风系统——该系统通过通风口和管道循环新鲜空气，请确保它正常运行，并在有访客时（例如，有人看房买房）或家中有人生病时增加其空气流通量。确保生病或隔离者的房间只向外通风（如通过窗户），而不是向住所的其他地方通风。

清洁

定期清洁对限制新冠病毒传播起着至关重要的作用。

减少杂物，清走难以清洁的物品可以让清洁变得更容易。增加清洁频率，使用标准清洁产品，如洗涤剂和漂白剂，注意清洁所有表面，尤其是经常接触的表面，如门把手、灯开关、遥控器和电子设备。

清洁频率应取决于使用空间的人数，以及他们是否进出空间。对于浴室和公用厨房，清洁经常接触的表面尤为重要。

厨房

新冠病毒通过食物传播的几率很小。然而，作为良好卫生习惯，任何要处理食物的人此前都应该勤用肥皂和水清洗双手至少20秒。

使用洗碗机清洗和烘干您的餐具和刀叉。如果家中没有洗碗机，请用洗洁精和温水手洗，再用单独的茶巾彻底擦干。定期清洁经常接触的表面和常用的厨房电器，包括冰箱把手和水壶。

浴室

使用浴室时，打开浴室风扇（如有），并定期清洁经常接触的表面，以及打开窗户（如有）。冲水前应盖上马桶盖，以减少气溶胶飞沫。如使用布巾，它仅供个人使用，并按洗涤说明进行洗涤。

应更加注意住宅小区卫生管道系统的任何潜在缺陷，如不明原因的气味。

如果您的楼房/有共用空间和设施，如社交区域，如何将病毒传播风险降到最低

房东和/或管理人员应提供帮助，例如，在无法保持社会距离时关闭非必要的室内公用空间（如供一个以上住户使用的小型共用空间）。另见《房东和租户防疫指南》第2.13节关于专门的庇护/退休和有人照料住房（“额外照料”）计划。

出现新冠病毒症状的人，不应使用这些设施，无论其是否继续开放。临床上极易受感染人士，请参考最新版[临床上极易受感染人士个人防护指南](#)。

基本公用空间包括共用厨房、浴室、厕所、客厅和洗衣间。如果租户共用基本公用空间，则应遵循[防疫指南：适用于可能感染新冠病毒的住户](#)。

公用花园等共用户外空间可以继续开放给租户使用，但必须遵守政府发布的最新版[社交距离防疫指南](#)。

地面维护和房产服务可以继续进行。开展此类工作时，房东应参照相关的工作场所[社交距离防疫指南](#)。

如果您是临床上极易受感染人士并且和他人一起住在合租房屋里，如何预防新冠病毒传播

首先，您应该阅读最新版[防疫指南：适用于临床上极易受感染人士](#)，以了解您如何受到影响以及可以获得哪些支持。

除了本文件提供的防疫建议外，您还应该时刻遵循关于[如何阻止新冠病毒传播](#)的一般建议。例如，您可能希望采取预防措施，如限制您在厨房、浴室和客厅等共用空间的时间。共用空间应继续保持良好通风。

如果可能的话，您可能希望使用与其他住户分开的浴室。如果住户与易受感染人士共用一间浴室或厨房，每次使用后都要对其进行清洁，例如擦拭表面。另外，住户也可能希望考虑采用轮用制，先让易受感染人士使用设施。

请参考最新版[临床上极易受感染人士防疫指南](#)

如果您居于过于拥挤的住所，如何将病毒传播风险降到最低

就本防疫指南而言，如果住所的面积和居住的人数可能会对住户的健康造成危害，则该住所就是过于拥挤。

住户居于过于拥挤的住所，可能较难像居于其他类型住所的住户一样采取适当的预防措施来保护自己预防新冠病毒。

您应特别注意上述关于如何将病毒传播风险降到最低的防疫指南，包括：

- 勤用肥皂和水清洗双手，每次洗手应该至少20秒，或使用免洗消毒洗手液，并切记避免碰触面部
- 定期清洁经常接触的表面
- 确保您让大量的新鲜空气进入室内

如果住所出租，地方政府有权要求房东解决严重的过于拥挤隐患。我们鼓励住户和房东（如果有房东的话）在可行情况下相互支持遵循社交距离措施。如果您认为您的住所存在严重的过于拥挤隐患，以至于影响到您遵循新冠病毒防疫指南，则应该联系地方政府。

如果您居于一个跨代住户中，例如祖父母、父母、子女住在一起，请参考本防疫指南以防止新冠病毒传播。

如果您是临床上极易受感染人群并且居于过于拥挤的住所，如何将病毒传播风险降到最低

首先，您应该阅读最新版[防疫指南：适用于临床上极易受感染人士](#)，以了解您如何受到影响以及可以获得哪些支持。

除了本文件提供的防疫建议外，您还应该时刻遵循关于[如何阻止新冠病毒传播](#)的一般建议。如果您遵循本[防疫指南](#)帮助您获得支持，您可能会想与地方政府讨论您的需求。

如果住所出租，地方政府有权要求房东解决严重的过于拥挤隐患。我们鼓励住户和房东（如果有房东的话）在可行情况下相互支持遵循社交距离措施。如果您认为您的住所存在严重的过于拥挤隐患，以至于影响到您遵循新冠病毒防疫指南，则应该联系地方政府。