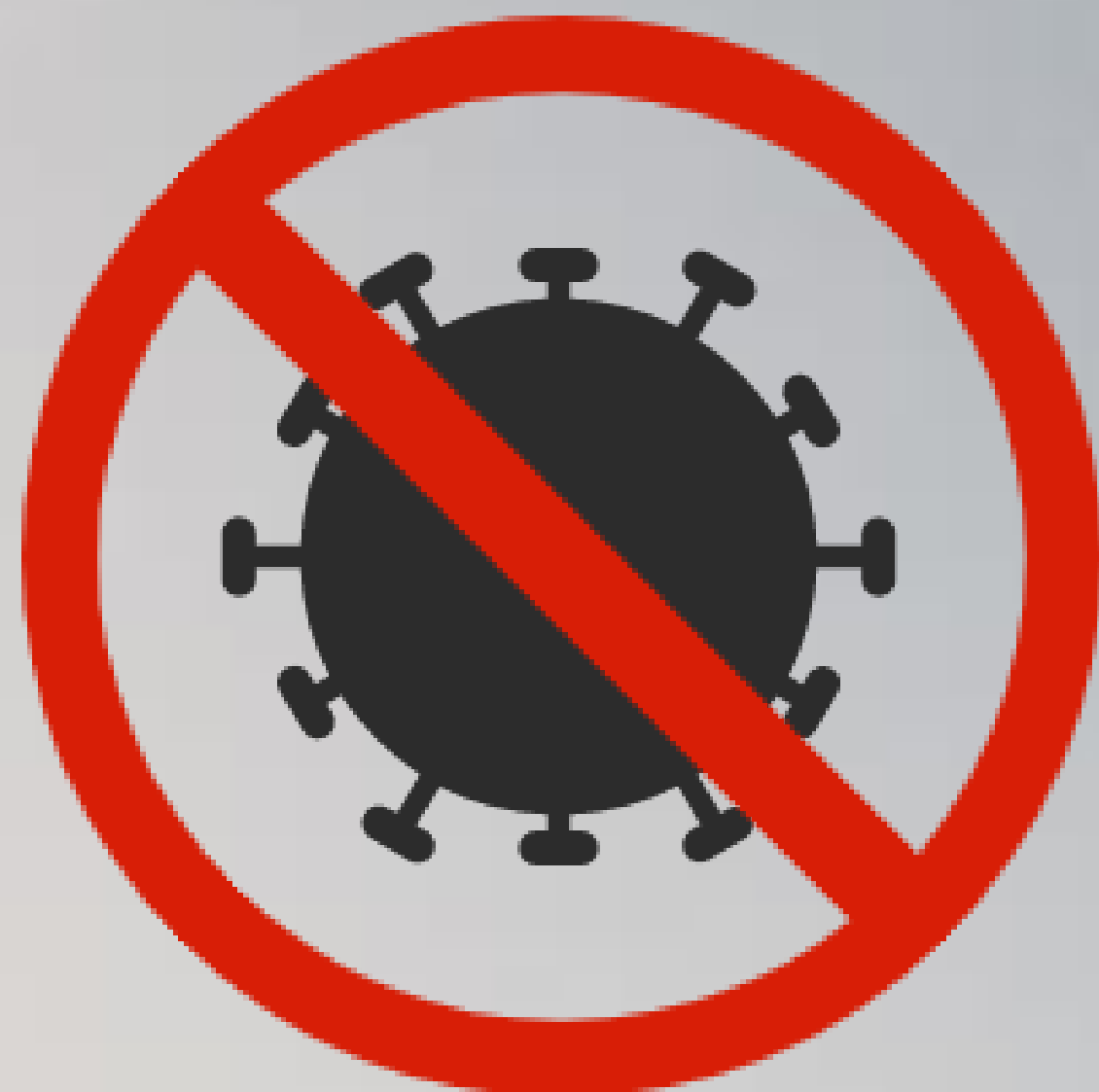


# 八个简单步骤减少 潜水员新冠病毒(COVID-19)风险



新冠病毒(COVID-19)主要通过吸入感染者呼出的飞沫传播（通过呼吸道传播），或触摸感染者触摸过的东西以及触摸感染者打喷嚏/咳嗽的物体之后触摸眼睛、鼻子和/或嘴巴传播（接触传播）。当意识到这两个途径后，降低风险通常很简单。而且保持简单通常很有效。

1. 如果有或者疑似有（症状），或已暴露于任何传染病原就不要进行潜水活动。隔离直至医疗检查结果显示完全康复。
2. 遵守并支持社交距离规定。在水面和陆地上，保持当地规定的社交距离并尊重他人关于最小社交距离的要求。
3. 留意你的手！在触摸任何潜水装备（包括您自己的潜水装备）之前和之后，都要进行消毒/洗手，即使在水中或水下触摸也是如此。除非绝对必要，否则请勿触摸他人的装备。目前尚不清楚浸没在水中会不会降低COVI D-19的接触风险，因此请假设不会。注意：推荐的洗手液为60%以上酒精含量且是易燃的。请勿在氧气附近或火源附近使用消毒液。确保双手完全干燥后再使用氧气或火源。
4. 不要憋气和拒不张口：医用口罩可以协助你随意呼吸，这样就很有礼貌了。我的口罩有助于保护你。你的口罩可以保护我。让我们遵循当地法律法规而不要像贝类一样。
5. 新冠病毒(COVID-19)讨厌水肺潜水。您的潜水面镜可减少眼睛和鼻子的接触风险，无论何时在水中，戴着面镜都是好习惯。通过调节器呼吸可降低呼吸传播的风险。
6. 成为精益、清洁、卫生的有心人。在他人使用之前要对面镜，呼吸管，调节器和BCD进行消毒。存放之前也要进行消毒。潜水后，不要将面镜中的“东西”直接甩出来。在合适的地点冲洗。避免醒鼻子等动作，尤其是水中会吹到别人的方向。使用纸巾并在适当地点丢弃。触摸频繁接触的表面（如栏杆，门拉手，安全把手等）后，请洗手/消毒。
7. 共享空气是不好的。在水面。使用潜水装备呼吸和风会影响呼出的气得传播方向和距离。保持警惕避免传播和接收，比如清除呼吸管，自由潜呼吸调整等处于“接收端”。呼吸调节器可以保护您，但您呼出的气可能会影响到过于靠近而不使用调节器的人。
8. 但是在水下共享空气可能真的很重要。因此，请勿通过呼吸测试你的备用二级头，通过按压排气按钮进行检查。但要保持已消毒状态，以防有人需要。或者实在担心，那就测试一下呼吸，然后重新消毒。



# PADI®

**Seek Adventure. Save the Ocean.™**