

2019年冠狀病毒 (COVID-19)

須知事項

您可能因冠狀病毒而感到十分擔心，冠狀病毒又稱為COVID-19。若是如此，您並不孤單。以下是一些常見問題以及最新資訊和建議，以協助您作好心理準備。

什麼是冠狀病毒？

是一種病毒導致冠狀病毒疾病2019 (COVID-19)
— 感染呼吸道及肺部。

有哪些症狀？

感染COVID-19的病人曾出現輕度至重度不等的呼吸道疾病，伴隨發燒、咳嗽或呼吸急促等症狀——和流感類似。

此病毒的傳播途徑是什麼？

一般認為，此病毒是以人傳人的方式傳播——主要是在人與人密切接觸（大約6英尺範圍內）時透過感染者咳嗽或打噴嚏所產生的細小飛沫來傳播。人們也可能因觸碰了沾附病毒的表面或物體，然後又接著觸摸自己的嘴巴、鼻子，還是可能因觸摸眼睛而感染COVID-19。

我該如何保護自己和至親？

有些人較容易受到病毒感染，其中包括老年人和慢性病患者。但每個人都應該採取各種措施來保護自己。

- 避免和生病的人密切接觸。
- 經常使用肥皂和水洗手至少20秒鐘。酒精消毒潔手液也有效用。
- 盡量不要在沒有洗手的情況下觸摸自己的眼睛、鼻子和嘴巴。
- 若身體不適，請留在家中休息（需接受醫療護理的情況除外）。讓生病的孩子請假在家休息。
- 咳嗽或打噴嚏時，使用面紙或手肘遮掩口鼻。之後清洗雙手。
- 清潔和消毒您經常碰觸的物品和表面。

（續背面）

(續前頁)

如果我認為自己出現症狀該怎麼辦？

如果您出現症狀（發燒、咳嗽、呼吸困難）或者您認為自己曾接觸病毒，請務必先致電與您的保健業者聯絡，以便他們可以為您轉介最適當的醫護服務。

Kaiser Permanente 有哪些應對方式？

我們承諾保護社區的健康與安全。我們擁有多年對抗高傳染性疾病的經驗，因此我們有信心能夠安全地為感染此病毒的病人提供治療，同時只會對其他病人、會員及員工造成極小的風險。



如需進一步資訊，請瀏覽美國疾病控制與預防中心的網站 [cdc.gov](https://www.cdc.gov)（英文），以查看最新的冠狀病毒資訊。