

新型冠状病毒（COVID-19）知识普及 2020年3月10日

丹佛健康医学中心为您和丹佛社区提供可靠的信息与支持。

一般问题请拨打：1-877-462-2911 或 303-389-1687
出现病情请拨打：丹佛健康护理热线 303-739-1211

温馨提示，生命垂危迫不得已再去急诊室。

什么症状？

多数 COVID-19 患者出现与普通感冒或流感类似症状。接触 2-14 天可能出现的症状包括：

- 发烧 咳嗽 气短

出现病情时

- 去看医生或去急诊室前先打电话。
- 说明症状及与 COVID-19 患者接触同行史。
- 保持冷静。多数感染 COVID-19 的人只有轻微症状，无需就医。
- 多数人通过休息、大量饮水和服用止痛和退烧药可自行康复。

口罩：疾控中心的建议

- 没有生病，无需戴口罩
- 只有出现 COVID-19 症状的人应佩戴口罩，防止疾病传播

COVID-19 预防措施

- 勤洗手，用肥皂和水洗手至少20秒。没有肥皂和水时，使用酒精含量60%以上的洗手液。
- 避免触摸口、鼻、眼睛。
- 咳嗽和打喷嚏时用纸巾遮住，将使用过的纸巾扔进垃圾桶。没有纸巾时，可用内肘遮掩。
- 生病时在家自行隔离，孩子生病时不要外出。
- 用普通家用清洁产品清洁室内表面和手机等个人用品。

消毒

- 触摸物体表面或被病毒污染的物体后触摸口、鼻、眼睛，可能感染COVID-19
- 每天用带有“EPA认证”标签的家用消毒剂清洁门把手等所有“高频接触”表面。

社交距离：远离有症状的人 2 米

- 必须接触病毒才会感染。疾控中心将“接触”定义为长时间与COVID-19患者在6英尺（2米）范围内。
- 病毒通过（被感染者咳嗽或打喷嚏时产生的）呼吸道飞沫感染，类似于流感和其他呼吸道疾病的传播方式。

出现病情请拨打：丹佛健康护理热线 **303-739-1211**

我应该取消预约吗？

- 多数情况下，无需取消预约。
- 出现咳嗽、发烧或呼吸急促等症状来丹佛健康医学中心前，请先打电话。
- 出现症状的患者可能会被要求离他人2米以上或离开公共场所。

高危人群

高危人群不要聚集扎堆，避免与他人密切接触。高危人群包括：

- 60岁以上老年人
- 免疫系统受损或患有呼吸系统疾病、心脏病、肺病和糖尿病等基础病的人
- 孕妇
- 有发病区旅居史的人
- 与COVID-19患者有直接密切接触的人

请谨记

- 即使感染风险很低，在听到疾病爆发时感到害怕或焦虑也是正常现象。请不要愤恨、过度排斥被感染的人。问问自己：
 - “如果换成流感等其他疾病，我会有同样的态度吗？”
 - “我这样能让人们更安全还是让他们更恐慌？”
- COVID-19的感染风险完全与种族、族裔或国籍无关。一味责备无助于战胜疾病，但想办法分享准确的信息可以。

随时了解情况

- 使用英语、西班牙语、汉语等多国语言，请拨打 303-389-1687 或 1-877-462-2911
- 丹佛公共卫生部: denverpublichealth.org/Coronavirus
- 科罗拉多州公共卫生部: colorado.gov/cdphe/2019-novel-coronavirus
- 疾控中心: cdc.gov/coronavirus/index.html 或 [CDC COVID-19](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html) 常见问题
- 丹佛公共卫生与环境部: denvergov.org/content/denvergov/en/environmental-health/news/coronavirus-info.html

出现病情请拨打：丹佛健康护理热线 **303-739-1211**