

新冠肺炎

(2019冠状病毒疾病)

什么是新冠肺炎 (COVID-19) ?

新冠肺炎又称为2019冠状病毒疾病，是一种会造成发烧、咳嗽和气短的新型病毒。我们仍在了解这种病毒，但研究人员认为它与SARS或MERS非常相似。该病毒最初是从中国武汉市报告的。在这一点上，所有报告的疾病中有近99%发生在中国，然而，新冠肺炎已在超过40个国家的个人确诊，包括美国。

有许多不同类型的冠状病毒已知会导致人类疾病。虽然最初的新冠肺炎疾病被认为与接触受感染的动物有关，但当生病的人咳嗽或打喷嚏时，这种病毒可以通过飞沫造成人传人。虽然大多数感染新冠肺炎的人似乎症状轻微，但病毒会导致严重的疾病，包括肺炎。病毒也可以在通常接触的表面上存活有限的时间。现在还没有疫苗来预防新冠肺炎。

我该怎么办？

预防

- 避免接触有呼吸道疾病的人们。
- 用肥皂和水洗手至少20秒。如果没有肥皂和水，使用至少含有60%酒精的酒精洁手液。
- 避免用未洗过的手接触眼睛、鼻子和嘴巴。
- 用手肘或手臂遮掩咳嗽或喷嚏。
- 如果您照顾一个生病或接触到个人体液或分泌物的人，请戴一次性手套和口罩。小心脱掉口罩和手套并立即洗手。
- 用稀释的漂白剂溶液或使用标示可以杀死人类冠状病毒的清洁剂，定期清洁通常接触的表面，如柜台、桌面、门把手、浴室固定装置、电话、厕所等。确保遵循标签上的说明

要制作漂白剂溶液，请使用1汤匙漂白剂加4杯水。每天做新鲜的。

避免

- 生病时留在家中。生病时自我隔离可帮助避免传播新冠肺炎和比较常见的疾病，如流感。
- 一般而言，不要戴口罩。卫生部门不建议公众使用口罩防止疾病的传播，除非照顾或清理生病的人。
- 寻找与旅行有关的建议和限制。您可以在 www.cdc.gov/travel/notices 上获得最新的旅行限制。

如果您曾经到有新冠肺炎传播的世界某一地区旅行，或曾经和感染新冠肺炎的人接触并产生发烧、气短和咳嗽，请和您的医疗提供者联系以取得指示。如果怀疑是新冠肺炎疾病，该医疗提供者应拨打1-866-PUB-HLTH 寻求咨询和进一步指示。

关于生病时该做什么的更多信息可在 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/about/Steps-when-sick.html> 上找到。



COUNTY HEALTH
DEPARTMENTS

請訪問 www.gnrhealth.com
尋找您附近的衛生中心

请访问疾病管制中心的网站以获得有关新冠肺炎的最新信息。
www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html