

(COVID-19)



信息单

什么是2019冠状病毒病 (COVID-19) ?

COVID-19是一种此前未在人类中识别的新型冠状病毒。冠状病毒是一类通常在动物中找到的病毒类别,但有些可进化并感染人类。冠状病毒可感染您的鼻子、鼻窦或上咽喉。这种特定冠状病毒最初被识别为2019年12月中国武汉呼吸系统疾病爆发的起因,并于2020年2月11日被世界卫生组织 (WHO) 正式命名为COVID-19。

COVID-19的症状是什么?

COVID-19患者可表现为无症状、轻微症状或严重疾病。COVID-19的症状可包括:

- 发烧或发冷
- 咳嗽
- 呼吸困难
- 疲劳
- 新近丧失味觉或嗅觉
- 身体疼痛
- 流鼻涕
- 鼻塞
- 头痛
- 喉痛

症状可在接触后2-14天出现。请前往 [CDC.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus) 获取完整的症状清单。如果出现任何症状,请致电您的医生

谁有感染COVID-19的风险?

风险是基于接触和多种因素,这些因素可能会有所不同,包括您所居住的社区,拜访的地点,产生的接触以及您所从事的行业。

任何人都有可能感染COVID-19。病毒感染者有从无疾病到患有轻微疾病、严重疾病乃至死亡的不同表现。

面临由COVID-19引发严重疾病的更高风险的人群包括:

- 65岁及以上的人员
- 养老院或长期照护机构的居住人员
- 任何年龄的有严重潜在健康问题的人员,尤其是问题未得到良好控制者。

COVID-19如何传播?

COVID-19被认为主要在人与人之间传播:

- 密切接触人员之间 (在6英尺/2米范围内)。
- 通过感染者打喷嚏、咳嗽或讲话时产生的呼吸道飞沫。
- 附近的人员可吸入此类飞沫,或者飞沫可能落在其口鼻或者其他表面上。
- 触摸过有病毒的物体或表面后,未洗手即触碰自己的口、鼻或眼睛可能会导致感染COVID-19。

某些COVID-19患者可能没有任何症状,或者尚未表现出症状,但仍可将病毒传播至他人。

如何治疗COVID-19?

针对COVID-19的治疗方法目前症状研究中。具体根据个人状况, COVID-19感染者可能会得到使用研究药物的建议。遵循支持性护理指导,包括多休息、多饮水以及服用非处方类退烧止痛药等,有助于缓解症状。目前没有可预防COVID-19的疫苗。



如果我认为自己接触到了COVID-19，应怎么办？

如果您和经确认感染COVID-19或者正在接受感染评估的人有过密切接触（在6英尺/2米范围内），您应当：

- 从您第一次与感染者密切接触的那一天开始在家中独自隔离14天，并在您最后一次与该人密切接触后继续进行14天。
- 致电您的医疗保健提供者，并遵循其医学建议。
- 关注症状，并且如果出现任何症状，联系您的医疗保健提供者。



我如何能够保护自己？

防止患病的最佳方法是避免接触病毒。有助于防范COVID-19传播的行动包括：

- 用肥皂和水洗手至少20秒钟；如果没有肥皂和水，使用酒精含量至少为60%的含酒精洗手液；
- 避免未洗手即碰触眼睛、鼻子和嘴；
- 经常清洁频繁碰触的物体和表面和为之消毒；
- 待在家中，在患病的情况下进行自我隔离；
- 咳嗽或打喷嚏时尽量用纸巾或手肘捂住口鼻，然后扔掉纸巾；
- 保持人际距离（在自己和他人之间保持6英尺的距离）；
- 和家庭以外的个人在一起时，佩戴口罩。



如果您有健康相关问题或担忧，请联系您的医疗保健提供者。如欲了解关于COVID-19的一般问题以及社区资源相关信息，请拨打2-1-1。

保持知情COVID-19

圣地亚哥县流行病学单位——2019冠状病毒病（COVID-19）

www.coronavirus-sd.com | [Chinese: 中文信息与资源](#)

加利福尼亚州公共卫生部免疫科——COVID-19

www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx

美国疾病控制与预防中心——COVID-19

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html

世界卫生组织——冠状病毒病（COVID-19）疫情暴发

www.who.int/westernpacific/emergencies/covid-19