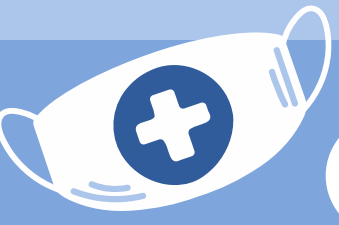
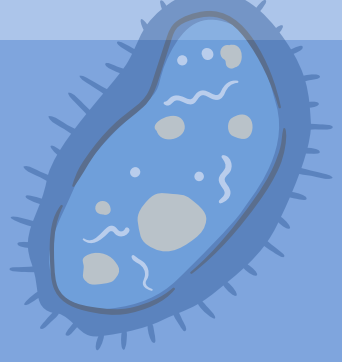


COVID-19

病理 & 传播



有什么症状?

常见症状:

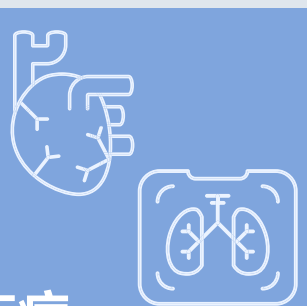
- 干咳
- 发烧
- 呼吸困难
- 疲劳/疲倦

可能的症状:

- 肌肉和关节痛
- 喉咙痛
- 头痛
- 腹泻

**一般要感染病毒后5-6天才会出现症状，可是也可能要14天才出现。

有哪些危险因素?



- 老年人士 (65+)
- 免疫系统受损的人士
- 有慢性疾病的人士，比如: **心脏病，糖尿病，肺部疾病**

病毒在表面持续多长时间?

病毒可以在硬纸板上持续**24小时**，在塑料和不锈钢上持续**2-3天**。

每天**清洁**和**消毒**经常接触的表面。

包括桌子，门把手，电灯开关，台面，把手，书桌，电话，键盘，卫生间，水龙头和水槽。

为了更谨慎: 首先用**肥皂**和**水**清洁表面，然后用家用消毒剂擦拭。

我应该去看医生吗?

- 如果您有轻度/常见症状，请打电话给您的主治医生。如果您有遇到过可任何能感染的人，请告诉医生。
- 您的医生会告诉您是否以及可以在哪里去检查。 如果您出现严重症状，医生会制定专门计划，在医院为您提供护理。
- 因为检查还没有被广泛使用，您的医生可能叫您居家隔离至少14天，以防您感染了病毒。

我怎么能够防止COVID-19病毒传播?

少出门。

和他人保持6英尺(1.8米)的距离, 即使他人没有症状。请关注了解您所在的社区关于外出的制度。

勤洗手，至少20秒。

吃饭和做饭前以及打喷嚏，咳嗽，擤鼻和外出后记得洗手。在没有**肥皂和水**的情况下, 请使用酒精含量至少60%的**消毒液**。

避免用手触摸眼鼻口。

如果您在触摸留有病毒的表面后触摸眼鼻口，就有感染的风险。 请在咳嗽和打喷嚏时用手肘内侧遮掩口鼻。

请照顾好您自己和身边的人!

高龄和有慢性疾病的人士属于高风险人群，需要找医生咨询防护对策。请整合紧急联系人列表 并在家中收拾出隔离专用房间以防万一。

APA HEALTH CARE

PUBLICITY AND ACTIVITIES COMMITTEE
UPDATED ON 04/14/2020

APA Health Care