

# 新型冠状病毒 (COVID-19): 你一定要知道的

这个文档并非公共健康部门的官方文件。想从密歇根人类健康署了解疫情最新信息，请点击[这里](#)。

## 什么是冠状病毒？

- SARS-COV-2 是一种能够致病的病毒，我们称其为COVID-19, 有时候媒体也称其为“冠状病毒”或者“新型冠状病毒”
- 冠状病毒是一个病毒族，能导致从比较温和的病症，例如感冒，到严重的疾病，比如肺炎。
- 此次流行的冠状病毒是一种新型的冠状病毒，已经被确认是一种呼吸疾病（影响人类呼吸功能）的传染源，被称为COVID-19。
- COVID-19的感染病例已经在世界多个国家被报告，包括美国。获取最新的感染地区名单，请访问：[cdc.gov/travel](http://cdc.gov/travel)

## 冠状病毒的症状有哪些？

- 常见的症状包括发烧、咳嗽和胸闷气短。
- 大部分感染了COVID-19的病人只有较为温和的症状。老年人和自身已经有其他疾病的人更有可能因此病毒而发展出危重的病情。自身已有的疾病包括慢性肺炎、心脏病、糖尿病、癌症，或者免疫力低下等。

## 冠状病毒如何传播？

- 冠状病毒可以通过人员间的密切接触来传播（距离少于6英尺），传播途径主要是通过病毒携带者咳嗽和喷嚏产生的呼吸飞沫。
- 有证据表明，此病毒也可以通过触摸存在病毒的物体表面后又触摸眼睛、嘴部、鼻孔等有黏膜的位置而传播。
- 有证据表明，即使没有症状的病毒携带者，也具有高度的传染性。

## 对于冠状病毒，哪些人风险最高？

- 老年人或者已经有其他健康问题的人，最有可能因此病毒而发展出危重的病情。其他健康问题包括慢性肺炎、心脏病、糖尿病，或者免疫力低下。

## 我应该怎样保护我自己和其他人免于感染冠状病毒？

- 人际距离是唯一经科学验证的可以减缓病毒传播的方法。了解更多关于人际距离的信息，请点击[此处](#)。这也是许多运动会、音乐会，以及各类公众聚会被取消的原因。
- 常用肥皂和热水洗手，每次至少20秒以上。如果没有条件用肥皂洗手，应该使用含有酒精的消毒洗手液经常清洁双手。
- 当咳嗽或者打喷嚏的时候，用纸巾或者衣袖遮挡口鼻。不要用双手遮挡。
- 不要用没有清洗过的手触摸自己的眼睛、鼻子，或者嘴部。
- 不要握手，改用招手或者击肘示意。
- 相比平常，更加严密地监控自己与感冒或者流感相似的症状。
- 接种流感疫苗。虽然流感疫苗无法让你对COVID-19免疫，但是它可以让你避免所有与冠状病毒相似的流感症状。

## 如果我觉得自己生病了，应该怎么办？

- 如果你有感冒或者流感的症状，如咳嗽、气短、发烧，或者咽喉痛，待在家里，打电话给你的医生。
- 如果你在24到48小时内没有感觉好转，也要打电话给你的医生。
- 如果你没有固定的主治医生，请致电奥克兰县值班护士热线：1-800-848-5533 或者发邮件到：[noc@oakgov.com](mailto:noc@oakgov.com)
- 避免到公共场所。不要去上学或者上班，除非你已经在不用任何退烧药（如Tylenol或者ibuprofen）的情况下连续72小时没有出现发烧发热的症状。
- 医院工作人员不会询问你的移民状况。接受医疗服务不是一项基于公共负担测试的权益。Hospital staff will not ask about immigration status. Receiving health care is not a public benefit identified by the public charge test.

## 我从哪里可以获取更多信息？

- 如果你想提供帮助，请在[www.mycovidresponse.org](http://www.mycovidresponse.org)注册。
- 如果你居住在密歇根州而且想成为志愿者帮助政府，请致电：211。
- 密歇根冠状病毒热线：1-888-535-6136，一周七天、每天早8点到下午5点有人接听。

- 移动监测站已经在Beaumont医院建立。如果你感觉没有生病，请不要前往。监测站的作用是让专业人士诊治已经疑似感染的人。更多信息请访问：<https://www.detroitnews.com/story/news/local/oakland-county/2020/03/14/beaumont-royal-oak-starts-curbside-testing-coronavirus/5051591002/>
- 请访问<https://www.michigan.gov/coronavirus/> 获取更多信息和资源。