



2019 新冠肺炎

更新日期：2020 年 4 月 2 日。 信息仍在迅速变化，一旦有新的相关信息，**BPHC** 将及时进行更新。

2019 新型冠状病毒是什么？

2019 新型冠状病毒（SARS CoV-2，曾称 2019-nCoV）引发了当前称为新冠肺炎 (COVID-19) 的疾病。冠状病毒 (CoV) 是一大类病毒，其中一些会感染人类，导致从普通感冒到严重疾病的多种疾病。中东呼吸综合征病毒 (MERS-CoV) 和严重急性呼吸综合征 (SARS-CoV) 就是冠状病毒感染导致严重疾病的例子。

新冠肺炎如何传播？

新冠肺炎主要在人与人之间传播，传播途径为感染者咳嗽或打喷嚏时产生的飞沫。这些飞沫可以落到附近（6 英尺以内）的人身上。触摸近期被污染的表面或物体后再触摸自己的口、鼻、眼，也可能会让人感染新冠肺炎。

新冠肺炎的症状和体征是什么？

症状包括发热和呼吸系统疾病，例如咳嗽和呼吸困难。在严重情况下，感染可导致肺炎、严重急性呼吸综合征、肾功能衰竭甚至死亡。新冠肺炎的症状可能与流感相似，表现为伴随着肌肉酸痛呼吸道症状。

谁有患 COVID-19 的严重并发症的风险？

有些人被认为患这种病的风险更高，包括：

- 老年人
- 患有基础疾病，包括但不限于心脏病、糖尿病、肺病，肥胖的人

如果您更有可能因 COVID-19 得重病，则应该：

- 尽最大可能将自己远离他人，留在家中。
- 储备用品，包括药物。
- 采取日常预防措施，以保持自己与他人之间的距离。
- 当您在外出到公共场所时，请远离其他患病的人，避免紧密接触他人（保持至少 6 英尺距离）并勤洗手。
- 避免人群。
- 避免旅行，尤其是邮轮旅行和不必要的航空旅行。

如何预防新冠肺炎？

目前尚无可以预防新冠肺炎的疫苗。预防感染的最佳方法是避免接触病毒。**BPHC** 始终建议采用标准预防措施来防止呼吸道病毒的传播，其中包括：

- 经常用肥皂和清水洗手，每次至少洗 20 秒。
- 使用含酒精的洗手液和洗手凝胶。
- 避免用未清洗的手触碰眼睛、鼻子和嘴部。
- 避免与患者密切接触。
- 患病后请待在家里。
- 咳嗽或打喷嚏时请用纸巾遮掩口鼻，或者弯曲手臂打喷嚏到衣袖里。
- 在触碰你的脸之前，先洗手或者用免洗洗手液消毒。

- 请勿共享饮料、食物或饮食用具。
- 对经常接触的物体和表面进行清洁和消毒。

如果您出现发热、咳嗽或呼吸困难并且属于患 **COVID-19** 严重并发症的高危人群，您应该：

- 立即就医。在您前往医疗服务提供者的诊所或急诊室之前，请提前打电话并告知他们您最近的状况。
- 避免与他人接触。
- 患病时请不要出行。
- 咳嗽或打喷嚏时，请用纸巾或袖子（不是手）遮掩口鼻。
- 经常用肥皂和清水洗手，每次至少洗 **20** 秒。如果没有肥皂和水，请使用含酒精的洗手液。

医护人员或者第一响应人员（急救，火警，警察）如果有任何可能因 **COVID-19** 引起的症状，则需要接受 **COVID-19** 检测。

如果你的症状不严重，没有高危症状且你不是医护人员或者第一响应人员，你不需要做相关检测。你应该在家自我隔离，做到以下几点：

- 除了需要医疗护理，则留在家中
- 不要上班，上学或者去公共区域
- 不要使用公共交通，和他人拼车或者出租车
- 如果你不得不和别人接触，尽可能戴口罩

我应该在这个时候旅行吗？

目前全世界大部分地方都报道有 **COVID-19** 病例，包括美国每个州。现在全世界大部分地方都有旅游限制。避免旅行。延期已经计划的旅行。

如何诊断新冠肺炎？

如果您的症状与新冠肺炎病毒感染相符，并且过去 **14** 天内可能感染 **COVID-19**，您的医疗服务提供者可以对您进行病毒检测。医疗服务提供者应向发热和急性呼吸系统疾病患者获取其详细的联系方式及病史。

如何治疗新冠肺炎？

目前尚无针对新冠肺炎感染的特效抗病毒治疗方法。为帮助缓解症状，新冠肺炎感染者应接受支持性照护。大部分 **COVID-19** 患者不需要住院，可以自主在家隔离。认为自己可能已接触新冠肺炎的人应立即与其医疗服务提供者取得联系。

