



COVID-19（冠状病毒）患者及其接触者建议

本手册介绍有关 COVID-19 的信息。COVID-19 是一种新型疾病，由冠状病毒引起。这种疾病目前在全世界传播，有些患者会出现严重的症状。患有 COVID-19 后，可能会出现咳嗽和高烧，也可能会有呼吸困难、或失去味觉或嗅觉。大多数 COVID-19 患者的症状不严重，有人可能甚至没有任何症状。他们不一定知道，自己已经患有 COVID-19。

即便没有症状，任何患有 COVID-19 的人士都会将病毒传染给其他人。如果您患有 COVID-19，则您属于“**病例**”。如果您与病例有接触（尤其是与病例住在同一个住处），则您属于“**接触者**”。接触者有感染并患上 COVID-19 的风险。

网上信息的译本：在这里，您可以获取对应您自己的语言的、有关 COVID-19 的建议和帮助信息。

NASC：移民及难民权益中心

- [COVID-19 全球服务](#) (不同语言的视频)
- [COVID-19 全球服务的推特](#)

卫生服务部门 (HSE)

[COVID-19 信息的翻译版本](#) (不同语言的信息)

健康保护中心 (HPSC)

- [COVID-19 信息及资源的译本](#)

如果您患有 COVID-19

- 则表示，您的 COVID-19 测试结果为**阳性**
- 即便没有症状，**您也必须自我隔离 14 天**。这表示，**您必须待在家里并独处一室**，同时避免与他人接触。
- 如果您开始出现症状，尤其有呼吸困难，立即致电医生。
- 如果您的症状较为严重，则通过 112 或 999 致电紧急服务。
- 如果情况允许，则独自待在一间有窗户的房间。
- 经常使用肥皂和水、或擦手液清洁双手。

- 如果咳嗽或打喷嚏，则用纸巾掩盖口鼻，或在臂肘处咳嗽或打喷嚏。
- 不要与其他人共用物品。
- 不要让其他人来家里做客。
- **HSE 正与所有对冠状病毒测试呈阳性的人士电话联系。**
- **HSE 将向您解释需要做什么。**
- **HSE 将对您的疑问进行解答。**

如果您是 COVID-19 接触者

- 则表示您与 COVID-19 患者有**近距离接触**
- **在与 COVID-19 患者最后一次接触之后的 14 天内，您必须待在家里，并尽最大可能避免同他人接触。**
- 我们将为您安排 COVID-19 测试。**即便测试显示您并无 COVID-19，也必须待在家里。**我们将保持联系，向您介绍应当做什么。
- 我们将每天向您发送短信，提醒您待在家中，并查看您是否出现 COVID-19 的病症。
- 经常使用肥皂和水、或擦手液清洁双手。
- 如果咳嗽或打喷嚏，则用纸巾掩盖口鼻，或在臂肘处咳嗽或打喷嚏。
- 留意以下所列的任何症状：
 - 新出现的咳嗽
 - 呼吸短促
 - 呼吸困难
 - 体温较高 (38°C 或以上)
 - 流鼻涕
 - 喉咙痛
 - 味觉缺失
 - 嗅觉缺失
- 如果出现症状，则待在自己房间，并立刻致电医生。
- 如果症状较重，尤其有呼吸困难，则通过 112 或 999 致电紧急服务。

本文首页的网址链接，用您自己的语言，为您提供建议。该建议将帮助您照顾好自己、家人、以及与您同住的其他人。