

关于冠状病毒疾病 2019 (COVID-19) 您需要知道什么

什么是冠状病毒疾病 2019 (COVID-19)?

冠状病毒疾病 2019 (COVID-19) 是一种呼吸道疾病，可在人与人之间传播。引起 COVID-19 的病毒是一种新型冠状病毒，在对中国武汉暴发的疫情进行调查时首次被发现。

在美国，人们是否会患上 COVID-19?

是的。COVID-19 正在美国部分地区在人与人之间传播。对于和已知患 COVID-19 的人有过密切接触的人员（例如医护人员或家庭成员），COVID-19 感染的风险较高。其他感染风险较高的人是居住在或最近去过 COVID-19 持续传播的地区的人员。

美国是否已经出现 COVID-19 的病例?

是。美国首例 COVID-19 报告于 2020 年 1 月 21 日。美国 COVID-19 病例的当前数量可参见美国疾病控制与预防中心网页 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/cases-in-us.html>。

COVID-19 是如何传播的?

引起 COVID-19 的病毒可能是从动物身上产生的，但现在正在人与人之间传播。人们认为，这种病毒主要通过感染者咳嗽或打喷嚏时产生的呼吸道飞沫从而在彼此密切接触的人（约 6 英尺内）之间传播。人们也有可能通过触摸带有病毒的表面或物体，然后触摸自己的嘴、鼻子或可能通过触摸眼睛而感染 COVID-19，但这并不被认为是病毒的主要传播方式。在 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/transmission-chinese.html> 上了解有关新型冠状病毒传播的知识。

COVID-19 有哪些症状?

COVID-19 的患者有轻度至重度的呼吸系统疾病伴以下症状

- 发热
- 咳嗽
- 呼吸困难

该病毒有哪些严重并发症?

一些患者有双侧肺炎，可患多器官衰竭甚至在某些情况下会死亡。

我该如何保护自己?

人们可以通过日常预防措施来保护自己免受呼吸道疾病的侵害。

- 避免与患病的人近距离接触。
- 避免用未清洗过的手触碰眼睛、鼻子和嘴巴。
- 经常用肥皂和水洗手，每次至少 20 秒钟。如果没有肥皂和水，可以使用酒精含量至少为 60% 的酒精类洗手液。

如果您患病，为了避免将呼吸系统疾病传播给他人，您应该

- 生病时待在家里。
- 咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮住，然后将纸巾丢进垃圾桶。
- 对频繁接触的物体和表面进行清洁和除菌。

如果我最近从持续传播 COVID-19 的地区旅行归来怎么办?

如果您是从疫区旅行归来，则您的行动可能会受限制，最长不超过 2 周。如果在此期间出现症状（发热、咳嗽、呼吸困难），请就医。出发之前，请致电您的医务人员的办公室，并告诉他们您的旅行情况和症状。他们将为为您提供有关如何获得诊疗，而又不会使其他人接触感染的指导。生病时，避免与人接触，不要外出并延迟任何旅行，以减少将疾病传播给他人的可能性。

是否有疫苗?

目前尚无疫苗可预防 COVID-19。预防感染的最佳方法是采取日常预防措施，例如避免与生病的人密切接触并经常洗手。

是否有治疗方法?

对于 COVID-19，没有特异性抗病毒的治疗方法。感染了 COVID-19 的患者可以寻求诊疗护理以缓解症状。



cdc.gov/COVID19-ch

如果您感染了冠状病毒疾病 2019 (COVID-19) 该怎么办

如果您患有 COVID-19 或怀疑您感染了引起 COVID-19 的病毒，请遵循以下步骤，以帮助防止疾病传播给您的家人和社区中的其他人。

除进行医疗救治之外，请留在家中

除了去看医生外，您应该限制出门活动。不要去工作场所、学校或公共场所。不要使用公共交通工具、拼车、或乘出租车。

将您自己与家中其他人和动物隔离

人员：您在家时应尽可能与家中其他人隔离。此外，如果可能的话您应使用单独的洗手间。

动物：生病时，不要处理宠物或其他动物。有关更多详细信息，请参见 [《COVID-19 和动物》](#)。

在去就诊之前先打电话

在您预约就诊之前，请致电医务人员并告诉他们您感染了 COVID-19 或疑似感染。这将有助于诊所的人员采取措施，以免其他人受到感染。

戴口罩

当您与其他人（如共处一室或在同一辆车里）或宠物一起时，及进入诊所或医院前，应戴上口罩。如果您因为某些原因，比如无法呼吸，而不能戴口罩时，那些跟您住一起的人应避免跟您共处一室。一旦他们进入您的房间必须戴口罩。

遮挡咳嗽和喷嚏

咳嗽和打喷嚏时，用纸巾遮住口鼻，然后将纸巾扔进封闭的垃圾箱。然后立即用肥皂和水洗手至少 20 秒，或立即用含至少 60% 至 95% 酒精的酒精类手部消毒液进行手部消毒，将消毒液涂满全手，搓揉直到手干爽。看到手脏了，首选用肥皂和水清洗。

避免共用个人物品

您不应与家里的其他人或宠物共用碗碟、饮水杯、杯子、餐具、毛巾、或床上用品。一旦使用这些物品后，应用肥皂和水对其进行彻底清洗。

经常洗手

经常用肥皂和水洗手，每次至少 20 秒钟。如果没有肥皂和水，立即用含至少 60% 酒精的酒精类手部消毒液进行手部消毒，将消毒液涂满全手，搓揉直到手干爽。看到手脏了，首选用肥皂和水清洗。避免用未清洗过的手触碰眼睛、鼻子和嘴巴。

每天清洁所有“高频接触”的物体表面

高频接触的物体表面包括柜台、桌面、门把手、洗手间用具、厕所、手机、键盘、平板电脑和床旁桌子。另外，清洁可能带血、粪便、或体液的任何表面。根据标签说明使用家用清洁喷雾剂或湿巾。标签中包含了安全有效使用清洁产品的说明，包括您在使用产品时应采取的预防措施，例如佩戴手套，以及确保在使用产品期间通风良好。

监测您的症状

如果您的病情恶化（例如呼吸困难），请立即就医。在您预约就诊之前，请致电医务人员并告诉他们您感染了 COVID-19 或怀疑被感染。在进入诊所或医院前戴上口罩。这将有助于诊所的人员采取措施，以免诊所或候诊室的其他人受到感染或暴露。

要求您的医务人员致电当地或州卫生部门。已经被监测或提供自我监测的人应适当遵循当地卫生部门或卫生专职人员的指示。

如果您出现紧急医疗情况，需要致电 911，请通知调度人员您已感染或疑似感染 COVID-19。如果可能，在紧急医疗服务到达之前戴上口罩。

终止隔离

确诊为 COVID-19 的患者应继续在家隔离，直到被认为二次传染给他人的风险降低。在个案的基础上咨询医生、州和地方卫生部门作出终止家庭隔离措施的决定。



www.cdc.gov/COVID19-ch

分享有关 COVID-19 的事实

了解冠状病毒疾病 2019 (COVID-19) 有关的事实，帮助遏制谣言的传播。

事实
1

无论是何种族或族群，任何人均有可能感染。

对 COVID-19 的恐惧和焦虑会让人们逃避或排斥他人，即使他们并没有传播病毒的风险。

事实
2

对于大多数人来说，诱发 COVID-19 的病毒引起重症的直接风险被认为很低。

老年人和患有严重基础疾病的任何年龄的人，可能会因 COVID-19 导致更严重并发症的风险更高。

事实
3

完成隔离或从隔离中解除的人不会对其他入构成感染风险。

有关最新信息，请访问美国疾病控制和预防中心 (CDC) 的冠状病毒疾病 2019 网页。

事实
4

您可以通过做一些简单的事情来帮助自己和他人保持健康。

- 用肥皂和水洗手至少 20 秒，特别是在擤鼻涕、咳嗽或打喷嚏后；去洗手间；以及吃饭或做饭前。
- 避免用未清洗过的手触碰眼睛、鼻子和嘴巴。
- 生病时待在家里。
- 咳嗽或打喷嚏时用纸巾遮住，然后将纸巾丢进垃圾里。

事实
5

了解下列体征和症状有助于遏制 COVID-19：

- 发热
- 咳嗽
- 呼吸困难

如果您符合以下描述，请就医，

- 出现症状

并且

- 与确诊 COVID-19 的人密切接触或如果您居住在或最近曾到过 COVID-19 正在传播的地区。

