

新型冠状病毒 (COVID-19)

最近更新信息:

2020年10月28日:

人们在任何时候都应该戴好干净的面罩，尤其是当他们与非家庭成员的人士接触时。出现症状的人士应该留在家里，并打电话给他们的医疗服务供应商，询问是否需要进行检测和隔离。

COVID-19的情况正在急速恶化，因此我们鼓励民众登录公共卫生局COVID-19[网页](#)查看最新信息。

1. COVID-19的典型症状有哪些？

COVID-19的症状可能包括以下几种情况的组合：发烧或发冷，咳嗽，呼吸急促或呼吸困难，身体疲乏，肌肉或身体疼痛，头痛，新出现的味觉或嗅觉丧失，喉咙疼痛，鼻塞或流鼻涕，腹泻，恶心或呕吐。此列表并未包含全部症状。

如果你出现了症状，你应该留在家中，并打电话给你的医疗服务供应商，询问是否需要接受检测和隔离。如果你的症状较轻，应该可以在家慢慢康复。如果可能的话，不先打电话就不要前往医生办公室。欲了解更多信息，请访问ph.lacounty.gov/covidcare。

2. 病毒如何传播？

与其他呼吸道疾病一样，人类冠状病毒最常见的传播途径是由感染者通过以下途径传播给他人：

- 咳嗽和打喷嚏产生的飞沫
- 近距离接触，例如照顾感染者

COVID-19 也可以通过接触带有病毒的表面或物体，然后接触嘴，鼻或眼睛来传播，但这并不被认为是病毒传播的主要途径。有些人得了COVID-19而没有表现出症状，但他们仍然可以把病毒传染给其他人。

3. 如何在乘坐公共交通工具时保护自己？

与其他呼吸道疾病一样，每个人每天都可以采取一些措施来降低患病或将病毒循环传染给他人的风险。你应该：

- 生病时留在家中。
- 如果可能的话，让自己和他人之间保持6英尺的距离。
- 在接触常用的触摸表面，如栏杆，旋转栅门，扶手吊环或把手后，请使用至少含60%酒精含量的消毒擦手液擦手。如果你的手很脏，请一定要洗手。
- 避免用未经洗净的手触摸眼睛，鼻子和嘴巴。
- 请尽量在交通不太繁忙的时候搭乘公共汽车和火车。如果可能的话，早一点或晚一点去上班。
- 通过旋转栅门时，请使用你的臀部或手背触碰。

4. 我在搭乘公共交通工具时应该戴口罩吗？

新型冠状病毒 (COVID-19)

应该，普通民众在公共或私人区域与其他非家庭成员接触时，应佩戴干净的面罩。乘坐公共交通工具的乘客在乘车过程中以及位于其他人可能在场的任何车站或站台时，应戴上布面面罩。

婴幼儿及2岁以下儿童不宜佩戴布面面罩。2岁至8岁的儿童应在成人监督下佩戴布面面罩，以确保他们能安全呼吸，并且避免窒息或闷死状况的发生。任何有呼吸困难、昏迷、丧失行动能力或无法在没有协助的情况下取下口罩或布面面罩的人士，亦不应佩戴口罩或布面面罩。那些被医生告知不要佩戴布面面罩的人士也可以免于佩戴口罩。

需要注意的是，这些布面面罩的使用并不能代替社交疏离和其他预防措施，比如勤洗手。如果你感染了病毒，这些面罩可以用来帮助保护他人（人们感染病毒时可能不会出现任何症状）。确保正确佩戴布面面罩。有关更多信息，请参阅[布面面罩指南](#)。

5. 我还可以做哪些事来保护自己？

- 经常用肥皂和水洗手至少20秒，尤其是在用完洗手间后；吃东西之前；在擤鼻涕，咳嗽或打喷嚏后。
- 使用常用的家庭清洁喷雾或湿巾清洁和消毒经常接触的物体和表面。
- 请用纸巾遮住咳嗽或打喷嚏，然后把用过的纸巾扔进垃圾桶。如果你没有纸巾，请用你的袖子（而不是你的手）。
- 查看下列可靠的信息来源，以获取有关COVID-19的最新发布的准确信息。
 - 洛杉矶县公共卫生局（LACDPH，县级机构）
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
 - 加州公共卫生局（CDPH，州级机构）
 - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
 - 疾病预防控制中心（CDC，国家级机构）
 - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
 - 世界卫生组织（WHO，国际性组织）
 - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

如果你有任何问题，并且想要咨询，请致电 2-1-1。