

# 新型冠狀病毒 (COVID-19)

## 最近更新資訊：

2020年10月28日：

人們在任何時候都應該戴好乾淨的面罩，尤其是當他們與非家庭成員的人士接觸時。出現症狀的人士應該留在家裡，並打電話給他們的醫療服務供應商，詢問是否需要進行檢測和隔離。

COVID-19的情況正在急速惡化，因此我們鼓勵民眾登錄公共衛生局COVID-19[網頁](#)查看最新資訊。

## 1. COVID-19的典型症狀有哪些？

COVID-19的症狀可能包括以下幾種情況的組合：發燒或發冷，咳嗽，呼吸急促或呼吸困難，身體疲乏，肌肉或身體疼痛，頭痛，新出現的味覺或嗅覺喪失，喉嚨疼痛，鼻塞或流鼻涕，腹瀉，噁心或嘔吐。此清單並未包含全部症狀。

如果你出現了症狀，你應該留在家裡，並打電話給你的醫療服務供應商，詢問是否需要接受檢測和隔離。如果你的症狀較輕，應該可以在家慢慢康復。如果可能的話，不先打電話就不要前往醫生辦公室。欲瞭解更多資訊，請訪問[ph.lacounty.gov/covidcare](http://ph.lacounty.gov/covidcare)。

## 2. 病毒如何傳播？

與其他呼吸道疾病一樣，人類冠狀病毒最常見的傳播途徑是由感染者透過以下途徑傳播給他人：

- 咳嗽和打噴嚏產生的飛沫
- 近距離接觸，例如照顧感染者

COVID-19 也可以透過接觸帶有病毒的表面或物體，然後接觸嘴，鼻或眼睛來傳播，但這並不被認為是病毒傳播的主要途徑。有些人得了COVID-19而沒有表現出症狀，但他們仍然可以把病毒傳染給其他人。

## 3. 如何在乘坐公共交通工具時保護自己？

與其他呼吸道疾病一樣，每個人每天都可以採取一些措施來降低患病或將病毒循環傳染給他人的風險。你應該：

- 生病時留在家中。
- 如果可能的話，讓自己和其他人之間保持6英尺的距離。
- 在接觸常用的觸摸表面如欄杆，旋轉柵門，扶手吊環或把手後，請使用至少含60%酒精含量的消毒擦手液擦手。如果你的手很髒，請一定要洗手。
- 避免用未經洗淨的手觸摸眼睛，鼻子和嘴巴。
- 請儘量在交通不太繁忙的時候搭乘公共汽車和火車。如果可能的話，早一點或晚以點去上班。
- 通過旋轉柵門時，請使用你的臀部或手背觸碰。

## 4. 我在搭乘公共交通工具時應該戴口罩嗎？

應該，普通民眾在公共或私人區域與其他非家庭成員接觸時，應佩戴乾淨的面罩。乘坐公共交通工具的乘客在乘車過程中以及位於其他人可能在場的任何車站或月臺時，應戴上布面面罩。

# 新型冠狀病毒 (COVID-19)

嬰幼兒及2歲以下兒童不宜佩戴布面面罩。2歲至8歲的兒童應在成人監督下佩戴布面面罩，以確保他們能安全呼吸，並且避免窒息或悶死狀況的發生。任何有呼吸困難、昏迷、喪失行動能力或無法在沒有協助的情況下取下口罩或布面面罩的人士，亦不應佩戴口罩或布面面罩。那些被醫生告知不要佩戴布面面罩的人士也可以免於佩戴面罩。

需要注意的是，這些布面面罩的使用並不能代替社交疏離和其他預防措施，比如勤洗手。如果你感染了病毒，這些面罩可以用來幫助保護他人（人們感染病毒時可能不會出現任何症狀）。確保正確佩戴布面面罩。有關更多資訊，請參閱[布面面罩指南](#)。

## 5. 我還可以做哪些事來保護自己？

- 經常用肥皂和水洗手至少20秒，尤其是在用完洗手間後；吃東西之前；在擤鼻涕，咳嗽或打噴嚏後。
- 使用常用的家庭清潔噴霧或濕巾清潔和消毒經常接觸的物體和表面。
- 請用紙巾遮住咳嗽或打噴嚏，然後把用過的紙巾扔進垃圾桶。如果你沒有紙巾，請用你的袖子（而不是你的手）。
- 查看下列可靠的資訊來源，以獲取有關COVID-19的最新發佈的準確資訊。
  - 洛杉磯縣公共衛生局（LACDPH，縣級機構）
    - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
  - 加州公共衛生局（CDPH，州級機構）
    - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
  - 疾病預防控制中心（CDC，國家級機構）
    - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
  - 世界衛生組織（WHO，國際性組織）
    - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

如果你有任何問題，並且想要諮詢，請致電 2-1-1。