

美國疾控中心發布中文版新型冠狀病毒防控指南

在中國武漢爆發的新型冠狀病毒肺炎，引起了全世界的關注——也成了中國春節期間幾乎是唯一的話題。隨著每天各個省市不停上報的新增感染人數，恐慌也隨之而來——甚至連美國疾病控制與預防中心（CDC）都罕見發佈了中文版《預防 2019 年新型冠狀病毒（2019-nCoV）傳播給家庭和社區中其他人的暫行指南》，雖然主要面向生活在美國的人，但對我們來說或許同樣有幫助，請細閱。

以下是全文：

本暫行指南基于目前已知的有關 2019 年新型冠狀病毒（2019-nCoV）和其他病毒的呼吸道感染傳播情況。美國疾病控制與預防中心（CDC）將根據需要並在獲得更多信息時，更新此暫行指南。

冠狀病毒是一大類病毒，其中一些會導致人類患病，而另一些會在動物（包括駱駝、貓和蝙蝠）之間傳播。在罕見情況下，動物冠狀病毒能進化並感染人類，然後在人群中傳播，例如在中東呼吸綜合症（MERS）和嚴重急性呼吸道症候群（SARS）中所見到的情況。2019-nCoV 的人傳人可能性尚不明確。以下暫行指南可能有助於預防這種病毒在家庭和社區的人群中傳播。

此暫行指南適用於以下情況：

患者已確診患有 2019-nCoV 感染，但無需住院治療，並且可以在家中接受治療

患者正在接受由醫務人員進行的 2019-nCoV 感染評估，其無需住院治療並且能在家中接受治療已確診患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估的患者的照護者和家庭成員

與已確診患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估的患者有密切接觸的其他人已確診患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估的患者在家中接受治療的預防措施您的醫生和公共衛生工作人員將評估您是否可以在家中進行治療。如果確定您可以在家中隔離，您將由當地或州衛生部門的工作人員監測。您應該遵循以下預防措施，直到醫務人員或當地或州衛生部門告知您可以恢復正常活動。

除了進行診療護理之外，請留在家中

除了進行診療護理之外，您應該限制出門活動。不要上班、上學或前往公共場所，也不要使用公共交通工具或出租車。

將您自己與您家中的其他人隔離

您應儘可能與家中的其他人待在不同的房間里。此外，您應使用單獨的洗手間（如有）。前往就診之前，請先打電話聯繫您的醫生
在您的預約就診之前，請致電醫務人員並告

訴他們您患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估。這將有助於醫務人員的診所採取措施，以免其他人受到感染。

戴口罩

當您與其他人在同一房間時，以及您到醫務人員處就診時，您應該戴上口罩。如果您不能佩戴口罩，那與您同住的人在與您處於同一個房間時，應戴口罩。

遮擋咳嗽和噴嚏

當您咳嗽或打噴嚏時，應用紙巾遮擋口和鼻，或在咳嗽或打噴嚏時用您的袖子遮擋。將用過的紙巾扔到有塑料袋的垃圾桶中，然後立即用肥皂和水洗手至少 20 秒。

洗手

經常用肥皂和水徹底清洗您的雙手至少 20 秒。如果沒有肥皂和水，並且您的手沒有明顯變臟，則可以使用含酒精的手部消毒液。避免用未清洗的手觸碰您的眼睛、鼻子和嘴巴。

避免共用家居用品

您不應與家里的其他人共用碗碟、飲水杯、杯子、餐具、毛巾、床上用品或其他物品。使用這些物品後，應用肥皂和水對其進行徹底清洗。

監測您的症狀

如果您的病情惡化（例如呼吸困難），請立即就醫。在您的預約就診之前，請致電醫務人員並告訴他們您患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估。這將有助於醫務人員的診所採取措施，以免其他人受到感染。要求您的醫務人員致電當地或州衛生部門。

照護者和家庭成員的預防措施

如果您與已確診患有 2019-nCoV 感染的患者或正在接受 2019-nCoV 感染評估的患者同住或在家里為其提供照護，則應：

確保您瞭解並可幫助患者遵循醫務人員的藥物和治療指示。您應該幫助患者獲得居家基本需求，並在購買雜貨、處方藥和其他個人需求方面提供支持。

家里只需留下為患者提供必需的照護的人。

其他家庭成員應留在其他的住所或居住地。如果無法做到這一點，則他們應該留在另一個房間，或者儘可能與患者隔離。如果可以，應使用單獨的洗手間；

限制沒有必要的客人到家里來；

避免老年人和免疫系統受損或有慢性健康疾病的人員接近患者。這些人員包括患慢性心臟病、肺病或腎臟疾病、及糖尿病的患者。

確保家里的共用空間通風良好，例如使用空調或在天氣允許的情況下，打開窗戶。
經常用肥皂和水徹底清洗您的雙手至少

20 秒。如果沒有肥皂和水，並且您的手沒有明顯變臟，則可以使用含酒精的手部消毒液。避免用未清洗的手觸碰您的眼睛、鼻子和嘴巴。

觸摸或接觸患者的血液、體液和 / 或分泌物（如汗液、唾液、痰液、鼻粘液、嘔吐物、尿液或腹瀉物）時，請戴一次性口罩、防護服和手套。

在使用後，丟棄一次性口罩、防護服和手套。請勿重複使用。

脫下口罩、防護服和手套後應立即洗手。

避免共用家居用品。您不應與已確診患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估的患者共用碗碟、飲水杯、杯子、餐具、毛巾、床上用品或其他物品。在患者使用這些物品後，應對其進行徹底清洗（請參閱下文“徹底清洗衣物”）。

每天清潔所有“高頻接觸”的物體表面，如櫃檯、桌面、門把手、洗手間固定裝置、廁所、手機、鍵盤、平板電腦和床旁桌子。另外，清潔可能帶血、體液和 / 或分泌物或排泄物的任何表面。

閱讀清潔產品的標籤，並遵循產品標籤上提供的建議。標籤中包含了安全有效使用清潔產品的說明，包括您在使用產品時應採取的預防措施，例如佩戴手套或圍裙，以及確保在使用產品期間通氣良好。

使用稀釋的漂白水或標籤標有“EPA- 批准”的家用消毒劑。在家中配制漂白水時，應將 1 湯匙漂白劑加入到 1 夸脫（4 杯）水中。如需更多漂白水，可將 1 杯漂白劑加入到 1 加侖（16 杯）水中。

徹底清洗衣物。

立即取下並洗滌帶血液、體液和 / 或分泌物或排泄物的衣物或床上用品。

處理污染物品時，應佩戴一次性手套。脫下手套後應立即洗手。

閱讀並遵循洗衣或衣物標籤和清潔劑標籤上的指示。一般情況下，採用衣物標籤上推薦的最高溫度來洗滌和乾燥衣物。

將所有使用過的一次性手套、防護服、口罩和其他污染物品放入帶有塑料袋的容器中，然後再將其放入其他居家垃圾中。處理這些物品後應立即洗手。

監測患者的症狀。如果患者的病情更加嚴重，請致電

他們的醫務人員並告訴他們患者患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估。這將有助於醫務人員的診所採取措施，以免其他人受到感染。要求醫務人員致電當地或州衛生部門。

照護者和家庭成員在密切接觸已確診患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估的患者時，如未遵守預防措施，則被視為“密切接觸者”，應監測其健康狀況。遵循下文中文針對密切接觸者的預防措施。

與您所在州或當地衛生部門討論任何其他問題。

密切接觸者的預防措施

如果您與已確診患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估的患者有密切接觸，您應：

從您第一次與患者密切接觸之日開始監測您的健康狀況，並在您最後一次與患者密切接觸後繼續監測您的健康狀況 14 天。觀察以下這些體徵和症狀：

發燒。每天兩次測量您的體溫。

咳嗽。

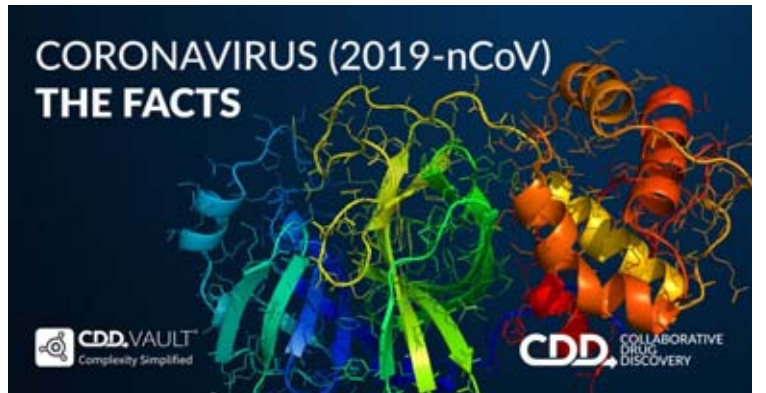
呼吸短促或呼吸困難。

其他需要注意的早期症狀包括畏寒、身體疼痛、咽喉痛、頭痛、腹瀉、噁心 / 嘔吐和流鼻涕。

如果您出現發燒或任何這些症狀，請立即致電您的醫務人員。

在您的預約就診之前，請務必告訴您的醫務人員您與已確診患有 2019-nCoV 感染或正在接受 2019-nCoV 感染評估的患者有密切接觸。這將有助於醫務人員的診所採取措施，以免其他人受到感染。要求您的醫務人員致電當地或州衛生部門。

如果您沒有任何症狀，您可以繼續進行日常活動，如上班、上學或前往其他公共場所。



Universal
PROCESSING

環球商務
VISA

12+
YEARS

專注信用卡處理12年
老品牌值得信賴

☒ 免費刷卡機

☒ 免費諮詢

☒ 免費帳單分析

☒ 無違約金

☒ 無雜費

☒ 24/7 客服

利率最低，服務最好的信用卡公司

美國商務信譽局 A+ 認證

歡迎對比，保證最低利率，保證滿意服務！
商業顧問：abby lin 電話：9179513317 歡迎掃碼加微信諮詢

A NAME YOU CAN TRUST
大克里夫兰地区专业地产经纪人

诚信可靠 买卖房屋
代管房屋 装修顾问

Tel: (440) 655-1119
www.OwnerLand.com/JimChen/
Email: JimChen1992@gmail.com

陈进湧
Jinyong Chen (Jim)
Certified Negotiation Expert

安托移民律師事務所
SARMIENTO IMMIGRATION LAW FIRM
*** 聯邦上訴第二,三,六巡迴法庭認可**

精辦：國家利益豁免、傑出人才、教授研究員、L1 跨國經理、護士、物理療師、及技術和非技術勞工證等職業移民；投資移民；J-1、J-2、I-601A、I-601 豁免；親屬、結婚、超齡子女等家庭移民；未婚妻簽證；H1B 工作簽證；入籍；保釋、政治庇護、出庭、上訴、開案、十年豁免綠卡等。

精通：國語、粵語、韓語、塔加拉語、英語

個人化、重誠信、高品質
的全方位移民法律服務

電話：216-573-3712
1-800-496-8043

公司地址：5005 Rockside Rd., Suite 600, Cleveland, OH 44131
電郵：jp@sarmientoimmigration.com **網址：**www.sarmientoimmigration.com