



2019 年冠状病毒疾病 (COVID-19) 简报

您需要了解的 COVID-19 相关信息

关注新疾病乃人之常情，而新信息目前层出不穷。人们所能做的最好的事情就是及时从可靠来源获取信息，了解事实。

目前，大多数科罗拉多州人感染 COVID-19 的风险很低，我们也相信科罗拉多州卫生保健系统已准备就绪，可以迅速识别和评估任何疑似病例，并最大程度地减少潜在疾病传播。

保持消息灵通

CO HELP：新型冠状病毒热线	公共卫生信息来源
<p>有关多种语言（包括英语、西班牙语、普通话等）版本的回答，请您：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 致电 303-389-1687 或 1-877-462-2911 • 发送电子邮件至 COHELP@RMPDC.org <p>如出现症状且认为自己已暴露于病毒，请致电医务人员。</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 科罗拉多州公共卫生网页： colorado.gov/cdphe/2019-novel-coronavirus • Facebook (facebook.com/CDPHE) 和 Twitter (@CDPHE) • 美国疾病预防控制中心 (CDC) 网页： cdc.gov/coronavirus/2019-ncov

了解事实

- 感染新型冠状病毒的前提是“暴露”于这种病毒。美国疾病预防控制中心 (CDC) 将“暴露”定义为与确诊感染者长时间相距不超过 2 米（约 6 英尺）。
- 人与人之间的传播被认为主要是通过感染者咳嗽或打喷嚏时产生的呼吸道飞沫发生的，类似于流感和其他呼吸道病毒传播方式。但是，即使存在这样的暴露，也不表示一定会感染这种病毒。
- 由于这些原因，患病风险较高的人是：
 - 过去两周内去过中国的人。
 - 与新型冠状病毒肺炎确诊患者密切接触过的人。
- 和任何其他病毒一样，科罗拉多州人感染或传播 COVID-19 的风险不因身份、社区、种族或民族而异。
- 科罗拉多州和地方公共卫生部门按照联邦政府的指导，共同评估从中国返回的科罗拉多州旅行者，以确定是否需要实施监控、行动限制、隔离或采取其他措施来阻止新型冠状病毒的传播。

其他病毒带来的风险更大

- 冠状病毒有很多种，包括目前科罗拉多州和全美流行的会导致呼吸道疾病的普通感冒病毒。虽然这些病毒也可以称为“冠状病毒”，但它们不是 COVID-19。
- 目前，还有许多其他种类的呼吸道疾病（例如流感）正在流行。

- 与 COVID-19 相比，人感染流感病毒的风险要高得多。现在接种流感疫苗还不晚。

症状和严重程度

- 呼吸道病毒（包括新型冠状病毒）感染的症状包括发热、咳嗽和呼吸急促。
- 上述任何一种疾病都可能很严重并需要住院治疗，但大多数人只要好好休息、大量饮水、服用止痛药和退烧药就能康复。
- 如果您没有高暴露风险，则您感染新型冠状病毒的几率很低。但是，如果您已生病且感到担心，请联系医务人员。

预防 COVID-19 和其他呼吸道病毒感染

如果您身体健康，则您应该：

- 继续您的日常生活。这表示您可以继续参加公共集会，例如上班、上学或参加社会活动。
- 接种流感疫苗，并及时了解儿童和成人的其他常规免疫接种信息。
- 使用肥皂和水洗手，或者至少使用含酒精的洗手液洗手，但使用洗手液的效果可能不如使用肥皂和水好。
- 避免密切接触有感冒或流感样症状的人。
- 对经常接触的物体和表面（例如桌子、门把手、扶手等）进行清洁和消毒。

如果您已生病，则您应该：

- 待在家里。
- 咳嗽和打喷嚏时用纸巾或袖肘遮住口鼻。
- 使用肥皂和水洗手，或者至少使用含酒精的洗手液洗手，但使用洗手液的效果可能不如使用肥皂和水好。
- 避免触摸您的眼睛、鼻子和嘴巴。
- 避免密切接触有感冒或流感样症状的其他人。
- 接种流感疫苗，并及时了解儿童和成人的其他常规免疫接种信息。
- 对经常接触的物体和表面（例如桌子、门把手、扶手等）进行清洁和消毒。

COVID-19 社区传播

- 一定要记住，大多数科罗拉多州人感染 COVID-19 的风险很低。没有高暴露风险的人感染 COVID-19 的几率很低。但是，已生病且感到担心的人应联系医务人员。
- 科罗拉多州和地方公共卫生部门按照联邦政府的指导，共同评估从中国返回的科罗拉多州旅行者，以确定是否需要实施监控、行动限制、隔离或采取其他措施来阻止新型冠状病毒的传播。