

若您家中有人感染了 新型冠狀病毒 COVID-19



即使在家中， 也要保持身體距離

感染病毒的家庭成員必須留在單獨的「病患專屬房間」，遠離其他家庭成員。

不必要的訪客不得入內。



共用浴室

患病家庭成員應在每次使用後，對表面進行消毒。

若患病的家庭成員進行消毒，其他家庭成員應在次使用之進行清潔和消毒。切勿共用毛巾或香皂。



避免共用家居用品

切勿和患病的家庭成員分享食物、共用碗碟、杯子、玻璃水杯、餐具、床上用品、電子產品或其他個人物品。



請佩戴口罩或面罩

若您與患病家庭成員處於同一公共空間時，應佩戴口罩。

當患者無法佩戴口罩而與其他家庭成員共處一室，其他家庭成員應佩戴口罩。



經常清潔雙手

經常用肥皂和水洗手至少20秒鐘。

在擤鼻涕、咳嗽或打噴嚏後洗手。
避免觸摸嘴巴、鼻子或眼睛。

如果沒有肥皂和水，應使用至少含60%酒精的搓手液。



清潔與消毒

每日對經常接觸表面進行清潔和消毒，包括門把、電燈開關、工作檯、把手、書桌、電話、馬桶、水龍頭和水槽。

如果可以，患病的家庭成員應盡量清潔自己的活動空間。



在單獨的 房間或範圍進食



患病的家庭成員應盡量在單獨的範圍進食或餵食。

處理患病家庭成員使用過的所有物品時，應穿戴一次性手套，並使用熱水和肥皂清洗，或用洗碗機清洗。

確保良好通風

新型冠狀病毒COVID-19透過呼吸道飛沫傳播。改善通風狀況能有效驅除空氣中的飛沫。

打開窗戶、開啟電扇或使用冷氣/暖氣，以確保公共空間有良好的空氣流通。



洗滌衣物

切勿抖動待洗衣物。處理有髒污的衣物時，請穿戴手套。所有家庭成員的待洗衣物可以一起清洗。

將弄髒的衣物直接放入洗衣機。使用可設定的最高水溫。摘下手套並立即洗手。

盡量用高溫烘乾洗好的衣物。將洗好的衣物放入烘乾機後，立即洗手。



使用裝有塑膠袋的垃圾桶

將用過的手套、口罩和受污染的物品放在裝有塑膠袋的垃圾桶中

取出垃圾袋和處理/丟棄垃圾時，請穿戴手套。在處理完垃圾後洗手。



監測您的症狀

留意發燒、咳嗽、流鼻涕、發冷、身體疼痛、腹瀉、嘔吐、疲勞、頭痛、嗅覺或味覺喪失以及呼吸急促等症狀。如果有症狀出現，請測量體溫。

與您的醫療保健提供者討論COVID-19檢測事宜。如果您沒有健康保險，請致電 (415) 682-1740，以預約檢測。



保持聯繫並定期查看

與感染病毒的家庭成員以非面對面的方式溝通，以了解患者狀況。

請瀏覽 www.sf.gov，以獲取更多有關新型冠狀病毒COVID-19的資訊

鑒於目前新型冠狀病毒COVID-19在社區傳播程度，任何人士如有類似上述感冒或流感症狀，應在症狀出現後10天內，以及最後一次發燒並且症狀好轉後至少3天內，進行居家隔離。如果您有呼吸困難，請致電911。