

新型冠狀病毒 (COVID-19)

公共衛生簡報

2019 年 12 月，中國武漢確診了一種新型冠狀病毒 (COVID-19)。隨著中國以外的國家 (包括加拿大和美國) 相繼報告了 COVID-19 病例，疫情持續發酵。目前，加拿大人感染 COVID-19 的風險很低。

由於疫情隨曼尼托巴省/馬尼托巴省醫療衛生與老年人健保部門 (MHSAL) 關於冠狀病毒的介紹網站查詢最新動態，包括「疫區」的詳細資訊，網址：
www.manitoba.ca/health/coronavirus/index.html

什麼是新型冠狀病毒 (COVID-19)？

冠狀病毒會導致人類和動物生病。有時動物攜帶的冠狀病毒可能會導致人類染病。感染人類的普通冠狀病毒通常會引發類似普通感冒的輕度症狀。COVID-19 是該病毒的新菌株，此前並未在人類中發現過。

新型冠狀病毒 (COVID-19) 引發的症狀有哪些？

症狀從輕度 (發燒、咳嗽、流鼻涕、咽喉痛) 到重度 (呼吸急促和呼吸困難) 皆存在。老年人和患有慢性疾病之人似乎更容易發展為重症。

COVID-19 如何傳播？

此病毒通過感染者咳嗽或打噴嚏時的密切接觸進行傳播。觸摸過病毒污染的物體後再接觸自己的口、眼或鼻也會感染 COVID-19。

如何降低感染風險？

鼓勵大家採取常見的預防措施，包括經常使用肥皂和清水洗手至少 15 秒。洗完手後要徹底擦乾。或者，如果手上無明顯髒污，也可使用含酒精的洗手液。以下情況清潔雙手尤為重要：

- 咳嗽或打噴嚏後
- 照顧病患期間

- 備置食物之前、期間或之後
- 進食前
- 如廁後
- 手上有明顯髒污時

咳嗽和打噴嚏時還應使用紙巾或衣袖遮擋口鼻。使用過的紙巾丟進垃圾桶，然後立即洗手。避免共用家庭和個人用品 (如餐具、毛巾、枕頭、牙刷等)。用完這些物品後，請使用肥皂和溫水徹底清洗，可放入洗碗機或洗衣機中清洗。

目前是否有 COVID-19 疫苗？

目前尚無疫苗可預防 COVID-19 傳播。尚無針對冠狀病毒疾病的特效療法。大多數 COVID-19 感染者會自行痊癒。但是，有些人可能需要治療。

應該戴口罩保護自己嗎？

尚不清楚在公共環境中戴口罩對於預防流感或流感類疾病 (包括 COVID-19) 是否存在任何明顯作用。

如果覺得自己感染了 COVID-19，應該到哪裡去？

如果你近期去過疫區而後發病，或者近期 (在 2 米/6 英尺之內) 密切接觸過新型冠狀病毒患者，請撥打 Health Links-Info Santé 健康專線，接線員將告訴你應該到哪裡接受評估。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

如果你近期剛從疫區返回或者與可能感染 COVID-19 之人密切接觸過，可能會要求你自行監測症狀。被要求自測症狀之人並不屬於感染者範疇。不過，一旦出現發燒、咳嗽、呼吸急促、呼吸困難或其他症狀，則應自我隔離（即限制與他人接觸）並撥打 Health Links-Info Santé 健康專線，如情況緊急請撥打 911。

我如何自測症狀？

如需自測症狀，應每天早晚將數字溫度計放入口內分別測一次體溫（即口腔測體溫）。測體溫前 30 分鐘請勿進食、飲水、抽煙和/或嚼口香糖。在 14 天的自測期間，除非醫院或診所有特殊醫囑，否則請勿服用對乙酰氨基酚（如 Tylenol®）或布洛芬（如 Advil®）。《體溫自測表》

（Temperature Self-Monitoring Form）

可登錄馬尼托巴省醫療衛生與老年人健保部門（MHSAL）的冠狀病毒介紹網站獲取 (www.manitoba.ca/health/coronavirus/providers.html)。

如果開始出現症狀該怎麼辦？

如果在 14 天的自我隔離期間，你發燒高於 38.0°C (100.4°F)，並存在咳嗽、呼吸急促、呼吸困難或其他症狀，請務必先聯繫 Health Links-Info Santé 健康專線，再前往當地的緊急護理中心或急診科，如情況緊急請撥打 911。請務必告知醫護人員你的旅行和/或接觸史。

有關 COVID-19 的更多資訊：

在溫尼伯可撥打 204-788-8200，諮詢 Health Links-Info Santé 健康專線；曼尼托巴省其他地方可撥打免費電話 1888-315-9257；

曼尼托巴冠狀病毒資料網站：
www.manitoba.ca/health/coronavirus/index.html

加拿大冠狀病毒資料網站：
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection.html>