

健康状况信息单
2020年4月1日发布

冠状病毒肺炎 (COVID-19)

这是什么？

2019年末发现了一种新型冠状病毒。这种病毒可引起严重的呼吸道疾病，称为冠状病毒肺炎（COVID-19）。

最常见的症状包括发烧和呼吸道症状，如咳嗽、呼吸急促和喉咙痛。对许多人来说，COVID-19只引起轻微的症状。有些人，如儿童和青少年，往往没有任何症状。但有些人则有较大的风险出现严重的症状，包括老年人和患有现有疾病的人。

它是如何传播的？

该病毒通过与处于感染期的人密切接触而传播。人们在出现症状前的24小时就开始具有传染性，并且直到症状消失之前都会一直保持传染性。密切接触的定义为：

- 超过15分钟的面对面接触或
- 在同一房间停留两个小时或更长时间
- 生活在同一家庭或类似家庭的环境中
- 直接接触确诊病例的体液或实验室标本
- 在飞机上坐在确诊病例的两排以内

我的家庭医生能做什么？

家庭医生将决定你是否需要检测。检测COVID-19有严格的标准。截至2020年3月24日，新州卫生部建议，对于居住在悉尼西南区的居民来说，有以下症状者可进行检测：

- 目前或近期发烧（温度为38°C或更高），或
- 急性呼吸道感染（咳嗽、呼吸急促、喉咙痛）

如果你COVID-19检测结果呈阳性，你的家庭医生或本地医疗区域的临床医生会通知你。

如果我检测呈阳性，会发生什么？

你的护理可能由你的家庭医生或本地医疗区域的人员提供。他们将定期与你联系，以监控你的症状。这可能通过远程医疗（通过互联网或电话咨询，而非面对面）来完成。

大多数人可以在家里完成治疗，并将需要**自我隔离**，以防止传染给他人。

如果你有严重的症状，可能需要在医院进行治疗。

当你不再需要自我隔离时，你将会被告知，这通常为14天。此时，你的症状应该已经消失了。如果你有严重的感染，你可能需要隔离更长时间。

你本地的公共卫生小组将进行接触者追踪。

如何减缓病毒的传播？

检测呈阳性者的自我隔离

这意味着在症状消失之前不要与他人接触。

接触者追踪

查出某人是如何被感染的，并对密切接触者进行检测，以防止病毒进一步传播

保护好自己

采用社交疏离和感染控制来降低感染病毒的风险

我应该什么时候叫救护车？

如果你的症状变得较严重（例如休息时呼吸急促或呼吸困难），请拨打三个0（000）。



冠状病毒 (COVID-19)

我能做些什么？

如果你有发烧或急性呼吸道感染的症状（咳嗽、呼吸急促、喉咙痛），请致电你的家庭医生，查看你是否需要检测。**请不要不事先打电话就去诊所。**家庭医生可能会通过远程医疗来为你诊病，以降低感染他人的风险。

如果你检测呈阳性，遵循家庭医生的建议是很重要的。为了阻止COVID-19向其他人传播，**自我隔离**非常重要。如果你必须去就医，请采取预防措施，以降低感染他人的风险。

不管你是否COVID-19检测呈阳性，接受流感疫苗接种都是很重要的。降低流感风险有助于你的整体健康和我们的卫生系统。

我们都有责任减缓COVID-19的传播。采用适当的**感染控制**方法，实行**社交疏离**，且只有在必要时才外出，如上班、买杂货等。

我可以问医生什么问题？

- 
- 
- ☐ 我应该接受检测吗？
 - ☐ 在哪里可以进行检测？
 - ☐ 自我隔离是什么意思？
 - ☐ 和我一起生活的人呢？
 - ☐ 如果我需要支持该找谁？
 - ☐ 我能做些什么防止被感染？
 - ☐ 我应该打流感疫苗吗？
 - ☐ 为什么社交疏离很重要？

都有哪些支持？

Bankstown、Bowral、Campbelltown、Fairfield和Liverpool等医院设有公共检测诊所。

你的家庭医生会建议你是否应该去诊所接受检测。

虽然大多数患有COVID-19的人可以在家里进行治疗，但悉尼西南区本地医疗区域正在增加可用的资源，以帮助需要医院护理的人。这导致其他一些诊所和服务暂时关闭。

悉尼西南区公共卫生小组正在努力减少COVID-19的传播。他们会努力查出某人是如何被感染的，还有谁需要检测。

在哪里可以了解更多信息？

- **healthdirect** - 冠状病毒：[healthdirect.gov.au](https://www.healthdirect.gov.au)
- **新州卫生部** - COVID-19资源，包括其他语言的资源：[health.nsw.gov.au](https://www.health.nsw.gov.au)
- **悉尼西南区PHN** - 民众冠状病毒信息：[swsphn.com.au](https://www.swsphn.com.au)
- **世界卫生组织** - 冠状病毒误区破解：[who.int](https://www.who.int)