

## 冠状病毒病（COVID-19）

冠状病毒病（COVID-19，以下称为新冠）是由冠状病毒引发的疾病。新冠疫情已蔓延包括卑诗省在内的世界各地，造成了全球大流行。

### 卑诗省的新冠疫苗接种计划

卑诗省的新冠免疫计划是为了拯救生命及阻止病毒传播。如需了解更多关于新冠疫苗的信息，包括疫苗审批流程和卑诗省的疫苗分配计划等主题，请参阅[新冠免疫接种](#)。

如需与健康无关的新冠信息和服务，请致电 1-888-COVID-19（1-888-268-4319）。服务时间为上午 7:30 至晚上 8:00。

### 症状

如需了解有关新冠症状、康复指引以及并发症高危人群的更多信息，请参阅：

- [卑诗省疾病控制中心：症状](#)
- [新冠症状](#)

### 新冠期间自我隔离

自我隔离是指留在家中，避免接触他人。这是防止病毒传播的重要措施。如有您出现新冠症状并且检测结果呈阳性，您可以依照处理其他呼吸道感染疾病（如流感）的方式来处理不适症状。如果您感到不适，请留在家中，采取预防措施减少感染的传播。新冠患者应该或必须自我隔离的原因有很多。如需了解自我隔离的更多信息，请参阅：

- [卑诗省疾病控制中心：自我隔离与自我检测](#)
- [加拿大政府：COVID-19 - 预防与风险](#)

### 自我监测

自我监测意味着密切注意自己身体状况。即使症状轻微，每个人都应定期监测新冠症状。在身体发冷或发烧时，请记录体温。您可能需要帮助儿童以及年纪较大或患有慢性疾病的密切接触者进行自我监测。

如需更多信息，了解那些人需进行自我检测，请参阅：[卑诗省疾病控制中心：自我隔离与自我检测](#)。

### 检测

如果需要您的检测结果以确定治疗或照护方案时，我们建议您接受新冠检测。

出现新冠症状并符合以下情况的人士最需要接受检测：

- 住院（无论是何年龄）
- 孕妇
- 患严重疾病的风险较高，并且[目前有资格接受治疗](#)

如需了解更多有关检测的信息，请参阅：

- [卑诗省疾病控制中心：何时应接受新冠检测](#)
- [新冠检测（COVID）](#)

## 治疗方法

目前已有具体的新冠治疗方法。如需了解更多信息，请参阅[卑诗省疾病控制中心：治疗方法](#)。

如需了解是否需要治疗，请参阅[卑诗省政府：COVID-19 治疗方法](#)的页面。

大多数新冠患者可自行痊愈。请参阅[卑诗省疾病控制中心：如果您感染新冠](#)页面，了解更多关于确诊新冠后自我管理症状的信息。

在新冠疫情期间，医生和执业护士可以提供面对面的医疗服务，部分诊所也可能提供电话和视频诊治服务。如果您需要医疗服务，请联系医护人员。如果您没有为您提供固定服务的医护人员，您可以使用 [HealthLinkBC 目录](#)或致电 **8-1-1**，联系您所在社区的医护人员。

请在就医时告知医护人员：

- 您的症状
- 旅行史或居住史
- 您是否曾与病人，尤其是有发烧、咳嗽或呼吸困难症状的病人，有过密切或长期的接触

关于症状管理的更多信息，请参阅[新冠症状](#)。

## 减少感染风险

减少感染风险的方法有很多，这包括疫苗、治疗，我们也可以通过努力来保护自己免受新冠的影响。

这些措施将能够帮助大家保持安全，免受或其他疾病的影响。这一点对于容易感染新冠的高危人群而言更为重要。

[使用这个资源包](#)来决定如何采取这些预防措施，以及何时采取行动。

随着人们恢复社交互动，您可能也会担心应如何安全地进行社交活动。如需了解更多关于安全社交以减少新冠病毒传播的风险，请参阅[卑诗省疾病控制中心：更安全的社交活动](#)。

了解更多关于如何[降低感染风险](#)的信息。

## 新冠期间外出旅行

有关最新的旅游建议信息，请参阅：

- [卑诗省疾病控制中心：旅行](#)
- [加拿大政府：有关国际旅行的建议](#)

## 长期新冠

如果您在发病后超过三个月仍有症状，您可能患有新冠长期综合症（post COVID）或长期新冠（long COVID）。[省卫生服务局：新冠长期综合征跨科临床护理网络](#)提供临床护理、教育（网上资源和视频），以及获得研究机会以令您尽快康复。

## 精神健康

新冠疫情可能引发难以应对的困惑、悲伤和焦虑情绪。这些都是我们在面临未知情况时的正常感受。照顾好自己的精神健康、善待自己在此时格外重要。了解有关新冠期间精神健康的更多信息：

- [卑诗省疾病控制中心：新冠期间的精神健康](#)
- [加拿大政府：照顾好自己的精神健康（PDF 371KB）](#)
- [新冠期间的精神健康](#)

## 儿童、青少年及家人

疫情可能对育儿带来了特殊的挑战。如您正处于孕期或哺乳期，您可能对自己和宝宝的健康有一些疑问。当子女留于家中，您可能对他们的管教更为担忧。了解更多关于[儿童、青少年及家庭如何应对新冠](#)的信息。

## 使用药物

随着新冠疫情的演变，药房的服务也发生了变化。药剂师可以提供处方药的续药和紧急配药服务，但仍然不可在没有处方的情况下提供药物服务。如需了解关于药房服务变化的更多信息，请参阅[卑诗省药剂师协会：新型冠状病毒（COVID-19）](#)。

## 实用资源

卑诗省府准备了大量有关新冠以及本省新冠应对措施的信息。HealthLink BC 8-1-1 利用可信的信息，向卑诗省民提供健康信息与建议，如需此信息请参阅[新冠实用资源](#)。

如需其他语言的新冠相关信息，请参阅：

- [卑诗省政府：其他语言版本的 COVID-19 信息](#)
- [卑诗省疾病控制中心：译文](#)

美国手语视频也附于其中。

如果您还有任何关于健康的疑虑或问题，请随时联系 HealthLink BC（8-1-1）或咨询医护人员。

**最近更新：**2022 年 11 月 17 日

“冠状病毒病（COVID-19）健康专题”中的信息改编自[卑诗省疾病控制中心：检测](#)、[卑诗省疾病控制中心：症状](#)、[卑诗省疾病控制中心：佩戴口罩](#)、[卑诗省疾病控制中心：旅行](#)、[卑诗省疾病控制中心：新冠疫苗](#)、[加拿大政府：旅行、检测、隔离与边境管控](#)以及[加拿大政府：已接种新冠疫苗的旅客进入加拿大](#)页面，内容获取于 2022 年 10 月 24 日。

---

如需更多有关 HealthLinkBC 分类主题的文档，请浏览 [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 或咨询当地的公共卫生部门。如需在获取有关卑诗省的非紧急健康信息和建议，请浏览 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) 或致电 8-1-1（免费电话）。失聪和听障人士，请致电 7-1-1。若您需要，我们亦可提供有 130 多种语言的翻译服务可供选择。